

Келісемін
«Айсұлу» балабақшасының
Әдіскері: М.И. Утегенова



Бекітемін
«Айсұлу» бөбекжай-
балабақшасының директоры
Ж.Тұрлыбекова:

**«Айсұлу» бөбекжай – балабақшасының 2021-2022 оқу жылына арналған
МАД «Шапағат», «Балдәурен» топтарының дене шынықтырудан
ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Дене шынықтыру нұсқаушысы: М.М. Сейдуалиев

**2021-2022 оқу жылына арналған денешынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Қыркүйек І- апта 01.09.21-02.09.2021 ж

Апталық тақырып: « Балабақша»

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 музыка	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 музыка
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау		Көрнекілік құралдар: Төрт шығыршық (диаметрі 50 см), екі тақта (ені 20 см), бала- лардың санына қарай жалауша- лардың саны.		Көрнекілік құралдар: 1.Доптар (футбол, баскетбол, волейбол доптары), доптар әр балаға беріледі тақтайдың ені 20-см, орындықтар, төсеніштер, текшелер.	
Ұйымдасты- рылған оқу қызметтерін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы:1. Осыған дейін үйренген қимыл - қозғалыс дағдылары мен шеберліктерін жетілдіру Мақсаты: балалардың бұрын қалыптасқан дене шынықтыру дағдылары мен шеберліктерін бақылау және бекіту.		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы:2. Бұрын қалыптасқан қимыл- қозғалыс дағдылары мен шеберліктерін бекіту. Мақсаты: балалардың бұрын қалыптасқан қимыл-қозғалыс	

		Міндеттері: БМ. Бұрын қалыптасқан бір қатармен бір - бірлеп жүру мен жүгіру. Шашыраңқы түрде жүгіру дағдыларынбақылау және гимнастикалық орындық (текшелерден аттапөту арқылы) үстімен жүрген кезде тепе-теңдікті сақтау және денені тік ұстау шеберлігін бекіту. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Оң аяқты көтеру, түсіру. Сол аяқты көтеру, түсіру. Б.қ: аяқтарды қосу, қолдарын беліне қою. Өзінің айналасында екі аяқпен секіру сақтап жүру. Тақтаймен жүру. Ойын: «Аюлар мен аралар» Қорытынды: мақтап, мадақтау		дағдылары мен шеберліктерін бақылау және бекіту. Міндеттері: БМ. Балалардың бұрын қалыптасқан қимыл-қозғалыс шеберліктері мен дағдыларын бақылау және жетілдіруді жалғасты- ру Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Ені 20 см, биіктігі 30 см болатын тақтай бойымен тепе-теңдікті ұстап жүру, секіріп, қос аяқпен тұру. 2. Қос аяқтап текшенің үстінен аттап, алға секіру. Ойын: «Аюлар мен аралар» ойынын ойнау. Қорытынды: Балалардан не ойнағандарын сұрап, мақтап, мадақтау.	
Балалармен жеке жұмыс		Сапта дұрыс тұруды білмейтін балалармен жұмыс жасау, көрсету		Денсаулық топтарына жататын	
Педагог-тармен ата-аналармен жұмыс	Дене шынықтыру киімдерін өздеріне киіндіру туралы кеңес беру.				

Д/ш нұсқаушысы _____

Әдіскер _____

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Қыркүйек II- апта 06.09. 2022 - 10.09.2022.ж

Апталық тақырып: «Менің отбасым».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 музыка	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 Музыкаырға ғымен
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау	Көрнекілік құралдар: 1.Әр балаға екі сылдырмақтан, дабыл, жіп және арқан, гимнастикалық орындық, шығыршық (диа-метрі 1 м), қапшық, орын-дықтар	Көрнекілік құралдар: 1.Ұзын жіп, қапшықтар.		Көрнекілік құралдар: 1.Бала санына қарай доп, текшелер немесе 5-6 кегли, жіп, бөрене.	Көрнекілік құралдар: 1.Бала санына қарай доп, текшелер немесе 5-6 кегли, жіп, бөрене.
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 3. Орташа қарқынмен жүгіру, допты жоғары лақтыру техникасының дағды- сын жетілдіру. Мақсаты: бұрын	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 4. Бұрын қалыптасқан қимыл-қозғалыс дағдыларын бекіту. Мақсаты: бастапқы бақылауға диагностика жасау үшін балалардың		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 5. Бақылау тексеру ұйымдастырылған оқу қызметі (бастапқы мониторинг) Мақсаты: балалардың дене дайындығының	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 3. Орташа қарқынмен жүгіру, допты жоғары лақтыру техникасының дағды- сын жетілдіру. Мақсаты: бұрын

	қалыптасқан дене дағдылары мен шеберліктерін жетілдіру; бастапқы бақылауға диагностика жасау үшін балалардың шеберлік және дағды деңгейін бақылау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Аяқтарын түзу ұстап, кезек-кезек жоғары көтеру, түсіру; 2.360 градусқа оңға, солға бұрылу. 3.Бір аяқпен тұру, көздерін жұму. Ойын: «Қаппен жүгіру» ойынын ойнау. Қорытынды: Балалар орындықтар арасымен жүреді.	бұрын қалыптасқан қимыл-қозғалыс дағдылары мен шеберліктері деңгейін бақылау. Міндеттері: БМ. Заттардың арасымен жүру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Орта қарқынмен 40 сек. жүгіру (80 м), соңан соң жүру. 2. Қапшықты алысқа лақтыру. 2,5 мин. жүрумен ауыстырып, баяу жүгіру. Ойын:«Ұйқыдағы түлкі» ойынын ойнау. Қорытынды:Балалар қызығушылықпен ойнайды.		және қалыптасқан шеберлігінің деңгейін анықтау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Сапқа бір- бірден тізіліп тұру. Бөрене бойымен жүру. Нұсқаушы олардың денелерін түзу ұстап жүрулерін қадағалайды. Ойын: «Тауық пен оның балапандары» ойынын ойнау. Қорытынды: Мақтап, мадақтау.	қалыптасқан дене дағдылары мен шеберліктерін жетілдіру; бастапқы бақылауға диагностика жасау үшін балалардың шеберлік және дағды деңгейін бақылау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Аяқтарын түзу ұстап, кезек-кезек жоғары көтеру, түсіру; 2.360 градусқа оңға, солға бұрылу. 3.Бір аяқпен тұру, көздерін жұму. Ойын: «Қаппен жүгіру» ойынын ойнау. Қорытынды: Балалар орындықтар арасымен жүреді.
Балалармен жеке жұмыс	Терезе жаттығуы- еденде тұрып табанды еденнен көтермей түзу табанды бүгіп жазу.	Екіге бөліну		Оқу қызметі барысында жаттығуларды дұрыс орындамаған балаларға жеке орындату, көрсету	Терезе жаттығуы- еденде тұрып табанды еденнен көтермей түзу табанды бүгіп жазу.
Пед: Жұмыс Ата-ана.	Кеңестер беру Тәрбиешілерден дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне барлық баланың киімдері болуын қадағалауды сұрау				

Д/ш нұсқаушысы _____

Әдіскер ____

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ
Қыркүйек ІІІ- апта 13.09.21 - 17.09.21 ж**

Апталық тақырып: «Табиғат әлемі».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №2	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №2 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №2 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №2	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдард ы дайындау		Көрнекілік құралдар: 1.Бала санына қарай шығыршықтар, баскетбол доптары, кегли және волейбол торы.		Көрнекілік құралдар: 1.Бала санына қарай доп, бірте тақтайшалар немесе бағдарлауға арналған жіптер.	
Ұйымдаст ы-рылған оқу қызметтері н өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 6. Гимнас- тикалық қорындықта ішпен еңбектеу.» Мақсаты: балаларда қимыл- қозғалыс белсенділігі мен		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 7. Басына қапшық қойып, арқанмен жанына аяқты алшақ басып жүру. Тақырыбы: 7. Басына қап- шық қойып, арқанмен	

		күш сапасын дамыту. Міндеттері: БМ. Балаларды тізелерін жоғары көтеріп, 2 мин. дейін үздіксіз жүгіруге жаттықтыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары 1. Балалар қолдарына бір-бірден доп ұстап тұрады. Нұсқаушының «баста» деген белгісіне қарай балалар допты жоғары лақтырады және оны қағып алады, және қанша рет қағып алғаның санайды. 2. «Тордан допты өткізу» ойыны. Қорытынды: Шеңбер бойымен тұру. «Жылан» жүрісімен ирелеңдеп жүру.		жанына аяқты алшақ басып жүру. Мақсаты: Қимыл қозғалыспен тепе-теңдікті үйлестіру, ептілік сапасын жетілдіру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты бір-бірінің қақпасына домалату (балалар арасы 1,5- 2м қашықтық). 2. Доға астынан еңбектеп өту (биіктігі 50 см) Ойын: «Торғайлар мен мысық» ойынын ойнау. Қорытынды: Балалар арақашықтықты сақтайды. (1 қадам)	
Балалармен жеке жұмыс		Ұйымдастырылған оқу қызметінде бір-біріне массаждар жасату. Мыс: басқа, арқаға, қолға, т.		Майтабан балалармен жаттығулар жасау. Диірмен жаттығуы- еденге отырып, тізені түзу ұстап бәшпайлардың көмегімен табанды алға, артқа	
Педагогтармен ата-аналармен жұмыс	Кеңестер беру Өткізілетін іс- шараларға төсбелгі, эмблемалар, дайындау.				

Д/ш нұсқаушысы _____

Әдіскер _____

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің

ЦИКЛОГРАММАСЫ

Қыркүйек IV- апта 20.09.21 - 24.09.21 ж

Апталық тақырып: «Қош келдің «Алтын күз!»

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №2 музыка	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №2 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №2 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №2 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №2 музыка
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдар ды дайындау	Көрнекілік құралдар: 1.Доптар (футбол, баскетбол, волейбол доптары), тақтай ені 20 см, орындықтар, төсеніштер, текшелер	Көрнекілік құралдар: 1.Жіптер, лақтыру үшін қалталар және доптар.		Көрнекілік құралдар: 1.Жіптер, лақтыру үшін қалталар және доптар.	Көрнекілік құралдар: 1.Доптар (футбол, баскетбол, волейбол доптары), тақтай ені 20 см, орындықтар, төсеніштер, текшелер
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 8. Екідөнгелекті велосипедті «Түзу жерде» тебу. Спорттық жарыстар. (Таза ауада ұйымдастырылған оқу қызметі).	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 9. Обручке топтасып бүйірмен кіру және заттар арасымен секіру. Мақсаты: 1.Орнында тұрып ұзындыққа секіруге		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 10. Гимнастикалық орындықпен жүру (әр аттаған сайын допты бір қолдан екінші қолға ауыстыру). Мақсаты:	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 8. Екідөнгелекті велосипедті «Түзу жерде» тебу. Спорттық жарыстар. (Таза ауада ұйымдастырылған оқу қызметі).

	Мақсаты: 1.Кішірейтілген тірек алаңы бойынша тепе-теңдікті сақтауға үйрету. 2.Ойындарға және жаттығуларға оң көзқарасты және оларды қажетсіну дағдысын қалыптастыру. 3.Кішкентай допты еденге ұру және жоғары лақтыруға, оны қағып алуға үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Ені 20 см, биіктігі 30 см болатын тақтай бойымен тепе-теңдікті ұстап жүру, секіріп, қос аяқпен тұру. 2.Қос аяқтап текшенің үстінен аттап, алға секіру. Ойын: «Аюлар мен аралар» ойынын ойнау. Қорытынды: Балалардан не ойнағандарын сұрап, мақтап, мадақтау.	үйрету 2.Балаларға көшеде ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын ойнату. 3.Допты жоғары лақтыруға және қағып алуға жаттықтыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары 1.бір орыннан ұзындыққа секіру. 2.Допты еденге ұру және екі қолды жоғары көтеріп қағып алу, 8-10 рет жерге түсірмей қағып алу. «Төбеге қапшық қойып жүру» ойыны. Қорытынды: Балалар «алыптар» белгі бойынша аяқтың ұшымен жүреді.		1.Тепе-теңдікті ұстауға жаттықтыру. 2.Түрлі тәсілдермен жүруге үйрету. 3. Бірлікке баулу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Аяқтарын түзу ұстап, кезек кезек жоғары көтеру, түсіру; 2.360 градусқа оңға, солға бұрылу. 3.Бір аяқпен тұру, көздерін жұму. Ойын: «Қаппен жүгіру» ойынын ойнау. Қорытынды: Балалар орындықтар арасымен жүреді.	Мақсаты: 1.Кішірейтілген тірек алаңы бойынша тепе-теңдікті сақтауға үйрету. 2.Ойындарға және жаттығуларға оң көзқарасты және оларды қажетсіну дағдысын қалыптастыру. 3.Кішкентай допты еденге ұру және жоғары лақтыруға, оны қағып алуға үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Ені 20 см, биіктігі 30 см болатын тақтай бойымен тепе-теңдікті ұстап жүру, секіріп, қос аяқпен тұру. 2.Қос аяқтап текшенің үстінен аттап, алға секіру. Ойын: «Аюлар мен аралар» ойынын ойнау. Қорытынды: Балалардан не ойнағандарын сұрап, мақтап, мадақтау.
Балалармен жеке жұмыс	Сапта үшке бөліну	Массаждық дарожкалармен жүргізу		Гимнастикалық орындықпен жүргізу	Сапта екі- үшке бөліну
Педагогпен жұмыс	Келесі өтетін іс- шараларға көрнекі құралдарды дайындау.				

Д/ш нұсқаушысы _____

Әдіскер _____

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Қыркүйек- Қазан (І апта) 27.09.21ж - 01.10.21 ж

Апталық тақырып: « Техника және Біз».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3музыка	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №4 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу№4 музыка
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау		Көрнекілік құралдар: Әр балаға гимнастикалық таяқша, лақтыруға арналған қапшықтар, гимнастикалық баспалдақ.		Көрнекілік құралдар: Әр балаға гимнастикалық таяқша, лақтыруға арналған қапшықтар, гимнастикалық баспалдақ.	
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 11. Сапта тұрып допты екі қолмен кеудеден лақтыру (баскетболдағы лақтыру тәсілімен). Мақсаты: спорттық ойын элементтері арқылы дененішынықтыру дағдыларын дамыту.		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 12. Допты алып жүру және лақтыру. Мақсаты: спорттық ойын (баскетбол) элементтерін орындау шеберлігін дамыту, бау арқылы секіру дағды-ларын жетілдіру.	

		Міндеттері: БМ. Балаларды тізбекте екіден тұруға, саптан тізбекке екі-екіден тұруға, «оңға», «солға» бұрылуға үйрету.1,5 мин. дейін үздіксіз жүгіріп, гимнастикалық орындықта аяқты алшақ басып жүріп, баудан секіріп жаттығу.Допты сапта тұрып, 3 м қашықтықтан екі қолмен кеудеден лақ- тыру тәсілімен (баскетболдағыдай доп лақтыру тәсілі бойынша) таныстыру. .Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Гимнастикалық қабырғада өрмелеу. Нұсқаушы балаларды 2-3 топқа бөледі. Гимнастикалық қабырғада қалай өрмелеу керектігін түсіндіреді, көрсетеді. 2.Нысанаға қапшықты көздеп лақтыру.(құм салынған қапшық) «Мен спортсменмін»! қимыл – қозғалыс ойыны. Қорытынды:Бір қатар тізбекпен жүріп, орындау.		Міндеттері: БМ. Балалардың тізбекке қолдарын созып тұрып, түзелуді орындауын, саптан екі-екіден тізбекке ауысуға, «оңға», «солға» бұрылуларын, 1,5 мин. дейін үздіксіз жүгіруін, оң және сол жақпен баудан секіруін бекіту. Допты алып жүруге допты екі қолмен кеудеден лақтыруды (баскетболдағы допты лақтыру тәсілімен) үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: «Бағанаға шығыршықты дәлдеп кигіз»! ойыны.(шығыршыққа сақинаны дәлдеп кигізуге тырысады. «Арқан тартыс» ойыны: (екі топқа бөлініп ойнайды. Қорытынды: Балалар топқа бөлініп ойнайды. (женген топты, мақтап, мадақтау).	
Балалармен жеке жұмыс		Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдікті ұстап жүру.		Шеңберде тұрып балаларға жан-жаққа шашырап жүру.	
ата-аналармен жұмыс	Кеңестер беру Тәрбиешінің көмегімен ата- аналарға дене шынықтыру оқу қызметіне киімдері таза, ыңғайлы болуына жеке кеңес беру.				

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Қазан II- апта 04.10.21 - 08.10.21 ж Апталық тақырып: « Көлік».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №4 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдар	Көрнекілік құралдар: Бала санына қарай қапшықтар мен доптар.	1.Көрнекілік құралдар: Бала санына қарай қапшықтар мен доптар 2. Жануарлар мен құстардың бет- пердесі, киіз үй.		Көрнекілік құралдар: Шығыршықтар (диаметрі 50 см). Топтағы бала санына қарай әр қайсысына екі қапшықтан, 10 кегли	Көрнекілік құралдар: Бала санына қарай қапшықтар мен доптар.
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 13. Допты алып және кайтара ұру,екі дөнгелекті велосипедпен шенберді айнала тебу. (Таза ауада өткізілетін ойындар) Мақсаты: спорттық ойын элементтері арқылы дене дағдыларын дамыту.	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 14. Кедергілер арқылы еңбек теу және аяқты жартылай бүгіп орындықтан секіру. Мақсаты: дене жаттығуларын орындау кезінде күш сапасын, шапшаңдық және қимыл - қозғалыс		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 15. Допты баспен итеріп, доғаның астымен төрттаған-дап еңбектеп өту. Мақсаты: дене шынықтыру жаттығуларын орындау кезінде ептілік, қимыл - қозғалыс үйлесімділігі	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 13. Допты алып және кайтара ұру,екі дөнгелекті велосипедпен шенберді айнала тебу. (Таза ауада өткізілетін ойындар). Мақсаты: спорттық ойын элементтері арқылы дене дағдыларын дамыту. Міндеттері: БМ.Тізені жоғары көтеріп жүруді;

	Міндеттері: БМ.Тізені жоғары көтеріп жүруді; 1,5мин. дейін үздіксіз жүгіруді қайталау.Екі дүңгелекті велосипедпен шеңберді айнала тебуді, допты белгіленген бағытта оң және сол аяқпен (футбол элементі) теуіп алып жүруді, допты оң және сол қолмен алып жүруді (баскетбол элементі) үйрету. Қимылды ойында екі аяқпен алға қарай ұмтылып секіру жаттығуын орындау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Жүгіру. Бірінің соңынан бірі жүру.1.2 м қашықтықта допты кеуде тұсынан бір-біріне лақтыру. Қорытынды:«Өз үйінді тап» ойын.	үйлесімділігін дамыту. Міндеттері. БМ. Балаларға орындықтан секірген кезде аяқты жартылай бүгіп жерге түсу тәсілін үйрету. Жүгіріп бара жатып, қырлы бөренелерді аттап өтуге, тәрбиешінің сигналы бойынша тізбекте бір-бірден жүрген кезде айналу орындауға жаттықтыру Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Төбелеріне қалташа қойып жүру. 2.20 см биіктіктен секіру. Ойын: «Даусынан таны» ойынын ойнау. Қорытынды: «Қояндар» ойыны		және күш қасиеттерін дамыту. Міндеттері: БМ. Тізбекте бір-бірден жүрген кезде және қырлы бөренелерден аттап өту арқылы жүгірген кезде тәрбиешінің сигналы бойынша бұрылуды орындау шеберлігін бекіту.Допты басымен итеріп,қозғалудыүйлестіру Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Көлденең нысанаға оң және сол қолмен қапшықтарды лақтыру (1-1,5 м қашықтық). 2.Кегельдер арасымен еңбектеп жүру. Ойын: «Қасқыр қақпан» ойынын ойнау.	1,5мин. дейін үздіксіз жүгіруді қайталау.Екі дүңгелекті велосипедпен шеңберді айнала тебуді, допты белгіленген бағытта оң және сол аяқпен (футбол элементі) теуіп алып жүруді, допты оң және сол қолмен алып жүруді (баскетбол элементі) үйрету. Қимылды ойында екі аяқпен алға қарай ұмтылып секіру жаттығуын орындау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Шеңберден тұру. Жүгіру. Бірінің соңынан бірі жүру. 1.2 м қашықтықта допты кеуде тұсынан бір-біріне лақтыру. 2.Қапшықтармен сапқа тізіліп жүру. Ойын: «Құстар мен жаңбыр» ойынын ойнау. Қорытынды:«Өз үйінді тап» ойын.
Балалармен жеке жұмыс	Гимнастикалық орындық үстімен тепе- теңдікті ұстап жүру	Шеңберде тұрып жан-жаққа шашырап жүру		Баспалдақ модулімен жүру	
Ата-анамен жұмыс	Денсаулықтарына байланысты «Шынықсаң шымыр боласың!» деген тақырыпта жеке кеңестер беру.				

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ
Қазан ІІІ- апта 11.10.21 - 15. 10.21 ж**

Апталық тақырып: « Жомарт күз».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №4 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №4 музыка
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау		Көрнекілік құралдар: 1. Әр балаға екі жалаушадан, 6-8 кесек ағаш.		Көрнекілік құралдар: 1. Әр балаға екі жалаушадан, 6-8 кесек ағаш. 2. Бала санына қарай: секіртпе, құм салынған қапшық, кегли.	
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 16. Допты оң және сол қолы мен көлденең нысанаға лақтыру. Мақсаты: допты көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру шеберлігін қалыптастыру,		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 17. Гимнастикалық орындықтың үстімен аяқты алшақ басып бүйірлеп жүру. Мақсаты: гимнастикалық орындық үстінде күрделендірілген тапсырмаларды орындау кезінде тұрақты тепе-теңдікті сақтау	

		көз мөлшерін, ептілікті және жаттығуларды орындау кезінде қимыл - қозғалыс дамыту. Міндеттері: БМ. Тәрбиешінің сигналы бойынша қозғалу қарқынын өзгертіп, шашыраңқы түрде жүгіру, айналу, тапсырманы жүріп орындау. Допты оң және сол қолмен 2м арақашықтықтан көлденең нысанаға лақтыру тәсілін үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Шеңберден тұру. Жүгіру. Бірінің соңынан бірі жүру. 1.2 м қашықтықта допты кеуде тұсынан бір-біріне лақтыру. 2. Қапшықтармен сапқа тізіліп жүру. Ойын: «Құстар мен жаңбыр» ойынын ойнау. Қорытынды: «Өз үйінді тап» ойын.		дағдысын қалыптастыру. Міндеттері: БМ. Тәрбиешінің сигналы бойынша қозғалыс қарқынын; шашыраңқы түрде жүгіру, бұрылу, тапсырманы орындау. Гимнастикалық орындықтың үстімен жүру кезінде тұрақты тепе-теңдікті сақтау. Заттардың (бір-бірінен 1,5 м арақашықтықта орналасқан кегльдер, нығыздалған доптар, текшелер) арасымен «жылан түрінде» еңбектеп жүруге жаттықтыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Денені оңға бұру; 2- б.қ. Б.қ. аяқты сәл ашып, секіртпені арт жақта ұстап тұру. Секіртпені алға қарай айналдыра отырып, кішкене үзілі секіру. «Ирелендеген соқпақ жол» ойыны. Қорытынды: «Басына қапшық қою» ойынымен қорытындылау.		
Балалармен жеке жұмыс		балаларға жеке көрсету, түсіндіру		Доғалар астынан еңбектеп өту.		
ата-аналармен жұмыс	Кеңестер беру Тәрбиешілерден дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне барлық баланың киімдері болуын қадағалауды сұрау					

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің

ЦИКЛОГРАММАСЫ

Қазан IV- апта 18.10.21 - 22. 10.21 ж

Апталық тақырып: «Ас атасы – Нан!»

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №4 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №4 Музыкаыр ғағымен
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау	Көрнекілік құралдар: 1.Әр балаға гимнастикалық таяқша беріледі, лақтыруға арналған қапшықтар,	Көрнекілік құралдар: 1.Әр балаға гимнастикалық таяқша беріледі, лақтыруға арналған қапшықтар,		Көрнекілік құралдар: 1.Бала санына қарай қапшықтар мен доптар	Көрнекілік құралдар: 1.Бала санына қарай қапшықтар мен доптар
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 18. Велосипед және самокат тебу. Допты кеудеден лақтыру (баскетбол нұсқасы). Таза ауада ұйымдастырылған оқу қызметі. Мақсаты: спорттық ойын	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 19. Үш обручтен топтасып қатар өту, биіктікке секіру. Мақсаты: ептілікті және қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамыту,		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 20. Кедергілерден етіп төрт - тағандап енбектеу. Мақсаты: дене жаттығулары мен тапсырмалары арқылы қимыл белсенділігін, ептілікті, қимыл-қозғалыс	МАД тобы «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 18. Велосипед және самокат тебу. Допты кеудеден лақтыру (баскетбол нұсқасы). Таза ауада ұйымдастырылған оқу қызметі. Мақсаты: спорттық ойын

	элементтері арқылы қимыл-қозғалыс үйлесімділігі, ептілік және күш қасиеттерін дамыту. Міндеттері: БМ. Аяқтың ұшымен жүру, өкшемен жүру, 1,5 мин. дейін үзіліссіз жүгіру жаттығулары.Доппен ойналатын ойын жаттығуларын үйрену (серік-тесіңе доп лақтыру және ұстап алу баскетбол нұсқасы). Екі дөңгелекті велосипед тебу (түзу жерде және шеңберді айналып) шеберлігін бекіту, самокат тебу тәсілімен таныстыру Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Қыздар доға немесе орындықтардың астынан өту. 2.Кішкентай шығыршықты дәлдеп кигізу. Ойын:«Арқан тартыс»	обруч арқылы өткен кезде топтаса білу шеберлігі, биіктікке секіру; спорттық ойын элементтерін жетілдіру. Міндеттері: БМ. Тізбекте екі-екіден (жүппен) жүтіріп және жүріп келе жатқанда балаларды сол иығы арқылы айналдырып үйрету. Топтасу және үш обручтен қатар бүйірмен өту шеберлігін қалыптастыру; биіктікке секіру (21 см) сияқты секіру дағдысын жетілдіру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Секіртпе арқылы секіру (ұзын).2.Арқан арқылы секіру. Ойын:«Арқан тартыс» Қорытынды:«Өз үйіне кір» ойын.		үйлесімділігін дамыту. Міндеттері. БМ. Балаларды тізбекте екі-екіден (жүппен) жүру және жүгіру кезінде сол иық арқылы айналу-ға үйрету. Кедегілерді (гимнас-тикалық орындық арқылы) еңсеру арқылы заттардың арасымен «зигзаг» түрінде төрттаған-дап еңбектеу тәсілімен танысу Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Шеңберден тұру. Жүгіру. Бірінің соңынан бірі жүру. 1.2 м қашықтықта допты кеуде тұсынан бір-біріне лақтыру. 2.Қапшықтармен сапқа тізіліп жүру. Орташа жылдамдықпен жүгіру 50 сек. (100 м). Жүру. Ойын: «Құстар мен жаңбыр» ойынын ойнау.	элементтері арқылы қимыл-қозғалыс үйлесімділігі, ептілік және күш қасиеттерін дамыту. Міндеттері: БМ. Аяқтың ұшымен жүру, өкшемен жүру, 1,5 мин. дейін үзіліссіз жүгіру жаттығулары.Доппен ойналатын ойын жаттығуларын үйрену (серік-тесіңе доп лақтыру және ұстап алу баскетбол нұсқасы). Екі дөңгелекті велосипед тебу (түзу жерде және шеңберді айналып) шеберлігін бекіту, самокат тебу тәсілімен таныстыру Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Қыздар доға немесе орындықтардың астынан өту. 2.Кішкентай шығыршықты дәлдеп кигізу.Ойын:«Арқан тартыс» Қорытынды:«Өз үйінді тап» ойын.
Балалармен жеке жұмыс	Гим.калық орындық үстімен тепе- теңдікті ұстап жүргізу	Шеңберде тұрып жан-жаққа шашырап жүргізу		Баспалдақ модулімен жүргізу	Гимнастикалық орындық үстімен тепе- теңдікті ұстап жүргізу

**2022-2023оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ
ҚазанІ- апта25.10.21 - 29.10.21 ж**

Апталық тақырып: «Күз сыйы»

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №6 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №6 музыка
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау		Көрнекілік құралдар: Бала санына қарай доп, кегли, гимнастикалық таяқшалар, тек-ше, орындықтар.		Көрнекілік құралдар: Әр балаға гимнастикалық таяқша беріледі, лақтыруға арналған қапшықтар, гимнастикалық баспалдақ.	
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 21. Допты екі колмен төменнен лақтыру, заттардың арасымен оң және сол аякпен секіру Мақсаты: дене жаттығулары арқылы балалардың психо-физикалық қасиеттерін (ептілік, қимыл-қозғалысты үйлестіру,		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 22. Сапта тұрып допты бастан асырып лақтыру Мақсаты: допты лақтыру (баскетбол элементтері) шеберлігі мен дағдысын қалыптастыру, орындықтың үстінде жаттығуды орындаған кезде тепе-тең-	

		көз мөлшері және тепе-теңдік сезімі) дамыту. Міндеттері. БМ. Тізбекте бір сызыққа қойылған кегльдердің арасымен бір-бірден тізені жоғары көтеріп жүру дағдысын жетілдіру, шашыраңқы түрде жүгіру дағдысын жетілдіру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Гимнастикалық қабырғада өрмелеу. Нұсқаушы балаларды 2-3 топқа бөледі. Гимнастикалық қабырғада қалай өрмелеу керектігін түсіндіреді, көрсетеді. 2.Нысанаға қапшықты көздеп лақтыру.(құм салынған қапшық)Қорытынды: Бір қатар тізбекпен жүріп, тыныс алу жаттығуларын орындау.		дікті сезіну және секірген кезде қимыл-қозғалыс үйлесімділігін сақтау. Міндеттері. БМ. Тізбекті бір-бірден бір сызықтың бойына қойылған кегль- дердің арасымен тізені жоғары көтеріп жүру дағдысын жетілдіруді жалғастыру, шашыраңқы түрде жүгіру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Гимнастикалық қабырғада өрмелеу. Нұсқаушы балаларды 2-3 топқа бөледі. Гимнастикалық қабырғада қалай өрмелеу керектігін түсіндіреді, көрсетеді. 2.Нысанаға қапшықты көздеп лақтыру.(құм салынған қапшық)Қорытынды: Бір қатар тізбекпен жүріп, тыныс алу жаттығуларын орындау.	
Балалармен жеке жұмыс		Майтабанды алдын алу жаттығулары .Мыс: «Орақ» жаттығуы- еденге тізені бүгіп отырып, табанды еденге қою (20 см).		Майтабанды алдын алу жаттығулары .Мыс: «Орақ» жаттығуы- еденге тізені бүгіп отырып, табанды еденге қою (20 см).	
Ата\аналармен жұмыс	Салауатты өмір салтын ұстану туралы кеңес.				

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Қараша ІІ- апта 01.11.21 - 05.11.21 ж

Апталық тақырып: « Дені саудың жаны сау».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау(Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау(Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау(Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындауЖелдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау	Көрнекілік құралдар: Әр балаға гимнастикалық таяқша беріледі, лақтыруға арналған қапшықтар,гимнастика лық баспалдақ.	Көрнекілік құралдар: 2.Бала санына қарай қапшықтар мен доптар.		Көрнекілік құралдар: Әр балаға гимнастикалық таяқша беріледі, лақтыруға арналғанқапшықтар,гимнасти калық баспалдақ.	Көрнекілік құралдар: Шығыршықтар (диаметрі 50 см). Топтағы бала санына қарай әр қайсысына екі қапшықтан, 10 кегли
Ұйымдас тырылған оқу қызметтерін өткізу	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 23. Футбол және бадминтон элементтерін үйрену. Таза ауада ұйымдастырылған оқу	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 24. Оң және сол аяқпен кезектесіп алға қарай ұмтыла секіру, допты оң және сол қолмен қайтара ұру. Мақсаты: дене жаттығулары мен қимыл-		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 25. Алға қарай қадамдап, допты еденге ұру, допты баспен итеріп төрттағандап еңбектеу. Мақсаты: дене жаттығулары мен қимыл ойындары көмегі-мен жылдамдық-күш	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 23. Футбол және бадминтон элементтерінүйрену. Таза ауада ұйымдас

	қызметі. Мақсаты: спорттық ойындарға қызығушылықтарын арттыру. Міндеттері. БМ. Кедергілерді аттап жүру арқылы балаларға жүру және жүгіру жаттығуларын орындату; 2мин. дейін үзіліссіз жүгіру Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Қыздар доға немесе орындықтардың астынан өту. 2.Кішкентай шығыршықты (сақинаны) дәлдеп кигізу. Ойын: «Арқан тартыс» ойынын ойнау. Қорытынды: ойын арқылы жеңімпаз балаларды мадақтау.	қозғалыс ойындары көмегімен жылдамдық-күш қасиеттерін дамыту. Міндеттері. БМ. Қозғалыс бағытын өзгерту арқылы жүруді, заттардың арасымен жүгіруді қайталау. Оң және сол аяқпен кезектесіп, алға қарай ұмтылып секіру шеберлігін қалыптастыру. Орындықта ішпен еңбектеп жаттығу және допты оң және сол қолмен бір жерде тұрып қайтара ұру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Шеңберден тұру. Жүгіру. Бірінің соңынан бірі жүру. 1.2 м қашықтықта допты кеуде тұсынан бір-біріне лақтыру. 2.Қапшықтармен сапқа тізіліп жүру. Орташа жылдамдықпен жүгіру 50 сек. (100 м). Жүру. Ойын: «Құстар мен жаңбыр» ойыны Қорытынды: «Өз үйінді тап» ойын.		қасиеттерін, ептілікті және қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Міндеттері: Қозғалыс бағытын өзгерту арқылы жүруді қайталау, заттардың арасымен жүтіру. 5м арақашықтыққа қадамдап шығып, допты еденге қайтара ұру шеберлігін қалыптастыру, допты баспен итеріп, төрттағандап еңбектеу Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Шеңберден тұру. Жүгіру. Бірінің соңынан бірі жүру. 1.2 м қашықтықта допты кеуде тұсынан бір-біріне лақтыру. 2.Қапшықтармен сапқа тізіліп жүру. Орташа жылдамдықпен жүгіру 50 сек. (100 м). Жүру. Ойын: «Құстар мен жаңбыр» ойынын ойнау. Қорытынды: «Өз үйінді тап» ойын.	тырылған оқу қызметі. Мақсаты: спорттық ойындарға қызығушылықтарын арттыру. Міндеттері. БМ. Кедергілерді аттап жүру арқылы балаларға жүру және жүгіру жаттығуларын орындату; 2мин. дейін үзіліссіз жүгіру Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Көлденең нысанаға оң және сол қолмен қапшықтарды лақтыру (1-1,5 м қашықтық). 2.Кегельдер арасымен еңбектеп жүру. Ойын: «Секіріп айналу» ойынын ойнау. Қорытынды: «Мысықтар» ойын.
Балалармен жеке жұмыс	Жаттығуларды дұрыс орындалуын қадағалау.	Жаттығуларды дұрыс орындалуын қадағалау.		Дәрігерлік тіркеуде тұрған балаларға жеңіл жаттығуларды жасату.	Жаттығуларды дұрыс орындалуын қадағалау.

**2022-2023оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

ҚарашаІІІ- апта08.11.21 - 12. 11.21 ж

Апталық тақырып: « Мен және қоршаған орта »

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка№6
ҰОҚдайындык/ қажетті құралдарды дайындау		Көрнекілік құралдар: Әр балаға екі жалаушадан, 6-8 кесек ағаш.		Көрнекілік құралдар: Гимнастикалық қабырға немесе мұнара, бала санына қарай доптар.	
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 26. Допты бір қолмен алып жүру, обручке қолына доп ұстап топтасып кіру. Мақсаты: 1. . Шашырап жұптасып жүру мен жүгіруге жаттықтыру. 2. Жылдамдық және ептілікті дамыту. 3.Көлбеу қойылған баспалдаққа міну арқылы		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 27. Топтасып доғадан өту, тепе-теңдікті сақтай отырып, нығыздалған доптардың арасымен аяқтың ұшымен жүру. Мақсаты: 1.Бір қалыпты (баяу) жартылай отыруды және жеңіл секіруді үйрету. 2.Белгіге жауап беру білігін дамыту.	

		білте таяқшаны дұрыс ұстауға үйрету; кесек ағаштан аттап жүруге үйрету (ауыспалы қадам). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1 «Жалаушаны жоғары көтер, 2. Төмен түсір!».Кенеттен ол « Ретсіздік!» дегенде барлығы жан- жаққа шашырап қашады да, жалаушаларын жоғары көтеріп бұлғайды. «Реттілік!» деген белгі бойынша барлығы өз орындарына тұрады, соңғы көрсетілген қимылды көрсетеді. Қорытынды: Нұсқаушы жаттығуды жақсы көрсеткен мадақтайды.		3.Гимнастикалық кабырғаға өрмелеуді үйрету; белгі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Гимнастикалық кабырғада кез келген тәсілмен өрмелеу. 2. «Допты қуалап ұста!» қимыл –қозғалыс ойыны.Нұсқаушының қолында себетке салынғандоптар. Қорытынды: Ойынға жақсы қатысқан балаларды мақтап, мадақтау.	
Балалармен жеке жұмыс		Ұйымдастырылған оқу қызметіне қолданылған заттарды жинастыруға көмектесу.		Майтабанға арналған жаттығу: « Өкшемен » жүру жаттығуы- еденге бақаймен табанды тигізбей, өкшемен жүру	
Педагог-тармен ата-аналармен жұмыс	Кеңестер беру Тәрбиешінің көмегімен ата- аналарға дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне барлық баланың киімдері ыңғайлы, аяқтарына чешки кию туралы жеке кеңес беру.				

2021 - 2022 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің

ЦИКЛОГРАММАСЫ

Қараша IV- апта 15.11.21 - 19.11.21 ж

Апталық тақырып: «Менің Қазақстаным!»

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6
ҰОҚ дайындық/ қажетті құралдарды дайындау	Көрнекілік құралдар: Бала санына қарай доп, кегли, гимнастикалық таяқшалар, текше , орындықтар.	Көрнекілік құралдар: 1.Бала санына қарай доп, кегли, гимнастикалық таяқшалар, текше , орындықтар. 2.Орындық, туннель, гимнастикалық төсеніш, шығыршықтар.		Көрнекілік құралдар: 1.Бала санына қарай доп, кегли, гимнастикалық таяқшалар, текше , орындықтар. 2.Орындық, туннель, гимнастикалық төсеніш, шығыршықтар.	Көрнекілік құралдар: 1.Гимнастикалық қабырға немесе мұнара, бала санына қарай доптар. 2.Екі қапшықтар және бір текшеден әр бір балаға, ойынға арналған жіп.
Ұйымдас-тырылған оқу қызмет - терін өткізу	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 28. Таза ауадағы дамытушы ойындар. Таза ауада ұйым-дастырылған оқу қызметі Мақсаты: таза ауада ойналатын спорттық және қимыл-қозғалыс ойындарына қызығушы	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 29. Баудың астымен бүйірлеп өту, гимнастикалық орындық үстімен басына қапшық қойып жүру. Мақсаты: топтасу дағдыларын, тепе-теңдікті сақтау және екі аяқпен		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 30. Текшелерді аттап өту арқылы арқанмен бүйірлеп жүру. Мақсаты: Тепе-теңдікті сезінуді, қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Міндеттері: БМ. Педагогтың сигналы	МАД «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 28. Таза ауадағы дамытушы ойындар. Таза ауада ұйым-дастырылған оқу қызметі Мақсаты: 1. Гимнастикалық орындық немесе бөрене

	- лықтарын арттыру. Міндеттері. БМ. Баяу үзіліссіз жүгіруді, сапта тұрып доп лақтыруды жаттықтыру. Секіру және жүгіру ойын жаттығуларын қайталау. Көз мөлшерін, ептілікті, қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Шалқадан жатып, допты түзу қолдарында басының жоғарғы жағында ұстау. 1-2- алға қарай түзу қолдарын және оң аяқты көтеру, допты аяғына тигізу; 3-4- бастапқы қалыпқа келу. Сол сияқты сол аяқпен. 2. Аяқтары сәл ашылған, доп оң қолында, ұрады. «Аюлар және аралар» ойыны. Қорытынды; «Қалашықты құлату» ойыны.	кезектесіп секіру шеберлігін дамыту. Міндеттері. БМ. Педагогтың сигналы бойынша тізбекте бір-бірден тоқтап жүру дағдысын, басына қапшық қойып жүру кезінде тұрақты тепе-теңдікті сақтау шеберлігін, алға қарай үмтылып, екі аяқпен кезек-кезек секіру дағдысын жетілдіруді жалғастыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Лаққа жету үшін, орындықтың үстімен тартылып екінші шетіне шығамыз. 2. Ал одан кейін қорқынышты үңгірге баратын жолға түсеміз. (Туннель ішімен жүреміз); «Өз үйінді тап!» ойыны Қорытынды; Балалар ал енді Иванушка досымызбен қоштасайық.		бойынша тоқтап, тізбекте бір- бір ден жүру дағдысын жетілдіруді жалғастыру, баудың астымен бүйірлеп және тік еңбектеуді жаттықтыру, заттардың арасымен сол және оң аяқпен секіру. Текшелерден аттап өту арқылы баумен бүйірлеп жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау дағдысын қалыптастыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Лаққа жету үшін, орындықтың үстімен тартылып екінші шетіне шығамыз. 2. Ал одан кейін қорқынышты үңгірге баратын жолға түсеміз. (Туннель ішімен жүреміз); «Өз үйінді тап!» ойыны Қорытынды; Балалар ал енді Иванушка досымызбен қоштасайық.	үстінде еңбектеп жүруге және шеңбер бойымен жүруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді- шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен құм толтырылған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Қапшықты сол және оң қолымен алысқа лақтыру. 2. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеп жүру. «Түрлі таспаларды әкелеміз» қимыл-қозғалыс ойыны. Қорытынды: Ойынға жақсы қатысқан балаларды мақтап, мадақтау.
Балалар-мен жеке жұмыс	Гимнастикалық орындық үстінде тепе- теңдікті ұстап жүру.	Гимнастикалық орындық үстінде тепе- теңдікті ұстап жүру.		Гимнастикалық орындық үстінде тепе- теңдікті ұстап жүру.	Гимнастикалық орындық үстінде тепе- теңдікті ұстап жүру.
Ата\аналармен жұмыс	Ата- аналарға күнделікті дене шынықтыру киімдері болуына кеңес беру.				

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ
Қараша І- апта 22.11.21 - 26. 11.21 ж**

Апталық тақырып: «Алақай, қыс келді!»

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка
ҰОҚ дайындық/ қажетті құралдар-ды дайындау		Көрнекілік құралдар: 1. Үш волейбол добы, төрт шана, жалауша. 2. Екі гимнастикалық орындықтар, екі қапшықтар және бір текшеден әр бір балаға, ойынға		Көрнекілік құралдар: 1. Түрлі түсті орамалдар және құм толтырылған қапшықшалар 2. Әрбір балаға екі қарағай бүршіктері, бір-екі гимнастикалық қабырға	
Ұйымдас-тырылған оқу қызмет-терін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 31. Көлбеу тақтайдың үстімен түзу жүру, қырлы бөренелерден екі аяқпен секіру. Мақсаты: жылдамдық-күш қасиеттерін, шапшаңдық, ептілік және қимыл-қозғалыс		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 32. Баудың оң және сол жағынан секіру, көлбеу тақтаймен аяқты алшақ басып жүру. Мақсаты: Арқаны дұрыс ұстау, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары қарай кезектестірілген	

		үйлесімділігін қалыптастыру. Міндеттері. БМ. Заттардың арасымен, оларға тиіп кетпей жүгіру кезінде балаларды бір-бірінің арасындағы арақашықтықты дұрыс ұстанып, тізбекте бір-бірден жүгіртіп жаттықтыру Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Қапшықты сол және оң қолымен алысқа лақтыру. 2. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеп жүру. «Түрлі таспаларды әкелеміз» қимыл- қозғалыс ойыны. Қорытынды; «Таспаны жоғары көтеріңдер, бізді тез қуып жетіңдер!» ойыны.		адыммен өрмелеу, қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіруді үйрету. Белсенділіктерін арттыру. Спорт сүйгіштікке тәрбиелеу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Қапшықты сол және оң қолымен алысқа лақтыру. 2. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеп жүру. «Түрлі таспаларды әкелеміз» ойыны. Қорытынды; «Таспаны жоғары көтеріңдер, бізді тез қуып жетіңдер!»	
Балалармен жеке жұмыс		Баяу жүгіреді, жылдам жүгіреді.		Қолданылған заттарды жинастыруға көмектеседі.	
Педагог-тармен ата-аналармен жұмыс	Ата- аналарға күнделікті дене шынықтыру киімдері болуына кеңес беру.				

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Қараша - Желтоқсан II- апта 29.11.21 - 03.12.21ж

Апталық тақырып: «Жайнай бер, Қазақстан!»

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу Музыка №6
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдар-ды дайындау	Көрнекілік құралдар: 1.Әрбір балаға екі қарағай бүршіктері, бір-екі гимнастикалық қабырға екі баған, жіп, шығыршық	Көрнекілік құралдар: 1.Әрбір балаға екі қарағай бүршіктері, бір-екі гимнастикалық қабырға екі баған, жіп,шығыршық		Көрнекілік құралдар: 1. Гимнастикалық таяқша, көзді байлайтын материал. 2. Кішкентай доптар және үлкен доптар	Көрнекілік құралдар: 1.Әрбір балаға екі қарағай бүршіктері, бір-екі гимнастикалық қабырға екі баған, жіп, шығыршық
Ұйымдас-тырылған оқу қызмет-терін өткізу	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 33. Мұз жолағымен сырғанау. «Арқан ойыны» ұлттық ойыны. Таза ауада ұйымдастырылған оқу қызметі. Мақсаты: спорттық ойын элементтері арқылы қозғалыс дағдыларын, тепе-теңдікті сезімін	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 34. Допты екі қолмен жоғарыға лақтырып, ұстап алу, алға қарай ұмтылып бір аяқтан екінші аяққа секіру. Мақсаты: допты екі жоғары лақтыру және оны ұстап алу дағдысын, бір аяқтан екінші аяққа секіру		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 35. Допты заттардың арасымен домалату, допты баспен итеріп, кегльдердің арасымен төрттағандап енбектеу. Мақсаты: қимыл белсенділігі мен қимыл-қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру.	МАД тобы «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 33. Мұз жолағымен сырғанау. «Арқан ойыны» ұлттық ойыны. Таза ауада ұйымдастырылған оқу қызметі. Мақсаты: спорттық ойын элементтері арқылы қозғалыс дағдыларын, тепе-теңдікті сезімін

	қалыптастыру. Міндеттері: БМ. Тізбекте бір-бірден заттардың арасымен шашыраңқы түрде және «жылан түрінде» (кезектесіп) жүріп жаттығу, 2 мин. дейін баяу қарқынмен жүгіру. «Арқан ойын» ойыны (арқаннан секіріп өт) және «Қойып қойал» қозғалыс ойыны Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Бір орында тұрып ұзындыққа секіру. 2.Гимнастикалық орындық үстінде кедергілерден (текшелерден) аттап жүру «Мысық пен торғайлар» қимыл- қозғалыс ойыны. Қорытынды; Балалар ойынға жақсы қатысқан балаларды мақтап, мадақтау.	көмегімен қимыл- қозғалыс үйлесім-ділігін дамыту. Міндеттері: БМ. Балаларды бір-бірінің қолынан ұстап, шеңбер бойымен кері қарай бұрылтып, жүргізу және жүруге жаттықтыру.Допты жоғарыға қарай лақтыру және оны ұстап алу тәсілін үйрету, алға қарай ұмтылып, бір аяқтан екінші аяққа секіру тәсілін көрсету (бір аяқпен екі рет қатарынан секіріп). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Бір орында тұрып ұзындыққа секіру. 2.Гимнастикалық орындық үстінде кедергілерден (текшелерден) аттап жүру «Мысық пен торғайлар» қимыл- қозғалыс ойыны. Қорытынды; Балалар ойынға жақсы қатысқан балаларды мақтап, мадақтау.		Міндеттері. Допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен алып жүруді үйрету; допты баспен итеру арқылы кегльдердің арасымен еңбектеу және алға қарай ұмтылып, бір аяқтан екінші аяққа секіру (бір аяғымен қатарынан үш рет секіру) шеберлігін пысықтау Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Көлбеу қойылған тақтай үстімен жоғары және төмен жүру. 2.Құм салынған қапшықшаны оң және сол қолмен алысқа лақтыру Қорытынды; Жаттығуларды дұрыс орындаған балаларды мадақтап, мақтау.	қалыптастыру. Міндеттері: БМ. Тізбекте бір-бірден заттардың арасымен шашыраңқы түрде және «жылан түрінде» (кезектесіп) жүріп жаттығу, 2 мин. дейін баяу қарқынмен жүгіру. «Арқан ойын» ойыны (арқаннан секіріп өт) және «Қойып қойал» қозғалыс ойыны Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Бір орында тұрып ұзындыққа секіру. 2.Гимнастикалық орындық үстінде кедергілерден (текшелерден) аттап жүру «Мысық пен торғайлар» қимыл- қозғалыс ойыны. Қорытынды; Балалар ойынға жақсы қатысқан балаларды мақтап, мадақтау.
Балалармен жеке жұмыс	Қолдарын жоғары көтеріп, екі жаққа созып, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру	Жүру түрлерін орындату.		Қолдарын жоғары көтеріп, екі жаққа созып, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру.	Қолдарын жоғары көтеріп, екі жаққа созып, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру.

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Желтоқсан ІІІ- апта 06.12.21 - 10.12.21 ж

Апталық тақырып: «Туған өлке байлықтары».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдар-ды дайындау		Көрнекілік құралдар: 1. Гимнастикалық таяқша, көзді байлайтын материал. Бір балаға арналған орындық, гимнастикалық білік таяқшалар, доптар.		Көрнекілік құралдар: Әр балаға берілетін доп, баған, жіп, лента. Баланың санына қарай кішкентай шығыршық құралдарды педагог өзі тандайды.	
Ұйымдас-тырылған оқу қызмет-терін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 36. Тепе-теңдікті сақтап, ойлы- қырлы тақтай үстімен жүру, гимнас-тикалық орындықтың үстінде ішпен еңбектеу. Мақсаты: Тепе-теңдікті		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 37. Қапшықты арқалап, төрттағандап еңбектеу және басына қапшық қойып, ойлықырлы тақтай үстімен жүру. Мақсаты: Тұрақты тепе-теңдік пен қимыл-қозғалыс	

		сезімін, ептілік пен күш қасиеттерін дамыту. Міндеттері: БМ. Балаларды шашыраңқы жүріп және жүгіріп жаттықтыру; допты лақтыру және ұстау шеберлігі. Гимнастикалық орындықта ішпен еңбектеу шеберлігін қалыптастыру екі қолмен тартылу және беткі қабаты ойлы-қырлы тақтай үстімен жүрген кезде тепе-теңдікті сақтау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1 «Велосипед» жаттығуы. 2. Диафрагма көмегімен дем алу. 3. «Қайшы» жаттығуы. 4. Демді ұстап тұрып дем алу. 5. Допты қабырғаға лақтырып, ыршыған допты қайта қағып алу. Қорытынды; Жаттығуларды қайталату.		үйлесімділігін дамыту. Міндеттері: БМ. Балаларды шашыраңқы түрде жүгіртіп және жүргізіп жаттықтыру; 2,5-3 м арақашықтықтан доп ұстау шеберлігін дамыту. Қапшықты аркалап, төрттаған дап еңбектеу дағдысын жетілдіру, басына қапшық қойып, ойлықырлы тақтай үстімен аяқты алшақ басып жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Көзді жұмып секіріп, айналып болған соң тоқтап, қарлығаш болып қону; Құм салынған қапшықты екі тізенің ортасына қысып ұстап., алға секіру; «Пойыз» ойыны Қорытынды: «Кім мықты?» ойыны	
Балалар-мен жеке жұмыс		Дем алу және терең дем шығару, жаттығуларын орындау.		Бір қатар тізбекпен жүру. Ысқырық бойынша бағытты өзгертіп жүру.	
Педагог-тармен жұмыс	Ата- аналарға ұйымдастырылған оқу қызметінде майтабанға арналған жаттығуларды еске түсіріп, есте сақталған жаттығуларды үйде бірнеше рет қайталауға кеңес беру.				

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Желтоқсан IV- апта 13.12.21 -15. 12.21 ж

Апталық тақырып: «Қош келдің – Жаңа Жыл!»

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау	Көрнекілік құралдар: 1. Жиырма жалауша, төрт жұп шаңғы таяқшасы мен шаңғылар. 2. Әр бір балаға берілетін доп, баған, жіп, шаналар.	Көрнекілік құралдар: 1. Түрлі түсті орамалдар және құм толтырылған қапшықшалар, 1-2 көлбеу қойылған тақтайлар 3-5 үлкен шығыршық.			
Ұйымдас-тырылған оқу қызмет-терін өткізу	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 38. Шаңғымен сырғанап қадам жасау, қарды нысанаға лақтыру. Таза ауада ұйымдастырылған оқу қызметі. Мақсаты: Спорттық жаттығулар мен таза ауадағы ойындар арқылы қимыл дағдылары,	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 39. Гимнастикалық қабырғамен жоғарыға шығу, қабырғаға доп лақтыру. Мақсаты: Жылдамдық күш қасиеттері, қимыл-қозғалыс дәлдігі мен үйлесімділігін қалыптастыру.			

	қимыл-қозғалыс үйлесімділігі мен дәлдігін қалыптастыру. Міндеттері: БМ. Қолдың жігерлі жұмысын және шаңғымен сырғанау қадамының дағдысын қалыптастыру. Шаңғымен сырғанау ырғағын дамыту; нысанаға қар лақтырып жаттығу. Екі аяқпен секіру шеберлігін пысықтау; заттардың арасымен жылдам жүру арқылы ойын жаттығуларын қайталау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Балалар, тағы да жүреміз, жол кең, кімнің қасына тұрғыларың келеді, тура беріңдер,- деп педагог балаларды өздерінің қалаулары бойынша бірнеше топқа бөледі. Нұсқаушы оларды еденнен біріншісі -25-30 см биіктікте, ал екіншісі бірінші жіптің дәл үстінде -75-80 см биіктікте керіліп тартылған екі жіптің жанына алып келеді.	Міндеттері: БМ. Балаларды қол ұстасып, шеңберді айналып жүруге және жүгіруге жаттықтыру, шашыраңқы түрде жүгіруге, сапта және шеңберде тұрып, қолын алға созып және жанына созып түзелуге жаттықтыру. Бірде-бір сатының тақтайшаларын жібермей, гимнастикалық қабырғаның ең басына шығуды үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1 «Қармен дәл тигіз» қимыл қозғалыс ойыны. 2. Шанамен жарысу ойыны Қорытынды; Жүру, тыныс алу жаттығуларын орындау.			
Балалармен жеке жұмыс	Жұптасып жүру.	Жаттығуларды 4-5 рет қайталау			
Ата-аналармен жұмыс	Ата- аналарға ұйымдастырылған оқу қызметінде майтабанға арналған жаттығуларды еске түсіріп, есте сақталған жаттығуларды үйде бірнеше рет қайталауға кеңес беру.				

**2022-2023оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Желтоқсан І- апта 20.12.21 - 24. 12.21ж

Апталық тақырып: «Жаңа жылдық сыйлықтар».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау		Көрнекілік құралдар: 1. Екі гимнастикалық орындықтар, екі қапшықтар және бір текшеден әр бір балаға, ойынға арналған жіп.		Көрнекілік құралдар: 1.Іші толтырылған доптар.	
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 40. Қапшықты екі тізенің ортасына қысып, кегльдер арасымен екі аяқпен секіру. Гимнастикалық қабырғаға әртекті тәсілмен өрмелеу. Мақсаты: Қимыл дағдылары, жылдамдықкүш қасиеттері және ептілікті дамыту.		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 41. Допты екі қолмен себетке салу (баскетбол нұсқасы). Көлбеу тақтайдың үстімен жүру мен жүтіру. Мақсаты: Ойын жаттығулары мен спорттық ойын элементтері жәрдемімен қимыл-қозғалыс дәлдігі, үйлесімділігі, жылдамдық қасиеттерін дамыту.	

		Міндеттері: БМ. Балаларды қол ұстасып шеңбер бойымен жүру мен жүгіруге, шашыраңқы түрде жүгіруге жаттықтыру. Сапта және шеңберде тұрып, қолын алға созып және жанына созып түзелуді үйрету; бірде-бір сатының тақтайшаларын жібермей, гимнастикалық қабырғаға әртекті тәсілмен шығу. Тепе-теңдікті және секіруді (тізесінің арасына қапшықты Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Көлбеу қойылған тақтай үстімен жоғары және төмен жүру. Құм салынған қапшықшаны оң және сол қолмен алысқа лақтыру. 3. Еденде созылып жатқан жіптің үстімен 400г қапшықшаны басқа қойып жүру. Қорытынды: «Ұядағы құстар» қимыл қозғалыс ойыны.		Міндеттері: БМ. Балаларды заттардың арасымен, оларға тиіп кетпей жүруге және жүгіруге жаттықтыру, бұрын үйренген сапқа және тізбекке қайта тұруды, айнаруды орындау. Көлбеу тақтаймен жүрген және жүтірген кезде тұрақты тепе-теңдікті қалыптастыруды жалғастыру. Допты себетке екі қолмен лақтыруды үйрету; алдымен бір аяқпен, содан кейін екі аяқпен текшелердің арасында секіру шеберлігін пысықтау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Қапшықты сол және оң қолымен алысқа лақтыру. 2. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеп жүру. «Түрлі таспаларды әкелеміз» қимыл-қозғалыс ойыны. Қорытынды: Ойынға жақсы қатысқан балаларды мақтап, мадақтау.	
Балалармен жеке жұмыс		Алаңның бір шетінен екінші шетінен жүру.		Түзу қадаммен таспалардың ұшынан ұстап жүру.	
Педагогтармен жұмыс	Балаларға дене шынықтыру киімін өздері киіну туралы ата-аналарға кеңес беру.				

**2022-2023 оқу жылына арналған денешынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Қаңтар айы ІІ- апта 27.12.21– 31.12.21 ж

Апталық тақырып: «Қыс қызығы».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 музыка	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 музыка
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау	Көрнекілік құралдар: Бес жалауша, шаңғы.	Көрнекілік құралдар: Бес жалауша, шаңғы.		Көрнекілік құралдар: Бес жалауша, шаңғы.	Көрнекілік құралдар: Жиырма жалауша, төрт жұп шаңғы таяқшасы мен шаңғылар.
Ұйымдас-тырылған оқу қызмет-терін өткізу	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 42. Нығыздалған доптар арқылы екі аяқпен секіру. Допты бір -біріне лақтыру Мақсаты: Жылдамдық-күш қасиеттері, дәлдей білу мен ептілікті дамыту. Міндеттері: БМ.Балалар-ды бір тізбекте жүруге және жүгіртуге, сигнал	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 43. Шаңғымен сырғанап жүру, бұрылу шанада жұптасып сырғанау. Таза ауада ұйымдастырылған оқу қызметі Мақсаты: шаңғымен түзу жерде жүру, бұрылу шеберлігін дамыту; төбеден шанамен жұп болып сырғанауды		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 44. Бір орында тұрып, ұзындыққа секіру, допты оң қол- мен жоғары қарай лақтыру, сол қолмен ұстап алу. Мақсаты: 1.Балаларды шаңғы тебуге үйрету. 2.Негізгі қасиеттерді- шапшаңдық, ептілік дамыту. 3.Жүгіруді жүрумен	МАД тобы «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 42. Нығыздалған доптар арқылы екі аяқпен секіру. Допты бір -біріне лақтыру Мақсаты: Жылдамдық-күш қасиеттері, дәлдей білу мен ептілікті дамыту. Міндеттері: БМ.Балалар-ды бір тізбекте жүруге және жүгіртуге, сигнал

	бойынша басқа жаққа бұрылуға, тізені биік көтеріп, секіртпеден өту. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Оң аяқты көтеру, түсіру. Сол аяқты көтеру, түсіру. Б.қ: аяқтарды қосу, қолдарын беліне қою. Өзінің айналасында екі аяқпен секіру сақтап жүру. Тақтаймен жүру. Ойын: «Аюлар мен аралар» Қорытынды: мақтап, мадақтау	үйрету. Міндеттері: Балаларға шаңғымен сырғанап жүріп қозғалуды үйрету жалғастыру. Қолды белге қойып 80м арақашықтықта шаңғы жолында оңға солға бұрылуды аттап өтуді, жалаулардың арасымен шаңғымен өту Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Оң аяқты көтеру, түсіру. Сол аяқты көтеру, түсіру. Б.қ: аяқтарды қосу, қолдарын беліне қою. Ойын: «Аюлар мен аралар»		алмастыруға үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Оң аяқты көтеру, түсіру. Сол аяқты көтеру, түсіру. Б.қ: аяқтарды қосу, қолдарын беліне қою. Өзінің айналасында екі аяқпен секіру сақтап жүру. Тақтаймен жүру. Ойын: «Аюлар мен аралар» Қорытынды: мақтап, мадақтау	бойынша басқа жаққа бұрылуға, тізені биік көтеріп, секіртпеден өту. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Оң аяқты көтеру, түсіру. Сол аяқты көтеру, түсіру. Б.қ: аяқтарды қосу, қолдарын беліне қою. Өзінің айналасында екі аяқпен секіру сақтап жүру. Тақтаймен жүру. Ойын: «Аюлар мен аралар» Қорытынды: мақтап, мадақтау Қорытынды: Балалар « алыптар» белгі бойынша аяқтың ұшымен жүреді, « құртақандар» деген белгі бойынша жүреді.
Балалармен жеке жұмыс	Денсаулық топтарына жататын	Оқу қызметі барысында жаттығуларды дұрыс, балаларға дұрыс жасау ретін түсіндіру, көрсету		балаларға дұрыс жасау ретін түсіндіру, көрсету	Оқу қызметі барысында жаттығуларды дұрыс, түсіндіру
ата-аналармен жұмыс	Дене шынықтыру киімдерін өздеріне киіндіру туралы кеңес беру.				

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Қаңтарайы III - апта 03.01.22 - 06.01.22 ж

Апталық тақырып: «Аңдардың қысқы тіршілігі».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 музыка	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №1 Музыка
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау		Көрнекілік құралдар: 1. Ұзын сапты 5 жалау, шаңғылар		Көрнекілік құралдар: 1. Ұзын сапты 5 жалау, шаңғылар.	
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 45. Кедергілер арқылы еңбектеу, доғаның астымен еңбектеу, бір-біріне төменнен доп лақтыру. Мақсаты: дене жаттығулары мен қимыл-қозғалыс ойын-дары арқылы дене қасиеттерін дамыту. Міндеттері: БМ. Балаларды шеңбердің бойымен қырлы бөренелерден аттап өту арқылы		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 46. Обручтерді домалату және «обручке бүйірден кіру. Мақсаты: ойын жаттығулары арқылы қимыл-қозғалыс үйлесімділігін, ептілік пен қимыл белсенділігін дамыту.	

		баяу қарқынмен жүргізіп және жүгіртіп жаттықтыру. Кедергілер арқылы және доғаның астымен төрттағандап еңбектеу тәсілін үйрету және көрсету, жаттықтыру. Бір жерде тұрып ұзындыққа секіру, допты бір-біріне жұптасып екі қолмен төменнен лақтыру Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Орта қарқынмен 40 сек. жүгіру (80 м), соңан соң жүру. 2. Қапшықты алысқа лақтыру. 2,5 мин. жүрумен ауыстырып, баяу жүгіру. Ойын:«Ұйқыдағы түлкі» ойынын ойнау. Қорытынды:Балалар қызығушылықпен ойнайды		Міндеттері: БМ.2 минутқа дейін тоқтамай жүгіру; жүріп бара жатып жұппен қайта сапқа және тізбекке тұру және керісінше. Сапта 3м арақашық - тықта тұрып, допты екі қолмен кеудеден лақтыру шеберлігін, нығыздалған доптардан аттап өту арқылы гимнастикалық орындықпен жүру шеберлігін пысықтау.Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Сапқа бір- бірден тізіліп тұру.Бөрене бойымен жүру. Нұсқаушы олардың денелерін түзу ұстап жүрулерін қадағалайды. Ойын: «Тауық пен оның балапандары» ойынын ойнау. Қорытынды: Мақтап, мадақтау.	
Балалармен жеке жұмыс		Екіге бөліну		Оқу қызметі барысында жаттығуларды дұрыс орындамаған балаларға жеке орындату, көрсету	
Педагог-тармен ата-аналармен жұмыс	Кеңестер беру Тәрбиешілердендене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне барлық баланың киімдері болуын қадағалауды сұрау				

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Қаңтарайы IV - апта 10.01.22 - 14.01.22 ж

Апталық тақырып: «Қыстайтын құстар».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №2	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №2 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №2 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) Таңғы жаттығу музыка №2	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка
ҰОҚ-іне дайындық/ қажетті құралдар-ды дайындау	Көрнекілік құралдар: 1. Шаңғылар, 5 жалауша, қақпа.	Көрнекілік құралдар: 4 шана, 6 жалауша, шығыршық, нысана, хоккей немесе теннис добы, имек таяқ, қақпа.		Көрнекілік құралдар: Бір балаға арналған орындық, гимнастикалық білік таяқша-лар, доптар.	Көрнекілік құралдар: Бір балаға арналған орындық, гимнастикалық білік таяқша-лар, доптар.
Ұйымдас-тырылған оқу қызмет-терін өткізу	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 47. Нығыздалған доптарды аттап өту арқылы гимнастикалық орындықтың үстімен жүру, допты лақтыру Мақсаты: дене жаттығулары мен спорттық ойын элементтері арқылы қимыл	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 48. Еңістеу жерден шаңғымен түсу және баспалдақпен көтерілу. Таза ауада ұйымдастырылған оқу қызметі. Мақсаты: шанамен сырғанау, төбешікке көтерілу мен түсу дағдыларын қалып-		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 49. Допты межеленген жерге дейін алып жүру (баскетбол нұсқасы); гимнастикалық қабырғаға өрмелеу, басқа аралыққа өту және төмен қарай түсу. Мақсаты: 1.Орындықпен орындалатын жаттығу түрлерін үйрету. 2.Негізгі қасиеттерді-	МАД тобы «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 47. Нығыздалған доптарды аттап өту арқылы гимнастикалық орындықтың үстімен жүру, допты лақтыру Мақсаты: дене жаттығулары мен спорттық ойын элементтері арқылы қимыл белсенділігін, тепе-

	белсенділігін, тепе-теңдік сезімін, ептілікгі және қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Міндеттері: БМ. Заттардың арасымен бағдарсыз жылан түрінде жүру мен жүгіруді қайталау, 2 минутқа дейін тоқтамай жүгіру; жүріп бара жатып жүппен қайта сапқа және тізбекке тұру және керісінше. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары 1.Балалар қолдарына бір-бірден доп ұстап тұрады. Нұсқаушының «баста» деген белгісіне қарай балалар допты жоғары лақтырады және оны қағып алады.2. «Тордан допты өткізу» ойыны. Қорытынды:Шеңбер бойымен тұру. «Жылан» жүрісімен ирелеңдеп жүру.	тастыру, балалардың ойын дағдыларын дамыту. Міндеттері: БМ. Шаңғымен сырғанау қадамын жасау, шанамен сырғанау шеберлігін пысықтау.Еңістеу жерден төмен түсуді және баспалдақпен көтерілуді үйретуді жалғастыру. ДМ. Жүгіру және секіру, қар домалақтарын алысқа лақтыру ойын жаттығуларын қайталау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Допты бір-бірінің қақпасына домалату (балалар арасы 1,5- 2м қашықтық). 2. Доға астынан еңбектеп өту (биіктігі 50 см Ойын: «Торғайлар мен мысық» ойынын ойнау. Қорытынды:Балалар арақашықтықты сақтайды.(1 қадам)		шапшаңдық, ептілік дамыту. 3.Демді 5 сек. Ұстап тұруға үйрету; бір қатар тізбектеп жүріп отырып, білте таяқшалар ар-қылы аттап өтуге үйрету; допты қабырғаға лақтырып, кері ыршыған допты ұстап алуға үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Оң аяқты көтеру, түсіру. Сол аяқты көтеру, түсіру. Б.к: аяқтарды қосу, қолдарын беліне қою. Өзінің айналасында екі аяқпен секіру.Еденде қолымен сүйеніп шығыршық ішінен өту, тақтай бойымен жүру барысында тепе-теңдікті сақтап жүру.Ойын: «Аюлар мен аралар» ойынын ойнау.Қорытынды: мақтап,мадақтау	теңдік сезімін, ептілікгі және қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Міндеттері: БМ. Заттардың арасымен бағдарсыз жылан түрінде жүру мен жүгіруді қайталау, 2 минутқа дейін тоқтамай жүгіру; жүріп бара жатып жүппен қайта сапқа және тізбекке тұру және керісінше. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Оң аяқты көтеру, түсіру. Сол аяқты көтеру, түсіру. Б.к: аяқтарды қосу, қолдарын беліне қою. Өзінің айналасында екі аяқпен секіру.Еденде қолымен сүйеніп шығыршық ішінен өту, тақтай бойымен жүру барысында тепе-теңдікті сақтап жүру.Ойын: «Аюлар мен аралар» ойынын ойнау.Қорытынды: мақтап,мадақтау
Балалармен жеке жұмыс	Майтабан балалармен жаттығулар жасау.	Майтабан балалармен жаттығулар жасау.		Ұйымдастырылған оқу қызметінде бір-біріне массаждар жасату. Мыс: басқа, арқаға, қолға, т.б.	Диірмен жаттығуы- еденге отырып, тізені түзу ұстап бәшпайлардың көмегімен табанды алға,

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Қаңтар айы I- апта 17.01.22 - 21.01.22 ж

Апталық тақырып: «Қызықты қыс мезгілі».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №2 музыка	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №2 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №2 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №2 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №2 музыка
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдар-ды дайындау		Көрнекілік құралдар: 1Баланың санына қарай кішкентай шығыршық құралдарды пе-дагог өзі тандайды.		Көрнекілік құралдар: Әр балаға берілетін доп, баған, жіп, лента.	
Ұйымдас-тырылған оқу қызметтерін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 50. Бір обручтен екінші обручке секіру, қырынан қойылған сатының тақтайшалары арқылы өту. Мақсаты: балалардың ептілік, қимыл-қозғалыс белсенділігі, жылдамдық-күш қасиеттерін және топтаса білу шеберлігін дамыту.		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 51. Допты себетке лақтыру, көлбеу тақтаймен жүру және қырлы бөренелер арқылы аттап өту. Мақсаты: негізгі қимыл түрлерін жетілдіру, қимыл-қозғалыс үйлесімділігін,	

		Міндеттері.БМ. Тізбекте баудан ұстап, қозғалыс бағытын өзгертіп, оңға және солға жүру және жүгіру шеберлігін жетілдіру.Орындықпен жүрген кезде тұрақты тепе-теңдікті сақтауды (екі қол екі жақта, арқаны тік ұстау), бір обручтен екінші обручке секіруді (бір аяқпен, содан кейін екінші аяқпен), допты бір қолмен еденге лақтырып, екі қолмен ұстап алуды (баскетбол нұсқасы) жаттықтыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:1.Ені 20 см, биіктігі 30 см болатын тақтай бойымен тепе-теңдікті ұстап жүру, секіріп, қос аяқпен тұру. 2.Қос аяқтап текшенің үстінен аттап, алға секіру. Ойын: «Аюлар мен аралар» ойынын ойнау. Қорытынды: Балалардан не ойнағандарын сұрап, мақтап, мадақтау.		ептілігін, дәлдеп лақтыру және тепе-теңдікті сақтап жүруді дамыту. Міндеттері.БМ. Балаларды шашыраңқы түрде жүріп және жүгіртіп (зат- тардың- кегльдердің арасымен), үздіксіз 2 мин. дейін жүгіртіп жаттықтыру. Көлбеу тақтаймен жүрген кезде тұрақты тепе-теңдікті сақтауға үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары 1.бір орыннан ұзындыққа секіру. 2.Допты еденге ұру және екі қолды жоғары көтеріп қағып алу, 8-10 рет жерге түсірмей қағып алу. «Төбеге қапшық қойып жүру» ойыны. Қорытынды: Балалар « алыптар» белгі бойынша аяқтың ұшымен жүреді.	
Балалармен жеке жұмыс		Массаждық дарожкалармен жүргізу		Гимнастикалық орындықпен жүргізу	
ата-аналармен жұмыс	Келесі өтетін іс- шараларға көрнекі құралдарды дайындау.				

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Қаңтар айы II - апта 24.01.22 - 28. 01.22 ж

Апталық тақырып: « Жабайы табиғат әлемі».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №4 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №4 музыка
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдар ды дайын-дау	Көрнекілік құралдар: Баланың санына қарай кішкентай шығыршық құралдарды педагог өзі тандайды.	Көрнекілік құралдар: Арқан, төрт гимнастикалық төсеніш, үлкен доптар екі секіруге арналған бағана, жіп.		Көрнекілік құралдар: Төрт гимнастикалық төсеніш, қапшық, ұзын секіртпе.	Көрнекілік құралдар: Баланың санына қарай кішкентай шығыршық құралдарды педагог өзі тандайды.
Ұйым-дастырылған оқу қызметтерін өткізу	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 52. Көлбеу тақтайдың үстімен жүгіру, адымдап түсу, доптарды себетке лақтыру Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау, доптарды себетке лақтыру және қырлы бөренелер арқылы аттап өту шеберліктерін	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 53. Еңістеу жерге шаңғы «сатылай» әтерілу және негізгі қалыпта сақтап түсу, тұз жолымен сырғанау және шанамен сырғанау. Хоккей ойыны элементтері. Мақсаты: спорттық ойындар арқылы негізгі		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 54. Алға қарай жылжи отырып, допты қолмен кайтара ұру, бір жерде тұрып ұзындыққа секіру, доға астымен өту Мақсаты: негізгі қимыл түрлері арқылы қозғалыс дағдылары мен	МАД тобы «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 52. Көлбеу тақтайдың үстімен жүгіру, адымдап түсу, доптарды себетке лақтыру Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау, доптарды себетке лақтыру және қырлы бөренелер арқылы аттап өту шеберліктерін

	жетілдіру. Міндеттері. БМ. Балаларды шашыраңқы түрде жүріп және жүгіртіп (заттардың-кегльдердің арасымен), үздіксіз 2 мин. дейін жүгіртіп жаттықтыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Гимнастикалық қабырғада өрмелеу. Нұсқаушы балаларды 2-3 топқа бөледі. Гимнастикалық қабырғада қалай өрмелеу керектігін түсіндіреді, көрсетеді. 2.Нысанаға қапшықты көздеп лақтыру.(құм салынған қапшық) «Мен спортсменмін»! қимыл –қозғалыс ойыны. Қорытынды:Бір қатар тізбекпен жүріп, орындау.	қозғалыс түрлерін, ойын дағдыларын жетілдіру Міндеттері: БМ. Балаларды тізбекте бір-бірден жүруге, шеңберге тұруға, бір-бірінің қолынан ұстап, аққаланы айналып жүруге жаттықтыру. Шаңғы жолымен сырғанап жүруге жаттықтыру, бүйірлеп жүруді қайталау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.«Жылауды» имитациялау. 2. «Қонақтардың қашуы» жаттығуы. 3. «Масаның ерлігі» жаттығуы .Қорытынды:Құлақтың ішіне өз- өзіне массаж жасату.		шеберліктерін жетілдіру. Міндеттері.БМ. Балаларды қол ұстасып шеңбер бойымен жүру мен жүгіруге және «Пішінді жаса» деген сигналға тоқтай қалу. Жігермен итерілу және бір жерде тұрып, ұзындыққа секіру кезінде жартылай бүгілген аяқпен жерге секіріп түсу дағдысын пысықтау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: «Бағанаға шығыршықты дәлдеп кигіз»! ойыны.(шығыршыққа сақинаны дәлдеп кигізуге тырысады. «Арқан тартыс» ойыны: (екі топқа бөлініп ойнайды. Қорытынды: Балалар топқа бөлініп ойнайды. (женген топты, мақтап, мадақтау).	жетілдіру. Міндеттері. БМ. Балаларды шашыраңқы түрде жүріп және жүгіртіп (заттардың-кегльдердің арасымен), үздіксіз 2 мин. дейін жүгіртіп жаттықтыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Гимнастикалық қабырғада өрмелеу. Нұсқаушы балаларды 2-3 топқа бөледі. Гимнастикалық қабырғада қалай өрмелеу керектігін түсіндіреді, көрсетеді. 2.Нысанаға қапшықты көздеп лақтыру.(құм салынған қапшық) «Мен спортсменмін»! қимыл –қозғалыс ойыны. Қорытынды:Бір қатар тізбекпен жүріп, орындау.
Балалармен жеке жұмыс	Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдікті ұстап жүру.	Шеңберде тұрып балаларға жан-жаққа шашырап жүру.		Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдікті ұстап жүру.	Шеңберде тұрып балаларға жан-жаққа шашырап жүру.
Педагог-тармен жұмыс	Кеңестер беру Тәрбиешінің көмегімен ата- аналарға дене шынықтыру оқу қызметіне киімдері таза, ыңғайлы болуына жеке кеңес беру.				

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Қаңтар - Ақпан ІІІ - апта 31.01.22 - 04.02.22ж

Апталық тақырып: «Тірі және өлі табиғат».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №4 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №4 музыка
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау		Көрнекілік құралдар: Арқан, төрт гимнастикалық тө-сеніш, үлкен доптар екі секіру-ге арналған бағана, жіп.		1.Көрнекілік құралдар: Төрт гимнастикалық төсеніш, қапшық, ұзын секіртпе.	
Ұйымдас-тырылған оқу қызмет-терін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 55. Кішкентай допты бір қолмен лақтыру, екі қолмен ұстап алу. Кегельдердің арасымен төрттағандап еңбектеу. Мақсаты: үйренген қозғалыс дағдылары мен шеберліктерін жетілдіру.		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 56. Допты жүрген кезде қайтара ұру /баскетбол нұсқасы / гимнастикалық қабырғаға әртекті тәсілмен шығу, гимнастикалық орындықтың үстінде жаңа тәсілмен жүру. Мақсаты: доп ойнау,	

		Міндеттері: БМ. Бір-бірінің қолынан ұстап шеңберді айналып жүру және жүгіруге «Пішін жаса» дегенге тоқтап, шашыраңқы түрде жүруге жаттықтыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Шеңберден тұру. Жүгіру. Бірінің соңынан бірі жүру. 1.2 м қашықтықта допты кеуде тұсынан бір-біріне лақтыру. 2. Қапшықтармен сапқа тізіліп жүру. Ойын: «Құстар мен жаңбыр» ойынын ойнау. Қорытынды: «Өз үйінді тап» ойын.		гимнастикалық қабырғаға шығу, ептілікті қозғалыс үйлесімділігін және тепе-теңдік сезімі дағдыларын қалыптастыру. Міндеті: БМ. Балаларды 2 мин. дейін баяу қарқынмен үздіксіз жүргізіп, кегельдердің арасымен шашыраңқы түрде жүргізіп жаттықтыру. Гимнастикалық орындықтың үстімен жүру кезінде қолды белге қойып жүру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Төбелеріне қалташа қойып жүру. 2. 20 см биіктіктен секіру. Ойын: «Даусынан таны» ойынын ойнау. Қорытынды: «Қояндар» ойыны	
Балалар-мен жеке жұмыс		Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдікті ұстап жүру		Шеңберде тұрып жан-жаққа шашырап жүру	
Педагог-тармен ата-аналармен жұмыс	Денсаулықтарына байланысты «Шынықсаң шымыр боласың!» деген тақырыпта жеке кеңестер беру.				

**2022-2023оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Ақпан IV- апта07.02.22 - 11. 02.22 ж

Апталық тақырып: «Теңіздер мен мұхиттар әлемінде».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу№3 музыка	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу№4 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу№4 музыка
ҰОҚ дайындық /құралдарды дайындау	Көрнекілік құралдар: Гимнастикалық төсеніштер, қысқа секіртпелер.	Көрнекілік құралдар: Кішкентай доптар, себеттер, қысқа сапты ойыншықтар		Көрнекілік құралдар: орташа көлемдегі доптар гимнастикалық орындық (ұзындығы 2,5-3 м, ені 30-25 см, биіктігі 25-30см).	Көрнекілік құралдар: орташа көлемдегі доптар гимнастикалық орындық (ұзындығы 2,5-3 м, ені 30-25 см, биіктігі 25-30см).
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 57. Бір қатарға қойылған заттардың арасымен бір аяқты екінші аяққа алмастырып секіру.Допты екі қолмен лақтырып оны ұстап алу. Мақсаты: балалардың қозғалыс дағдыларын қалыптастыру, қимыл – қозғалыс пен ептілігін,	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 58. Төбеге тік, бүйірлеп, шаңғымен адымдап шығу («сатылай», «шыр-ша түрінде») және таудан төмен қалыппен түсу. Таза ауада ұйымдастырылған оқу қызметі. Мақсаты: шаңғымен жүру, тауға шығу және таудан		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 59. Басына қапшық қойып, бүйірлеп, аяқты алшақ басып арқан бойымен жүру. Қапшықтарды тік нысанаға оң қолмен лақтыру Мақсаты: 1.Гимнастикалық орындықтың үстімен жүруге үйрету. 2.Негізгі қасиеттерді шапшандық,ептілікті да-	МАД тобы «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 57. Бір қатарға қойылған заттардың арасымен бір аяқты екінші аяққа алмастырып секіру.Допты екі қолмен лақтырып оны ұстап алу. Мақсаты: балалардың қозғалыс дағдыларын қалыптастыру, қимыл – қозғалыс пен ептілігін,

	дәлдікті және күш қасиеттерін қалыптастыру. Міндеттері: БМ. Балаларды 2мин.дейін баяу қарқынмен үздіксіз жүгірту,кегельдердің арасымен шашыраңқы жүруді дағдыландыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1 «Жалаушаны жоғары көтер, 2. Төмен түсір!»).Кенеттен ол « Ретсіздік!» дегенде барлығы жан- жаққа шашырап қашады да, жалаушаларын жоғары көтеріп бұлғайды. Қорытынды: Нұсқаушы жаттығуды жақсы көрсеткен балаларды мадақтайды.	түсу шеберлігін, қазақтың ұлттық ойындарын ойнау шеберлігін қалыптастыру. Міндеттері: БМ. Шаңғымен жүру (150- 210 м дейінгі арақашықтықты) дағдысын, шаңғымен оңға және солға алшақ адымдау, оңға және солға бұрылу шеберлігін қалыптастыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Денені оңға бұру; 2- б.к. Б.қ. аяқты сәл ашып, секіртпені арт жақта ұстап тұру. Қорытынды; «Басына қапшық қою» ойынымен қорытындылау.		мыту. 3.Допты басынан асыра екі қолмен лактыру; еңбектеуге жаттықтыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Гимнастикалық қабырғада өрмелеу. Нұсқаушы балаларды 2-3 топқа бөледі. Гимнастикалық қабырғада қалай өрмелеу керектігін түсіндіреді, көрсетеді. «Мен спортсменмін»! қимыл –қозғалыс ойыны. Қорытынды: Бір қатар тізбекпен жүріп, тыныс алу жаттығуларын орындау.	дәлдікті және күш қасиеттерін қалыптастыру. Міндеттері: БМ. Балаларды 2мин.дейін баяу қарқынмен үздіксіз жүгірту,кегельдердің арасымен шашыраңқы жүруді дағдыландыру. Бір – бірден жүріп келе жатқан тізбектен үш- үштен тұрған тізбекке ауысып тұруды жаттықтыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Гимнастикалық қабырғада өрмелеу. Нұсқаушы балаларды 2-3 топқа бөледі. Қорытынды: Бір қатар тізбекпен жүріп, тыныс алу жаттығуларын орындау.
Балалармен жеке жұмыс	Доғалар астынан еңбектеп өту.			Бір орында тұрып қос аяқпен секіру.	жаттығуларды дұрыс орындамаған балаларға жеке көрсету, түсіндіру
Педагог-тармен жұмыс	Кеңестер беру Тәрбиешілердендене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне барлық баланың киімдері болуын қадағалауды сұрау				

**2022-2023оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ
Ақпан І- апта 14.02.22 - 18.02.22 ж**

Апталық тақырып: «Жер -Ана!»

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу№3 музыка	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №3 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №4 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №4 музыка
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау		Көрнекілік құралдар: Әр балаға екі кішігірім доптар бала санына қарай доп, ұзын жіп.		Көрнекілік құралдар: Арқан, төрт гимнастикалық төсеніш, үлкен доптар екі секіруге арналған бағана, жіп.	
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 60. Капшықты арқаға салып, гимнастикалық орындықта төрт тағандап енбектеу. Бір қатарға қойылған кегльдерің арасымен аяқтың ұшымен жүру Мақсаты: дене шынықтыру жаттығуларына, қимылды		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 61. Бір обручтен екінші обручке секіру, бір-біріне доп лақтыру және еденнен секіргеннен кейін ұстап алу. Мақсаты: қозғалушылықты, күш қасиеттерін және қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру.	

		және спорттық ойындарға деген қызығушылықты арттыру. Міндеттері. БМ. Балаларды заттардың арасымен жүруге және жүтіртуге, қозғалу кезінде жұппен тұру және керісінше, бір-бірден тізбекке, үш-үштен тізбекке тұрғызуға жаттықтыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Қыздар доға немесе орындықтардың астынан өту. 2.Кішкентай шығыршықты дәлдеп кигізу. Ойын:«Арқан тартыс» ойынын ойнау.Қорытынды:ойын арқылы жеңімпаз мадақтап, мақтау		Міндеттері: БМ. Балаларды тізбекте бір-бірден жүруге, сигнал бойынша басқа жаққа бұрылуға, үш-үштен тізбекке тұруға жаттықтыру. Тепе-теңдікті және денені тік қалпында ұстауды сақтап, басына қапшық қойып, арқанмен (баумен) жүруге жаттықтыру Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Шенберден тұру. Жүгіру. Бірінің соңынан бірі жүру. 1.2 м қашықтықта допты кеуде тұсынан бір-біріне лақтыру. 2.Қапшықтармен сапқа тізіліп жүру. Орташа жылдамдықпен жүгіру 50 сек. (100 м). Жүру. Ойын: «Құстар мен жаңбыр» ойынын ойнау. Қорытынды:«Өз үйінді тап» ойын.	
Балалармен жеке жұмыс		Гимнастикалық орындық үстімен тепе- теңдікті ұстап жүргізу		Шенберде тұрып жан- жаққа шашырап жүргізу	
Педагог-тармен ата-аналармен жұмыс	Майтабандықтың алдын-алу туралы жеке кеңес беру.				

**2022-2023оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Ақпан II- апта21.02.22 - 25.02.22 ж

Апталық тақырып: «Көктем жаршысы - Құстар».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №6 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №6 музыка
ҰОҚдайындық	Көрнекілік құралдар: Төрт гимнастикалық төсеніш, қапшық, ұзын секіртпе..	Көрнекілік құралдар: Төрт гимнастикалық төсеніш.		Көрнекілік құралдар: Гимнастикалық төсеніштер, қысқа секіртпелер.	Көрнекілік құралдар: Гимнастикалық төсеніштер, қысқа секіртпелер.
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 62. Нығыздалған доптардан екі аяқпен секіру. Еденге секірту арқылы бір-бірі не доп лақтыру және оны ұстап алу. Мақсаты: баланың жылдамдық -күш қасиетін, қозғалу және спорт ойындарының	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 63. Шайбаны бір-біріне сырғанап барып беру.Таза ауада ұйымдастырылған оқу қызметі. Мақсаты: қозғалу және спорт ойындарының элементтері арқылы спорттық дағдылар мен шеберліктерді		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 64. Екпіндеп келіп биіктікке секіру; қапшықтарды нысанаға оң және сол қолмен лақтыруға. Мақсаты: балалардың дәлдеп лақтыру, қимыл-қозғалыс үйлесімділігі және жылдамдық-күш қасиеттерін қалыптастыру. Міндеттері: БМ. Қозғалыс	МАД тобы «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 62. Нығыздалған доптардан екі аяқпен секіру. Еденге секірту арқылы бір-бірі не доп лақтыру және оны ұстап алу. Мақсаты: баланың жылдамдық -күш қасиетін, қозғалу және спорт ойындарының

	элементтері арқылы дене шынықтыру дағдылары мен шеберліктерін қалыптастыру Міндеттері: БМ. Балаларды тізбекте бір-бірден жүруге, сигнал бойынша басқа жаққа бұрылуға, шашыраңқы түрде жүгіртуге, үш - үштен тізбекке тұруға жаттықтыру. Бір қатарға қойылған нығыздалған доптар арқылы екі аяқпен секіруді үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Гимнастикалық қабырғада кез келген тәсілмен өрмелеу. 2. «Допты қуалап ұста!» қимыл –қозғалыс ойыны. Нұсқаушының қолында себетке салынған доптар. Қорытынды: Ойынға жақсы қатысқан балаларды мақтап, мадақтау.	қалыптастыру. Міндеттері: БМ. 2 мин. бойы үздіксіз жүгіру арқылы жүгіру, бұрылу және жүруге ауысу ойын жаттығуларын қайталау Бір-біріне шайба лақтыруға, кегльдердің арасымен шайбаны алып жүруге жаттықтыру. Орыстың ұлттық ойыны «Жанарғымен» таныстыру Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Шалқадан жатып, допты түзу қолдарында басының жоғарғы жағында ұстау. 1-2- алға қарай түзу қолдарын және оң аяқты көтеру, допты аяғына тигізу; 3-4- бастапқы қалыпқа келу. Қорытынды: «Қалашықты құлату» ойыны.		бағытын өзгертіп және шашыраңқы түрде шеңберді айналып жүруге және жүгіруге жаттықтыру. Екпіндеп келіп, биіктікке секіруді үйрету; 3 м арақашықтықтан нысанаға қап лақтыруды, кегльдердің арасымен еңбектеуді жаттықтыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Гимнастикалық қабырғада өрмелеу. Нұсқаушы балаларды 2-3 топқа бөледі. Гимнастикалық қабырғада қалай өрмелеу керектігін түсіндіреді, көрсетеді. 2. Нысанаға қапшықты көздеп лақтыру. (құм салынған қапшық) Қорытынды: Бір қатар тізбекпен жүріп, тыныс алу жаттығуларын орындау.	элементтері арқылы дене шынықтыру дағдылары мен шеберліктерін қалыптастыру Міндеттері: БМ. Балаларды тізбекте бір-бірден жүруге, сигнал бойынша басқа жаққа бұрылуға, шашыраңқы түрде жүгіртуге, үш -үштен тізбекке тұруға жаттықтыру. Бір қатарға қойылған нығыздалған доптар арқылы екі аяқпен секіруді үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Гимнастикалық қабырғада өрмелеу. Нұсқаушы балаларды 2-3 топқа бөледі. Гимнастикалық қабырғада қалай өрмелеу керектігін түсіндіреді, көрсетеді. Қорытынды: Бір қатар тізбекпен жүріп, тыныс алу жаттығуларын орындау.
Балалармен жеке жұмыс	«Орақ» жаттығуы- еденге тізені бүгіп отыру	Майтабанды алдын алу жаттығулары		Қосымша жаттығулар жасау	Майтабанды алдын алу жаттығулары
Ата-анамен жұмыс	Салауатты өмір салтын ұстану туралы кеңес.				

**2022-2023оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Ақпан – Наурыз айларыІІІ- апта28.02.22 - 04.03.22ж

Апталық тақырып: «Ғажайыптар әлемінде».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау		Көрнекілік құралдар: Баланың санына қарай таспалар, 1-2 гимнастикалық орын-дықтар, орташа доп.		Көрнекілік құралдар: Гимнастикалық таяқшалар, түрлі түсті таяқшалар, түрлі түсті орамалдар, тақиялар, жасанды от.	
Ұйымдастыр ылған оқу қызметтерін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 65. Нысанаға оң және сол қолмен қапшық лақтыру; екпіндеп келіп биіктікке секіру. Мақсаты: игерген дене дағдылары мен шеберліктерін дене жаттығулары мен қимыл ойындары арқылы бекіту. Міндеттері: БМ. Қозғалыс бағытын өзгерту арқылы және		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 66. Қысқа баулар арқылы оң бүйірлеп екі аяқпен секіру. Гимнастикалық орындықтың үстімен бүйірлеп, аяқты алшақ басып жүру Мақсаты: Қазақ халқының дәстүрлерімен балаларды таныстыру. 2.Спортқа деген қызығушылықтарын ояту.	

		шашыраңқы түрде шеңберді айналып жүруге және жүгіруге жаттықтыру. Екпіндеп келіп биіктікке (биіктігі 30 см) секіруді үйрету. 3,5 м арақашықтықтан нысанаға қап лақтыруды; кегльдердің арасымен екі аяқпен секіруді үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Қыздар доға немесе орындықтардың астынан өту. 2.Кішкентай шығыршықты (сақинаны) дәлдеп кигізу. Ойын: «Арқан тартыс» ойынын ойнау. Қорытынды:ойын арқылы жеңімпаз балаларды мадақтап, мақтау.		3.Үйренген жаттығуларын орындай білу дағдысын дамыту. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Шеңберден тұру. Жүгіру. Бірінің соңынан бірі жүру. 1.2 м қашықтықта допты кеуде тұсынан бір-біріне лақтыру. 2.Қапшықтармен сапқа тізіліп жүру. Орташа жылдамдықпен жүгіру 50 сек. (100 м). Жүру. Ойын: «Құстар мен жаңбыр» ойынын ойнау. Қорытынды:«Өз үйінді тап» ойын.	
Балалармен жеке жұмыс		Дәрігерлік тіркеуде тұрған балаларға жеңіл жаттығуларды жасату.		Жаттығуларды дұрыс орындалуын қадағалау.	
Педагог-тармен ата-аналармен жұмыс	Кеңестер беру Тәрбиешінің көмегімен ата- аналарға дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне барлық баланың киімдері ыңғайлы, аяқтарына чешки кию туралы жеке кеңес беру.				

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Наурызайы IV- апта 07.03.22 - 11. 03.22 ж

Апталық тақырып: «Көктемгі ағаштар»

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу Музыка №6
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау	Көрнекілік құралдар: Бала санына қарай текше екі бағанға білте тақтайша (рейка) кішкентай шығыршық.			Көрнекілік құралдар: Бала санына қарай текше екі бағанға білте тақтайша (рейка) кішкентай шығыршық.	Көрнекілік құралдар: Әр балаға секіртпе, текшелер, гимнастикалық орындық, бөре-не төсеніштер.
Ұйымдасты- рылған оқу қызметтерін өткізу	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 67. Бір обручтен екінші обручке бір аяқпен және екі аяқпен секіру. Алақанға және табанға күш түсіре отырып, гимнастикалық орындық үстімен еңбектеу. Мақсаты: балалардың жылдамдық-күш қасиеттерін қалыптастыру, қозғалыс			МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 68. Қалалар ойынын ойнаудың бастапқы дағдыларын дамыту. Таза ауада ұйымдас- тырылған оқу қызметі. Мақсаты: 1.Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру	МАД тобы «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы(қайталау) 67. Бір обручтен екінші обручке бір аяқпен және екі аяқпен секіру. Алақанға және табанға күш түсіре отырып, гимнастикалық орындық үстімен еңбектеу. Мақсаты: балалардың жылдамдық-күш қасиеттерін

	үйлесімділігі мен қимылды дамыту Міндеттері:БМ. Балаларды қозғалыс қарқынын өзгертіп жүруге және заттардың арасымен шашыраңқы түрде жүгіруге; орындықтардың арасымен алақанмен және табанмен еңбектеуге жаттықтыру; тепе-теңдікті сақтау (гимнастикалық орындықтың үстімен бүйірлеп, аяқты алшақ басып, ортасына барып отыру арқылы жүру) және бір обручтен екінші обручке екі аяқпен секіру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1Секіртпені алға қарай айналдыра отырып, кішкене үзіліс жасап, екі аяқты ауыстыра отырып, бір орында қос аяқпен секіру. «Ирелендеген соқпақ жол» ойыны. Қорытынды; «Басына қапшық қою» ойынымен қорытындылау.			үйрету. 2.Балаларды достық қарым-қатынас жасауға үйрету. 3.Еңбектеп жүру және білте тақтайшаның астынан өту дағдыларын қалыптастыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1Секіртпені алға қарай айналдыра отырып, кішкене үзіліс жасап, екі аяқты ауыстыра отырып, бір орында қос аяқпен секіру. «Ирелендеген соқпақ жол» ойыны. Қорытынды; «Басына қапшық қою» ойынымен қорытындылау.	қалыптастыру, қозғалыс үйлесімділігі мен қимылды дамыту Міндеттері:БМ. Балаларды қозғалыс қарқынын өзгертіп жүруге және заттардың арасымен шашыраңқы түрде жүгіруге; орындықтардың арасымен алақанмен және табанмен еңбектеуге жаттықтыру; тепе-теңдікті сақтау (гимнастикалық орындықтың үстімен бүйірлеп, аяқты алшақ басып, ортасына барып отыру арқылы жүру) және бір обручтен екінші обручке екі аяқпен секіру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Гимнастикалық қабырғада кез келген тәсілмен өрмелеу. 2. «Допты қуалап ұста!» қимыл – қозғалыс ойыны.Нұсқаушының қолында себетке салынғандоптар.Қорытынды: Ойынға жақсы қатысқан балаларды мақтап, мадақтау.
Балалармен жеке жұмыс	Майтабанға арналған жаттығу: «Өкшемен» жүру жаттығуы-еденге бақаймен табанды тигізбей, өкшемен жүру			Ұйымдастырылған оқу қызметіне қолданылған заттардыжинастыруға көмектесу.	Майтабанға арналған жаттығу: «Өкшемен» жүру жаттығуы-еденге бақаймен табанды тигізбей, өкшемен жүру
Педагог-тармен ата-аналармен жұмыс	Кеңестер беру Тәрбиешінің көмегімен ата- аналарға дене шынықтыру оқу қызметіне киімдері таза, ыңғайлы болуына жеке кеңес беру.				

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Наурыз айы І- апта 14.03.22 - 18. 03.22 ж

Апталық тақырып: «Салт- дәстүрлер және фольклор»

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау		Көрнекілік құралдар: Гимнастикалық таяқшалар, доптар, себеттер, орындықтар. Биіктікке секіруге арналған бағаналар.		Көрнекілік құралдар: Әр балаға секіртпе, текшелер гимнастикалық орындық, бөре-не төсеніштер.	
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 69. Баудың (таяқтың) астынан оң және сол жақ бүйірімен өту. Нығыздалған доптар арасымен аяқтың ұшымен жүру. Қапшықтарды көлденең нысанаға лақтыру. Мақсаты: күш қасиетін,		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 70. Нығыздалған доптар арасымен аяқтың ұшымен жүру; доғаның астынан өту; қапшықтарды көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру Мақсаты: үйренген дағды мен шеберліктерді пысықтау.	

		дәлдікті, қозғалыс үйлесімділігін, ептілікті, топтасу шеберлігін дамыту. Міндеттері: БМ. Балаларды 40 сантиметр арақашықтыққа қойылған бауларды оң және сол аяқпен кезек- тесіп аттап өту арқылы тізбекте бір-бірден (жұптастырып және керісінше) жүруге, үш-үштен тізбекке тұруға (бірден кегльдерді алу арқылы), сигналға тоқтап, шашыраңқы түрде жүгіруге жаттықтыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Лаққа жету үшін, орындықтың үстімен тартылып екінші шетіне шығамыз. 2.Ал одан кейін қорқынышты үңгірге баратын жолға түсеміз. «Өз үйінді тап!» ойыны Қорытынды; Балалар ал енді Иванушка досымызбен қоштасайық.		Міндеттері: БМ. Балаларды 40 сантиметр арақашықтыққа қойылған бауларды оң және сол аяқпен кезектесіп аттап өту арқылы тізбекте бір-бірден (жұптастырып және керісінше) жүруге, үш-үштен тізбекке тұруға (бірден кегльдерді алу арқылы), сигналға тоқтап, шашыраңқы түрде жүгіруге жаттықтыру. Құмы бар қапшықты оң және сол қолмен көлденең нысанаға иықтан лақтыру шеберлігін пысықтау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Шалқадан жатып, допты түзу қолдарында басының жоғарғы жағында ұстау. 2.Аяқтары сәл ашылған, доп оң қолында,ұрады. «Аюлар және аралар» ойыны. Қорытынды; «Қалашықты құлату» ойыны.	
Балалармен жеке жұмыс		Гимнастикалық орындық үстінде тепе- теңдікті ұстап жүру.		Гимнастикалық орындық үстінде тепе- теңдікті ұстап жүру.	
Педагог-тармен ата-аналармен жұмыс	Кеңестер беру Тәрбиешінің көмегімен ата- аналарға дене шынықтыру оқу қызметіне киімдері таза, ыңғайлы болуына жеке кеңес беру.				

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ
Наурыз II- апта 21.03.22 - 25.03.22 ж**

Апталық тақырып: «Табиғаттың гүлденуі».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау				Көрнекілік құралдар: Сылдырмақтар, құм салынған қапшықтап доп, 3-4 үлкен шы-ғыршық, шығыршыққа лақты-руға арналған қорапшалар.	Көрнекілік құралдар: Бала санына қарай орташа доптар мен түрлі орамалдар, 2-3 доға гимнастикалық қабырға және мұнара, бала санына қарай бунама.
Ұйымдас тырылған оқу қызметтерін өткізу				МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 71. Қысқа секіртпені алға айналдырып, бір орында тұрып секіру. Обручтен өту; сапта тұрып, бір-біріне обруч домалату. Мақсаты: 1.Тігінен тұрған нысанаға	МАД тобы «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 71. Қысқа секіртпені алға айналдырып, бір орында тұрып секіру. Обручтен өту; сапта тұрып, бір-біріне обруч домалату. Мақсаты: 1.Тігінен тұрған нысанаға

				оң және сол қолы-мен лақтыруды жетілдіру. 2.Негізгі қасиеттерді-шапшандық, ептілікті дамыту. 3.Гимнастикалық орындықтың үстімен еңбектеуге үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Қапшықты сол және оң қолымен алысқа лақтыру. 2.Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеп жүру. «Түрлі таспаларды әкелеміз» қимыл- қозғалыс ойыны. Қорытынды; «Таспаны жоғары көтеріңдер, бізді тез қуып жетіндер!» ойыны.	оң және сол қолы-мен лақтыруды жетілдіру. 2.Негізгі қасиеттерді-шапшандық, ептілікті дамыту. 3.Гимнастикалық орындықтың үстімен еңбектеуге үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Қапшықты сол және оң қолымен алысқа лақтыру. 2.Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеп жүру. «Түрлі таспаларды әкелеміз» қимыл- қозғалыс ойыны. Қорытынды; «Таспаны жоғары көтеріңдер, бізді тез қуып жетіндер!» ойыны.
Балалармен жеке жұмыс	Баяу жүгіреді, жылдам жүгіреді.		Қолданылған заттарды жинастыруға көмектеседі.		Баяу жүгіреді, жылдам жүгіреді.
Педагогтармен ата-аналармен жұмыс	Ата- аналарға күнделікті дене шынықтыру киімдері болуына кеңес беру.				

**2022-2023оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Наурыз - Сәуір III- апта 28.03.22 - 01.04.22 ж

Апталық тақырып: «Біз еңбекқор баламыз».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6
ҰОҚ дайындық /құралдарды дайындау		Көрнекілік құралдар: Әр балаға секіртпе, тақтай, орындық, жіп, бөрене, арқан.		Көрнекілік құралдар: Әр балаға жалаушалар, доп, қапшықтар, кегли, ойыншық, нысана.	
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 72. Баудың (таяқтың) астынан оң және сол жақ бүйірімен өту. Нығыздалған доптар арасымен аяқтың ұшымен жүру. Қапшықтарды көлденең нысанаға лақтыру. Мақсаты: күш қасиетін, дәлдікті, қозғалыс үйлесімділігін, ептілікті, топтасу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 73. Нығыздалған доптар арасымен аяқтың ұшымен жүру; доғаның астынан өту; қапшықтарды көл- денең нысанаға дәлдеп лақтыру Мақсаты: үйренген дағды мен шеберліктерді пысықтау. Міндеттері: БМ. Балаларды 40	

		шеберлігін дамыту. Міндеттері: БМ. Балаларды 40 сантиметр арақашықтыққа қойылған бау- ларды оң және сол аяқпен кезек- тесіп аттап өту арқылы тізбекте бір- бірден (жұптас-тырып және керісінше) жүруге, үш-үштен тізбекке тұруға (бірден кегльдерді алу арқылы), сигналға тоқтап, шашыраңқы түрде жүгіруге жаттықтыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Бір орында тұрып ұзындыққа секіру. 2.Гимнастикалық орындық үстінде кедергілерден (текшелерден) аттап жүру «Мысық пен торғайлар» қимыл- қозғалыс ойыны. Қорытынды; Балалар ойынға жақсы қатысқан балаларды мақтап, мадақтау.		сантиметр арақашықтыққа қойылған бауларды оң және сол аяқпен кезектесіп аттап өту арқылы тізбекте бір-бірден (жұптастырып және керісінше) жүруге, үш-үштен тізбекке тұруға (бірден кегльдерді алу арқылы), сигналға тоқтап, шашыраңқы түрде жүгіруге жаттықтыру. Құмы бар қапшықты оң және сол қолмен көлденең нысанаға иықтан лақтыру шеберлігін пысықтау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Көлбеу қойылған тактай үстімен жоғары және төмен жүру. 2.Құм салынған қапшықшаны оң және сол қолмен алысқа лақтыру.«Ұядағы құстар» қимыл қозғалыс ойыны. Қорытынды; Жаттығуларды дұрыс орындаған балаларды мадақтап, мақтау.	
Балалармен жеке жұмыс		Жүру түрлерін орындату.		Қолдарын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру.	
Педагогтармен жұмыс	Кеңестер беру Тәрбиешінің көмегімен ата- аналарға дене шынықтыру оқу қызметіне киімдері таза, ыңғайлы болуына жеке кеңес беру.				

**2022-2023оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ
Сәуір IV- апта 04.04.22 - 08.04.22 ж**

Апталық тақырып: «Көктемгі егістік».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6
ҰОҚ дайындық / құралдарды дайындау	Көрнекілік құралдар: Жануарлардың бетпердесі, түрлі-түсті шығыршықтар.	Көрнекілік құралдар: Әр балаға секіртпе, тақтай, орындық, жіп, бөрене, арқан.		Көрнекілік құралдар: Әр балаға жалаушалар, доп, қапшықтар, кегли, ойыншық, нысана.	Көрнекілік құралдар: Жануарлардың бетпердесі, түрлі-түсті шығыршықтар.
Ұйымдас-тырылған оқу қызметтерін өткізу	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 74. Обручтен өту; қысқа секіртпе арқылы секіру; бір-біріне обруч домалату. Мақсаты: жылдамдық күш қасиеттерін, қозғалыс үйлесімділігін және ептілікті жетілдіру. Міндеттері: БМ.	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 75. Допты аякпен тебу (аякпен пас беру, футбол нұсқасы). Самокат тебу. «Қалалар» ойынын ойнау. Таза ауада ұйымдастырылған оқу қызметі. Мақсаты: футбол элементтеріне және самокат тебуге үйрету. Міндеттері: БМ. Балаларды		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 76. Басына қапшық қойып, арқанның (бау- дың) үстімен аяқты алшақ басып бүйірлеп жүру; қысқа секіртпе арқылы секіру, гимнастикалық қабырғаның үстімен өрмелеу. Мақсаты: қимыл-қозғалыс үйлесімділігін, ептілігін, тепе-тең- дікті, қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру.	МАД тобы «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 74. Обручтен өту; қысқа секіртпе арқылы секіру; бір-біріне обруч домалату Мақсаты: жылдамдық күш қасиеттерін, қозғалыс үйлесімділігін және

	Балаларды тізбекке бір-бірден тұрып, заттардың арасымен жүруге және жүгіртуге, бірнеше рет жылдамдыққа жүгіртуге жаттықтыру. Сапта тұрып, 4 м арақашықтықтан бір - біріне обруч домалатып жаттықтыру, обручтен қатарынан 6 рет өту. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Бір орында тұрып ұзындыққа секіру. 2.Гимнастикалық орындық үстінде кедергілерден (текшелер -ден) аттап жүру «Мысық пен торғайлар» қимыл- қозғалыс ойыны. Қорытынды; Балалар ойынға жақсы қатысқан балаларды мақтап, мадақтау.	екі-үш сапқа тұрғызып, 21 м арақашықтыққа жылдамдыққа жүгіртіп жаттықтыру. Орыстың «Қалалар» ойынымен таныстыруды жалғастыру, жаңа қала пішіндерін жаттату, битаны бүйірмен лақтыру шеберлігін қалыптастыру.Сол және оң аяқпен итеріліп, самокат тебуді, допты аяқпен тебуді (аяқпен пас беру, футбол нұсқасы) үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Бір орында тұрып ұзындыққа секіру. «Мысық пен торғайлар» қимыл- қозғалыс ойыны. Қорытынды; Балалар ойынға жақсы қатысқан балаларды мақтап, мадақтау.		Міндеттері: БМ. Балаларды заттардың арасымен тізбекте жүруге және жүгіртуге жаттықтыру. Гимнастикалық қабырғаға бір тәсілмен өрмелеу дағдысын пысықтау. Басына қапшық қойып, арқан-ның үстімен 8-10 м алға жылжып, қысқа секіртпемен секіру шеберлігін қалыптастыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Көлбеу қойылған тақтай үстімен жоғары және төмен жүру.2.Құм салынған қапшықшаны оң және сол қолмен алысқа лақтыру. Қорытынды; Жаттығуларды дұрыс орындаған балаларды мадақтап, мақтау.	ептілікті жетілдіру2.Жылдамдық сапаларын дамыту. 3.Балалардың оқу іс-әрекетіне үйренген секір-ту тәсілдерін бекіру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Бір орында тұрып ұзындыққа секіру. 2.Гимнастикалық орындық үстінде кедергілерден (текшелерден) аттап жүру «Мысық пен торғайлар» қимыл-қозғалыс ойыны. Қорытынды; Балалар ойынға жақсы қатысқан балаларды мақтап, мадақтау.
Балалар мен жеке жұмыс	Жүру түрлерін орындату.	Қолдарын жоғары көтеріп, екі жаққа созып, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру.		Жүру түрлерін орындату.	Жүру түрлерін орындату.
Педагог-тармен жұмыс	Тәрбиешінің көмегімен ата- аналарға дене шынықтыру оқу қызметіне киімдері таза, ыңғайлы болуына жеке кеңес беру. Кеңестер беру				

**2022-2023оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ
Сәуір І- апта 11.04.22 - 15. 04.22 ж**

Апталық тақырып: «Аспан әлемінің планеталары»

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу Музыка№6
ҰОҚ дайындық\ құралдарды дайындау		Көрнекілік құралдар: Батут, арқан гимнастикалық қабырға, төсеніштер, кегли.		Көрнекілік құралдар: Плакаттар, қарындаштар, парактар.	
Ұйымдас - тырылған оқу қызметтерін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 77. Гимнастикалық орын- дық үстімен нығыздалған доп-тардан аттап өту арқылы жүру; екі аяқпен баудан секіру; гимнастикалық қабырғаның тақтайшасымен жүру. Мақсаты: қозғалыс дәлдігін және күш қасиетін қалыптасты- ру- Міндеттері: БМ. Балаларды		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 78. Қалалар, футбол, бад- минтон сияқты спорттық ойындар ойнаймыз. Таза ауада ұйымдастырылған оқу қызметі. Мақсаты: балалардың дене шынықтыру дағдылары мен ше- берліктерін қалыптастыру, дене шынықтыруға деген қызығу-	

		тәрбиешінің сигналы бойынша тоқтатып, тізбекте жүруге және жүгіруге, шашыраңқы түрде жүгіруге жаттықтыру. Қапшықтарды 3 м арақашықтықтан тік нысанаға иықтан лақтыру шеберлігін пысықтау. Еңбектеуге және орындық арқылы еңбектеуге, қолды желкеге қойып, гимнастикалық орындықтың үстімен аяқтың ұшымен тепе-теңдікті сақтай отырып жүруге жаттықтыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1 «Велосипед» жаттығуы. 2. Диафрагма көмегімен дем алу. 3. «Қайшы» жаттығуы. 4. Демді ұстап тұрып дем алу. 5. Допты қабырғаға лақтырып, ыршыған допты қайта қағып алу. Қорытынды; Жаттығуларды қайталату.		шылықты дамыту. Міндеттері: БМ. Балаларды тәрбиешінің сигналы бойынша тоқтатып, тізбекте жүруге және жүгіруге, шашыраңқы түрде жүгіруге жаттықтыру. Гимнастикалық қабыр -ғаға бір тәсілмен өрмелеу шеберлігін үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Көзді жұмып секіріп, айналып болған соң тоқтап, қарлығаш болып кону; Құм салынған қапшықты екі тізенің ортасына қысып ұстап., алға секіру; «Пойыз» ойыны Қорытынды: «Кім мықты?» ойыны	
Балалармен жеке жұмыс		Дем алу және терең дем шығару, жаттығуларын орындау		Шашырап жүру	
Педагог-тармен ата-аналармен жұмыс	Ата- аналарға ұйымдастырылған оқу қызметінде майтабанға арналған жаттығуларды еске түсіріп, есте сақталған жаттығуларды үйде бірнеше рет қайталауға кеңес беру.				

2022-2023оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің

ЦИКЛОГРАММАСЫ

Сәуір II- апта 18.04.22 - 22. 04.22 ж

Апталық тақырып: «Ғарышқа саяхат».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу Музыка №6
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау	Көрнекілік құралдар: Массажерлер.	Көрнекілік құралдар: Әр балаға жалауша, жұпқа бір доп, төсеніштер, секіруге арналған бағаналар.		Көрнекілік құралдар: Волейбол торы, әр балаға доп-тан.	Көрнекілік құралдар: Массажерлер.
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 79. Кегльдердің арасымен екі аяқпен секіру; гимнастикалық орындықта іш- пен еңбектеу. Мақсаты: әртүрлі дене шынықтыру жаттығулары, қимылды ойындар арқылы	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 80. Кегльдердің арасымен оң және сол аяқпен секіру; доптардан бүйірмен аттап өту арқылы жүру; гимнастикалық орындықта ішпен еңбектеу. Мақсаты: ұсынылған		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 81. Қапшықтарды себетке лақтыру; Бір жерде тұрып, алға қарай ұмтылып, секіртпеден секіру; бөрене үстімен жүру. Мақсаты: заттарды себетке лақтыру дағдысын, бөрененің үстімен жүрген	МАД «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 79. Кегльдердің арасымен екі аяқпен секіру; гимнастикалық орындықта іш- пен еңбектеу. Мақсаты: әртүрлі дене шынықтыру жаттығулары, қимылды ойындар арқылы

	балалардың шеберліктері мен дағдыларын дамыту. Міндеттері: БМ. Балаларды қозғалыс қарқынын баяулатып және жылдамда- тып межеленген жерге дейін жылдамдықпен жүруге, екіден, үштен тізбекке түруға, айналуға жаттықтыру\ Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Көлденең қойылған таяқшаның немесе керілген жіптің астынан өту. 2.Икемділікке баулитын жаттығулар: -«Көпірше» жаттығуы; -Отырып алға иілу; -Малдас құрып отыру. аяқты жартылай бүгіп өту. Қорытынды: «Өз үйінді тап!» ойыны.	жаттығулар арқылы қозғалыс үйлесімділігі, бұлшықет күші, тепе-теңдікті сақтау сезімі жаттығуларын дамыту Міндеттері: БМ. Балаларды қозғалыс қарқынын баяулатып және жылдамдатып межеленген жерге дейін жылдамдықпен жүруге, екіден, үштен тізбекке түруға, айналуға жаттықтыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Нұсқаушы оларды еденнен біріншісі -25-30 см биіктікте, ал екіншісі бірінші жіптің дәл үстінде -75-80 см биіктікте керіліп тартылған екі жіптің жанына алып келеді. Қорытынды: «Қарлы боран» жаттығуы.		кезде тепе-теңдікті сақтау дағдысын бекіту, жылдамдық-күш сапасын дамыту. Міндеттері: БМ. Балаларды жүрген кезде қозғалыс үйлесімділігін сақтай отырып, 40 см арақашықтыққа қойылған секіртпелерден аттап өту арқылы тізбекте жүруге жаттықтыру; үш тізбекке түрғызу Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Көлденең қойылған таяқшаның немесе керілген жіптің астынан өту. 2.Икемділікке баулитын жаттығулар: -«Көпірше» жаттығуы; -Отырып алға иілу; -Малдас құрып отыру. Қорытынды: «Өз үйінді тап!» ойыны.	балалардың шеберліктері мен дағдыларын дамыту. Міндеттері: БМ. Балаларды қозғалыс қарқынын баяулатып және жылдамда- тып межеленген жерге дейін жылдамдықпен жүруге, екіден, үштен тізбекке түруға, айналуға жаттықтыру\ Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Көлденең қойылған таяқшаның немесе керілген жіптің астынан өту. 2.Икемділікке баулитын жаттығулар: -«Көпірше» жаттығуы; -Отырып алға иілу; -Малдас құрып отыру. Қорытынды: «Өз үйінді тап!» ойыны.
Балалармен жеке жұмыс	Жаттығуларды 4-5 рет қайталау	Жаттығуларды 4-5 рет қайталау		Бір қырымен жүру (оңға және солға) қолды екі жанға созу.	Бір қырымен жүру (оңға және солға) қолды екі жанға созу.
ата-аналармен жұмыс	Ата- аналарға ұйымдастырылған оқу қызметінде майтабанға арналған жаттығуларды еске түсіріп, есте сақталған жаттығуларды үйде бірнеше рет қайталауға кеңес беру.				

**2022-2023оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ
Сәуір ІІІ- апта 25.04.22 – 29.04.22 ж**

Апталық тақырып: «Бір шаңырақ астында»

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу Музыка №6
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау		Көрнекілік құралдар: Әр балаға секіртпе, тақтай, орындық жіп бөрене, арқан.		Көрнекілік құралдар: Әр балаға жалаушалар, доп, қапшықтар, кегли, ойыншық, нысана..	
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 82. Бөрененің үстімен жүру, қапшықтарды екі тізенің ортасына қысып алып, екі аяқпен секіру, нығыздалған доптар- ды түзу жолдың бойымен домалату. Мақсаты: бөренемен жүру, доптарды түзу жолдың бойы- мен домалату		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 83. Ұлттық ойындар ой- наймыз. Таза ауада ұйымдастырылған оқу қызметі. Мақсаты: спорт жаттығуларын орындау дағдысын, спорт- тық ойын элементтерін орындау шеберлігін пысықтау	

		шеберлігін бекіту. Міндеттері: БМ. Балаларды жүрген кезде қозғалыс үйлесімділігін сақтай отырып, 40 см арақашықтыққа қойылған секіртпелерден ат- тап өту арқылы тізбекте жүруге жаттықтыру; Қолмен тепе- теңдікті сақтай отырып, бөрененің үстімен жүруді үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1 «Қармен дәл тигіз» қимыл қозғалыс ойыны. 2. Шанамен жарысу ойыны Қорытынды; Жүру, тыныс алу жаттығуларын орындау.		Міндеттері: БМ. Балаларды тізбекте бір-бірден заттардың арасымен жүруге, қайталамалы жүгіріске ауысу арқылы жылдамдыққа жүгіруге, «Орындарыңа тұрыңдар» ойын жаттығуын орындауға жаттықтыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Көлбеу қойылған тақтай үстімен жоғары және төмен жүру. 2.Құм салынған қапшықшаны оң және сол қолмен алысқа лақтыру. 3.Еденде созылып жатқан жіптің үстімен 400г қапшықшаны басқа қойып жүру. Қорытынды: «Ұядағы құстар» қимыл қозғалыс ойыны.	
Балалармен жеке жұмыс		Алаңның бір шетінен екінші шетінен жүру.		Түзу қадаммен таспалардың ұшынан ұстап жүру	
Педагог-тармен ата-аналармен жұмыс	Балаларға дене шынықтыру киімін өздері киіну туралы ата- аналарға кеңес беру.				

**2022-2023оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ
мамыр IV- апта 03.05.22 - 06.05.22 ж**

Апталық тақырып: « Әрқашан күн сөнбесін».

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдар дайындау		Көрнекілік құралдар: Жол жиектемелері, әрқайсысы-на секіртпелер.		Көрнекілік құралдар: Текшелер, кішкене доптар, шығыршықтар, қапшықтар, таяқша, үрленген доп.	Көрнекілік құралдар: қапшықтар, орын-дықтар, кегли, гимнастикалық таяқша, үрленген доп.
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 84. Доптарды (қапшықтарды) алысқа лақтыру; топтасып баудың астымен өту; ұзын секіртпе арқылы секіру. Мақсаты: Допты алысқа лақтыру,		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 85. Нығыздалған доптарды түзу бағыт бойымен домала- ту; доға астынан өту; Екпіндеп келіп биіктікке секіру. Мақсаты: допты түзу бағыт пен домалату, доғаның астымен өту, екпіндеп келіп аяқты жинап, биіктікке секіру	МАД «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 16.10-16.35 Тақырыбы: 85. Нығыздалған доптарды түзу бағыт бойымен домала- ту; доға астынан өту; Екпіндеп келіп биіктікке секіру. Мақсаты: допты түзу бағыт пен домалату, доғаның астымен өту,

		топтасып баудың астынан өту, ұзын секіртпе арқылы секіру дағдыларын бекіту. Міндеттері: БМ. Балаларды тізбекте бір-бірден тұруға, әдеттегі жүріспен аяқтың ұшымен, секіртпе арқылы секіріп үйрету. Қапшықтарды (доптарды) алысқа лақтыру дағдысын, топтасып баудың астынан өту шеберлігін пысықтау Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары 1. Ирелең жолмен жүру (ені 25 см, ұзындығы 2,5 м). 2. Ұзындыққа бір орында тұрып секіру (арақашықтығы 40 см). Қорытынды: «Қояндар» ойыны.		шеберлігін бекіту. Міндеттері: БМ. Балаларды тізбекте бір-бірден тұруға, әдеттегі жүріспен аяқтың ұшымен, өкшесімен жүруге; жылдамдыққа жүгіруге (21 м), содан кейін баяу жүгіруге жаттықтыру. Екпіндеп келіп аяқты жинап, секіру шеберлігін жетілдіру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары 1. Гимнастикалық орындық үстіне таяқшаны қойып, допты кеудемізге қысып ұстап, таяқшадан аттап өту. Ойын: «Сүлгі мен қыстырғыштар» ойынын. Қорытынды: Балалар мен бірлесе ойнау.	екпіндеп келіп аяқты жинап, биіктікке секіру шеберлігін бекіту. Міндеттері: БМ. Балаларды тізбекте бір-бірден тұруға, әдеттегі жүріспен аяқтың ұшымен, өкшесімен жүруге; жылдамдыққа жүгіруге (21 м), содан кейін баяу жүгіруге жаттықтыру. Екпіндеп келіп аяқты жинап, секіру шеберлігін жетілдіру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары 1. Гимнастикалық орындық үстіне таяқшаны қойып, допты кеудемізге қысып ұстап, таяқшадан аттап өту. Ойын: «Сүлгі мен қыстырғыштар» ойынын. Қорытынды: Балалармен бірлесе ойнау.
Балалармен жеке жұмыс		Жүру түрлерін орындату		Тепе- теңдікті сақтап жүру.	Тепе- теңдікті сақтап жүру.
ата-аналармен жұмыс	Ата- аналарға күнделікті дене шынықтыру киімдері болуына кеңес беру.				

**2022-2023оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ
Мамыр І- апта 11.05.22 - 13. 05.22 ж**

Өтпелі тақырып: Апталық тақырып: «Өнер-көзі халықта!»

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға дене шынықтыру залын дайындау. (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға дене шынықтыру залын дайындау. (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға дене шынықтыру залын дайындау. (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға дене шынықтыру залын дайындау. (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау				Көрнекілік құралдар: Батут, арқан гимнастикалық қа-бырға, төсеніштер, кегли.	Көрнекілік құралдар: Жол жиектемелері, әрқайсысы-на секіртпелер.
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу				МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 86-87. Бақылау- тексеру ұйымдастырылған оқу қызметі (қорытынды мониторинг) Мақсаты: балалардың игерген дене дағдылары мен шеберлік- терін, олардың	МАД «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 86-87. Бақылау- тексеру ұйымдастырылған оқу қызметі (қорытынды мониторинг) Мақсаты: балалардың игерген дене дағдылары мен шеберлік- терін,

				психофизикалық қасиеттері мен қимыл-қозғалыс дағдыларын тәжірибеде қолдану шеберліктерін бағалау. Міндеттері: БМ. Балалардың шеберліктерін, дағдыларын негізгі параметрлер бойынша диагностикалау (22-қосымша). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары 1. Гимнастикалық орындық үстіне таяқшаны қойып, допты кеудемізге қысып ұстап, таяқшадан аттап өту. 2. Шеңберге тұрғызып, бірі-біріне допты беру. Ойын: «Тез өз орныңа» Қорытынды: Балалармен бірлесе ойнау.	олардың психофизикалық қасиеттері мен қимыл-қозғалыс дағдыларын тәжірибеде қолдану шеберліктерін бағалау. Міндеттері: БМ. Балалардың шеберліктерін, дағдыларын негізгі параметрлер бойынша диагностикалау (22-қосымша). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары 1. Еденде жатқан заттардан аттау (заттардың арақашықтығы 25 см). 2. Кегельге дейін еңбектеп барып, шығыршықты, кегельді екі қолмен алу, тұру, түзелу, затты бастан жоғары көтеру. Ойын: «Тез өз орныңа» ойынын ойнау. Қорытынды: «Мысықтар»
Балалармен жеке жұмыс				Дем алу және терең дем шығару, жаттығуларын орындау.	Бір қатар тізбекпен жүру. Ысқырық бойынша бағытты өзгертіп жүру.
Педагог-тармен ата-аналармен жұмыс	Ата- аналарға ұйымдастырылған оқу қызметінде майтабанға арналған жаттығуларды еске түсіріп, есте сақталған жаттығуларды үйде бірнеше рет қайталауға кеңес беру.				

**2022-2023оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Мамыр II- апта 16.05.22 - 20.05.22 ж

Апталық тақырып: «Алуан – алуан кәсіп бар,таңдай біл де,талап қыл!»

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға дене шынықтыру залын дайындау. (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға дене шынықтыру залын дайындау. (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға дене шынықтыру залын дайындау. (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға дене шынықтыру залын дайындау. (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу Музыка№6
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау	Көрнекілік құралдар: Текшелер, кішкене доптар, шы-ғыршықтар, қапшықтар, орындықтар.	Көрнекілік құралдар: Қызыл және көк жалаушалар, шығыршықтар, жіп.		Көрнекілік құралдар: Ұзын жіп, қапшықтар.	Көрнекілік құралдар: Текшелер, кішкене доптар, шы-ғыршықтар, қапшықтар, орындықтар.
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 88. Жүзу. Суға бату, суда аяқ пен қолды қозғалту, дем алу жаттығулары. Бассейнде жүр- гізілетін ұйымдастырылған оқу қызметі Мақсаты: су ортасымен танысу, суға батуды	МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 89. Жүзу. Қолды бассейннің түбіне қойып, алға және артқа қарай жүру. Судағы ойын жаттығулары. Бассейнде жүргізілетін ұйымдастырылған оқу қызметі. Мақсаты: су ортасымен		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 90. Су аэробикасы. Музыкаға сәйкес жалпы дамытушы орындау. Бассейнде жүр- гізілетін ұйымдастырылған оқу қызметі. Мақсаты: су ортасымен танысуды жалғастыру, суда	МАД «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 88. Жүзу. Суға бату, суда аяқ пен қолды қозғалту, дем алу жаттығулары. Бассейнде жүр- гізілетін ұйымдастырылған оқу қызметі Мақсаты: су ортасымен танысу, суға батуды және суда қол- мен және

	және суда қол- мен және аяқпен оңай жаттығуларды, суда дем алу жаттығуларын орындап үйрену Міндеттері: Суға кіруді, судан қорықпауды, суда шалпыл-датуды, аяқты (жоғары және төмен) және қолды (айналдырып) қозғалтуды үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары 1.Кедергілерден(текшелерден) аттап өту. (Арасы алшақ қойылған 3-4 текшелерден аттап өту). 2.Биіктіктен қос аяқпен секіру. (5-10 см) (Ағаш кірпіштен, тақтайшадан секіру). Қорытынды: «Таяқшадан аттап өт!»	таны- суды жалғастыру, бас-сейннің түбіне қолды қойып, алға және артқа жүруді үйрену, суда ойын жаттығуларын орындау. Міндеттері: Су ортасымен танысуды жалғастыру, бассейннің түбіне қолды қойып, алға және артқа жүруді үйрену, суда ойын және дем алу жаттығуларын орындау Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары 1.Кедергілерден(текшелерден) аттап өту. 2.Биіктіктен қос аяқпен секіру. (5-10 см) Қорытынды: «Таяқшадан аттап өт!» ойыны:		бас- сейіннің қабырғасында тұрып, бұрылуды, секіруді орындауды үйрену. Суда музыканың сүйе-мелдеуімен жалпы дамыту жат- тығуларын орындауды үйрету. Міндеттері:Су ортасымен таныстыруды жалғастыру, судағы аэробика. Ернеуде тұрып, бұрылуды, секіруді орындауға үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары 1.Еденде жатқан заттардан аттау (заттардың арақашықтығы 25 см). 2.Кегельге дейін еңбектеп барып, шығыршықты, кегельді екі қолмен алу, тұру, түзелу, затты бастан жоғары көтеру. Ойын:«Тез өз орныңа» ойынын ойнау. Қорытынды: «Мысықтар»	аяқпен оңай жаттығуларды, суда дем алу жаттығуларын орындап үйрену Міндеттері: Суға кіруді, судан қорықпауды, суда шалпыл-датуды, аяқты (жоғары және төмен) және қолды (айналдырып) қозғалтуды үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары 1.Кедергілерден(текшелерден) аттап өту. (Арасы алшақ қойылған 3-4 текшелерден аттап өту). 2.Биіктіктен қос аяқпен секіру. (5-10 см) (Ағаш кірпіштен, тақтайшадан секіру). Қорытынды: «Таяқшадан аттап өт!» ойыны:
Балалармен жеке жұмыс		Бір қырымен жүру (оңға және солға) қолды екі жанға созу.		Жаттығуларды 4-5 рет қайталау	Бір қырымен жүру (оңға және солға) қолды екі жанға созу.
ата-аналармен жұмыс	Ата- аналарға ұйымдастырылған оқу қызметінде майтабанға арналған жаттығуларды еске түсіріп, есте сақталған жаттығуларды үйде бірнеше рет қайталауға кеңес беру.				

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Мамыр III- апта 23.05.22 - 27.05.22 ж

Апталық тақырып: «Жайдары жаз келді!»

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға дене шынықтыру залын дайындау. (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға дене шынықтыру залын дайындау. (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға дене шынықтыру залын дайындау. (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға дене шынықтыру залын дайындау. (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау		Көрнекілік құралдар: 1. Екі гимнастикалық орындықтар, екі қапшықтар 2. Түрлі түсті орамалдар және құм толтырылған қапшықшалар,		Көрнекілік құралдар: 1.Түрлі түсті орамалдар және құм толтырылған қапшықшалар 2.Үш волейбол добы, төрт шана, жалауша.	
Ұйымдасты- рылған оқу қызметтерін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 91. Таза ауада ойнатылатын эстафеталық ойындар. Мақсаты: эстафеталық ойындар ойнау арқылы,балаларды жылдамдыққа,шапшаңдық		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 92. Ұлттық ойындардың түрлерін қайталау. Асық ату, арқан тарту,тақия тастамақ, бәйге т.б Мақсаты: балаларға	

		қа, төзімділікке, достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу. Міндеттері: Барлық ойын түрлеріне қатысып, өз қабілеттерін шыңдау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары Біз жақын үрлейміз: с-с-с (қолды ауызға жақындату). 1.Алаңның бір шетінен екінші шетіне жүгіру (арақашықтығы 10 м). Ойын:«Сылдырмаққа шығыршық арқылы» ойынынойнау.		ұлттық ойындарды бойына сіңіру арқылы патриоттық сезімдерін ояту. Міндеттері: Балалар жыл бойына үйренген ойын түрлерін көрсету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары Біз жақын үрлейміз: с-с-с (қолды ауызға жақындату). 1.Алаңның бір шетінен екінші шетіне жүгіру (арақашықтығы 10 м). 2.Еденде жатқан жалпақ шығыршыққа секіру. Ойын:«Сылдырмаққа шығыршық арқылы» ойынын ойнау.	
Балалармен жеке жұмыс		Алаңның бір шетінен екінші шетінен жүру. Еденде жатқан жалпақ шығыршықтан секіру.		Түзу қадаммен таспалардың ұшынан ұстап жүру.	
Педагог-тармен ата-аналармен жұмыс	Балаларға дене шынықтыру киімін өздері киіну туралы ата- аналарға кеңес беру.				

Д/ш нұсқаушысы _____

Әдіскер _____

**2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің
ЦИКЛОГРАММАСЫ
Мамыр IV- апта 30.05.22 - 31.05.22 ж**

Апталық тақырып: « Жаз да келді көңілді!»

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық/ Таңғы жаттығу өткізу	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға дене шынықтыру залын дайындау. (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №5	07.45 – 08.00 Таңғы жаттығуға дене шынықтыру залын дайындау. (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға дене шынықтыру залын дайындау. (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу №5 музыка	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға спортзалды дайындау (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6	08.00 - 08.05 Таңғы жаттығуға дене шынықтыру залын дайындау. (Желдету, бөлмені тазарту) 8.05-8.35 Таңғы жаттығу музыка №6
ҰОҚ дайындық /қажетті құралдарды дайындау		Көрнекілік құралдар: 1. Екі гимнастикалық орындықтар, екі қапшықтар 2. Түрлі түсті орамалдар және құм толтырылған қапшықшалар,		Көрнекілік құралдар: 1.Түрлі түсті орамалдар және құм толтырылған қапшықшалар 2.Үш волейбол добы, төрт шана, жалауша.	
Ұйымдастырылған оқу қызметтерін өткізу		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 93. Жазғы ойын түрлерімен таныстыру. Судағы қауіпсіздіктер туралы түсіндіру /су тасу, бір-біріне су шашу ойыны /		МАД топтары «Балдәурен» 09.50-10.15 «Шапағат» 10.20-10.45 Тақырыбы: 94. Жазда келді көңілді. Гимнастикалық - Флешмоб би түрлерін үйрену. Мақсаты: балаларды шығармашылыққа үйрету	

		Мақсаты: балаларға жаздың күні ауа райының жылы болуына байланысты сумен қалай ойнауға болатыны туралы және судағы қауіпсіздік жағдайы туралы айтып түсіндіру. Міндеттері: балалар ұқыптылыққа,тазалыққа және көңілді жүруге үйрету.Міндеттері: Барлық ойын түрлеріне қатысып, өз қабілеттерін шыңдау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары 1.Алаңның бір шетінен екінші шетіне жүгіру (арақашықтығы 10 м). Ойын:«Сылдырмаққа шығыршық арқылы» ойыныойнау.		арқылы өнерлі жан –жақты етіп тәрбиелеу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары 1.Алаңның бір шетінен екінші шетіне жүгіру (арақашықтығы 10 м). 2.Еденде жатқан жалпақ шығыршыққа секіру. Ойын:«Сылдырмаққа шығыршық арқылы» ойынын ойнау.	
Балалармен жеке жұмыс		Алаңның бір шетінен екінші шетінен жүру. Еденде жатқан жалпақ шығыршықтан секіру.		Түзу қадаммен таспалардың ұшынан ұстап жүру.	
Педагог-тармен ата-аналармен жұмыс	Балаларға дене шынықтыру киімін өздері киіну туралы ата- аналарға кеңес беру.				