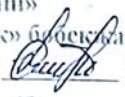


«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра

«Балдәурен» ортаңғы тобы

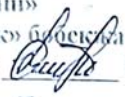
Өтпелі тақырып: «Балабақша» Уақыты: 01.09-03.09. 2021 жыл І апта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі 01.09.2021.	Бейсенбі 02.09.2021.	Жұма 03.09.2021.
Ата-аналарға кеңес					«Спорт-денсаулық кепілі»
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс					Балалардың іс-әрекеттері жайлы сөйлесу.
Ұйымдастырылған оқу қызметтері					Тақырыбы: «Қуыршақ Дана сапта тұр» Мақсаты: Балаларды сапқа бір-бірден және бірінің артынан бірі тұрып жүру, жүгіру жаттығуларын жасауға үйрету; сап түзеп тізесін жоғары көтер-іп қимыл үйлесімділігін сақтау жүру дағдыларын жетілдіру; сап түзеп жүргенде қимыл үйлесімділігін сақтау қабілетін қалыптастыру; 2-3 метр қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяғымен секіру және бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты домалату дағдысын жетілдіру; сап түзеп шеңберге ауысу дағдыларына үйрету;

					ептілік пен жылдам-дыққа, тәрбиелеу; оқу қызметіндегі қызығу-шылығы арттыру. Оқу қызметінің барысы Балалардың психологиялық көңіл күйін көтеру мақсатында педагог: – Балалар, бүгін сондай көңілдісіңдер. Сол көңілді күйімізді айналаға паш етіп "Күн қандай тамаша!" деп айтайықшы бәріміз! Оқу қызметіне дайынбыз ба, балалар? Бүгін оқу қызметінде сап түзеп жүруді үйренеміз. Сондықтан "Сақадаймыз сап түзеп біз" деп оқу қызметіне кірісейік. Интербелсенді тақтадан қуыршақ Дананың басқа қуыршақтармен бірге сап түзеп жүргені көрсетіледі. Педагог: – Балалар, менің артымнан және бір-біріңнің артыңнан сап түзеп жүреміз, енді мен сияқты аяқтың ұшымен жүреміз, жарайсыңдар! Жай қалыпқа түсіп, жүреміз, музыка тез ойнап жатыр, бәріміз жүгіреміз, кім тез жүгіреді екен? – Балалар, енді жүріп келе жатып, тізені жоғары көтеріп, денемізді тік ұстап жүреміз, жарайсыңдар, жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрайық! Педагог: – Балалар, менімен бірге жаттығулар орындайықшы! Қолдарыңдағы текшелеріңді көрсетіңдерші, балалар! Қандай керемет текшелер! Енді осы
--	--	--	--	--	---

					текшелермен жаттығулар жасаймыз. Жалпы дамыту жаттығулары (алақанға шақ кубиктермен) Негізгі қимыл жаттығулары - 2-3 метр қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяғымен секіру; - Бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты домалату (1,5-2 м қашықтықта аяқтарын алшақ ұстап отырып). "Допты дәлдеп лақтыр" қимыл ойыны. – Балалар, тағы да ойынды екі топпен орындаймыз. Қазір сендерге допты қалай лақтыру керек екенін көрсетемін, допты жеңіл ұстап, дәлдеп лақтыруымыз керек. Музыка әуенімен тезірек жүгіріп лақтырамыз. Педагог балаларға бүгін қуыршақ Дананың балалардың сап түзеп тұру және негізгі қимыл жаттығуларын жақсы орындағандарына риза болғанын айтты. – Балалар, сендер бүгін оқу қызметіне жақсы қатысып, мен берген тапсырмалардың бәрін жақсы орындадыңдар. Қоян сияқты қалай керемет секіресіңдер! Қуыршақ Дана сендер сияқты епті балалар көп болса екен дейді. Енді, балалар, біз қуыршақ Дананы шығарып салайық. Не деп айтамыз,
--	--	--	--	--	--

					куыршақ Данаға? Сау болыңыз! ҚОРЫТЫНДЫ Сұрақ-жауап Бала үні Педагог балаларды даңғараны ұрып, сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. – Жарайсындар, балалар, бүгін алғашқы оқу қызметіне бәрің белсенді қатыстындар, жаттығуларды да жақсы орындадыңдар, рақмет, оқу қызметі аяқталды, сау болындар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: 2-3 метр қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяғымен секіруді; Түсінеді: бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты домалату дағдыларын; Қолданады: ептілік пен жылдамдық, ерік-жігерлерін;
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс					«Балдәурен» тобы тәрбиеленушісі <i>Адияны</i> ересектермен бірге дене жаттығуларын орындауға үйрету

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра
«Балдәурен» ортаңғы тобы

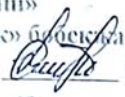
Өтпелі тақырып: «Балабақша» Уақыты: 06.09 – 10.09.2021 ж II апта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 06.09.2021	Сейсенбі 07.09.2021	Сәрсенбі 08.09.2021	Бейсенбі 09.09.2021	Жұма 10.09.2021
Ата-аналарға кеңес	Ата-аналарға спорттық киімдер туралы айту.	Үйдеде шынықтыру шараларын орындауды тапсыру			«Жедел ішек ауруларының алдын алу» туралы кеңес беру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдері айту	Балаларға спорт киімдерін кигізу.			Балалардың спорт киімдерінің толық болуын қадағалу.
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Әдемі сап түзейміз» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды бірінің артынан бірі сап түзеп жүру, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен жүріп, жай қалыпқа түсу, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіру, жүгіріп келе жатып, жай жүріске ауысу және тізені жоғары көтеріп, денені тік ұстап жүру іскерліктерін дамыту; бір-біріне қарама-қарсы отырып,	Тақырыбы: «Сапқа тұрайық» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сап түзеп тізесін жоғары көтеріп жүру дағдыларын жетілдіру; сап түзеп жүргенде қимыл үйлесімділігін сақтау қабілетін қалыптастыру; 2-3 метр қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяғымен секіру және бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты домалату дағдысын бекіту. Оқу қызметінің барысы			Тақырыбы: «Бауырсақ пен шеңберге тұру» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды шеңберге тұруға үйрету; шеңберге өз еріктерімен тұру қабілетін қалыптастыру; ұзындыққа екі аяғымен секіру және бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты қақпаға дәлдеп домалатау дағдысын жетілдіру; сап түзеп шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларына үйрету; достық қарым-қатынасқа,

	допты домалату іскерліктерін жетілдіру; допты домалату (1,5-2 м қашықтықта аяқты алшақ ұстап отырып) жаттығуларын орындау; оқу қызметіне деген қызығушылықтарын ояту. Оқу қызметінің барысы Педагог: – Балалар, сендердің бүгінгі көңіл-күйлерін жақсы секілді. – Қараңдаршы, Алан сендерге "өте жақсы" деген белгі көрсетіп тұр. – Аланның көңіл күйі жақсы екен. Бізде Аланға көңіл-күйімізді білдірейік. Балалар "өте жақсы" белгісін көрсетеді. – Балалар, Дана басқа балалармен сап түзейді. – Қазір, бәріміз сапқа тұруға дайындаламыз. Балалар музыка әуенімен бірінің артынан бірі сап түзеп жүреді, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен жүреді және жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіреді, жүгіріп келе жатып, жай жүріске ауысады және тізені жоғары көтеріп, денені тік ұстап жүреді. Біртіндеп жүріп келе жатып жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрады. Жалпы дамыту	Педагог балалардың психологиялық көңіл-күйлерін көтеру мақсатында интербелсенді тақтадан бейнежазба көрсетеді. Бейнежазбадағы сөздерге сәйкес балалар педагогпен бірге қимылдар жасайды. – Балалар, сендер сапқа қалай тұрасыңдар? – Қазір, бәріміз сапқа тұруға дайындаламыз. Балалар бір-бірінің артынан сап түзеп жүреді. Педагог: – Жақсы, балалар. Енді, аяқтың ұшымен жүреміз. Тамаша! Жалпы дамыту жаттығулары (алақанға шақ текшелермен) Педагог балаларға екі текшеден таратып береді. Негізгі қимыл жаттығулары: Педагог балаларды екі топқа бөледі. 1-топ 2-3 метр қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяғымен секіреді; 2-топ Бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты домалату (1,5-2 м қашықтықта аяқты алшақ ұстап отырып) жаттығуларын кезек-кезек орындайды. "Допты дәлдеп лақтыр" қимыл ойыны. – Балалар, тағы да ойынды екі топпен орындаймыз. Қазір			ептілік пен жылдамдыққа, ерік-жігерге тәрбиелеу; оқу қызметіндегі белсенділігін арттыру. Оқу қызметінің барысы Балалардың психологиялық көңіл күйін көтеру мақсатында педагог: – Балалар, бүгін көңілді күйімізді айналаға паш етіп "Күн қандай тамаша!" деп айтайықшы бәріміз! Балалар, сендер байқадыңдар ма, күн неге ұқсайды? Дөңгелекке ұқсайды екен. – Ол үшін барлығымыз дөңгелек шеңбер жасап тұруды есімізге түсіреміз. – Жарайсыңдар! Балалар, бауырсақпен бірге шеңберде айналып жүруді үйренейікші. Қажеті болса педагог бір қолына текшенің орнына бауырсақтың бейнесін алып жүре алады немесе кеудесіне қағаздан жасалған бауырсақтың бейнесін жапсырып қояды. едагог: – Балалар, менің артымнан және бір-біріңнің артыңнан сап түзеп жүреміз, енді мен сияқты аяқтың ұшымен жүреміз, жарайсыңдар! Жай қалыпқа түсіп, жүреміз, музыка тез ойнап жатыр, бәріміз жүгіреміз, кім тез жүгіреді екен? – Балалар, енді жүріп келе
--	--	---	--	--	---

	жаттығулары (алақанға шақ текшелермен). Негізгі қимыл жаттығулары: Педагог балаларды екі топқа бөледі. 1-топ 2-3 метр қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяғымен секіреді; 2-топ Бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты домалату (1,5-2 м қашықтықта аяқты алшақ ұстап отырып) жаттығуларын кезек-кезек орындайды. "Кім тез жүгіреді?" қимыл ойыны. Педагог балаларды екі командаға бөліп, бір сызыққа тұрғызып, белгіленген межеге дейін бастарын төмен түсірмей, аяқтары шалыныспай, аяқ, қол қимылын сәйкестендіріп, еркін жүгіру керектігін айтады. Педагог жүгірудің бір бағытта ғана болатынын балаларға түсіндіреді және қалай жүгіру керектігін тағы да естеріне салады. Екі командадағы балалардың қайсысы ережеге сай және тез жүгіреді, сол команда жеңген болып есептеледі. "Қай жануар қалай секіреді?" пысықтау ойыны. ҚОРЫТЫНДЫ	сендерге допты қалай лақтыру керек екенін көрсетемін, допты жеңіл ұстап, дәлдеп лақтыруымыз керек. Музыка әуенімен тезірек жүгіріп лақтырамыз. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог балаларды даңғараны ұрып, сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: – Балалар, музыканың әуенімен ақырын жүріп келе жатып, екі қолымызды екі жанымызға жіберіп, қолдарымызды сілкілейміз "Су шашамыз", аяқтарымызды да кезек-кезек сілкілеп, судан тазартамыз. – Жарайсыңдар, балалар, бүгін алғашқы оқу қызметіне бәрің белсенді қатыстыңдар, жаттығуларды да жақсы орындадыңдар, рақмет, оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: 2-3 метр қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяғымен секіруді Түсінеді: сап түзеп жүргенде қимыл үйлесімділігін сақтау қабілетін Қолданады: бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты домалату			жатып, тізені жоғары көтеріп, денемізді тік ұстап жүреміз, жарайсыңдар, жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрайық! Педагог: – Балалар, менімен бірге жаттығулар орындайықшы! Қолдарындағы текшелеріңді көрсетіңдерші, балалар! Қандай керемет текшелер! Енді осы текшелермен жаттығулар жасаймыз. Жалпы дамыту жаттығулары (алақанға шақ текшелермен) Негізгі қимыл жаттығулары – Ұзындыққа екі аяқпен секіру; – Бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты қақпаға дәлдеп домалатау (1,5-2 м қашықтықта аяқтарын алшақ ұстап отырып). "Допты дәлдеп лақтыр" қимыл ойыны. Педагог балаларға бүгін "Бауырсақ" ертегісінің кейіпкерлері балалардың шеңберге тұру және негізгі қимыл жаттығуларын жақсы орындағандарына риза болғанын айтты. – Балалар, сендер бүгін оқу қызметіне жақсы қатысып, мен берген тапсырмалардың бәрін жақсы орындадыңдар. Шеңбер жасап, қалай әдемі жүрдіңдер! "Бауырсақ" ертегісінің кейіпкерлері сендерге риза болып отыр. Балалар өте
--	--	--	--	--	--

	Педагог балаларды қоян сияқты секіріп, 5-ке дейін санау бойынша сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Сұрақ-жауап Балаларды мадақтау. Күтілетін нәтиже: Орындайды: тез ойнаған музыка әуенімен жүгіру, жүгіріп келе жатып, жай жүріске ауысу ; Түсінеді: бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты домалатуды Қолданады: бірінің артынан бірі сап түзеп жүруді;	дағдысын			белсенді, епті дейді. Енді балалар, "Бауырсақ" ертегісінің кейіпкерлерін шығарып салайық. Сау болыңыздар! ҚОРЫТЫНДЫ – Жарайсыңдар, балалар, бүгін алғашқы оқу қызметіне бәрің белсенді қатыстыңдар, жаттығуларды да жақсы орындадыңдар, рақмет, оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты қақпаға дәлдеп домалатау дағдысын; Түсінеді: ; ұзындыққа екі аяғымен секіруді; Қолданады: достық қарымқатынасқа, ептілік пен жылдамдықты, ерік-жігерді;
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	«Балдәурен»тобы тәрбиеленушісі <i>Ерханға</i> ойын ережесін үйрету	«Балдәурен» тобы тәрбиеленушісі <i>Еркебұланға</i> кегелдерді дәлдеп құлатуды үйрету.			«Балдәурен»тобы тәрбиеленушісі <i>Таймуразға</i> ептілікке баулу жаттығуларын үйрету.

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра
«Балдәурен» ортаңғы тобы

Өтпелі тақырып: «Балабақша» Уақыты: 13.09 – 17.09.2021 ж III апта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 13.09.2021	Сейсенбі 14.09.2021	Сәрсенбі 15.09.2021	Бейсенбі 16.09.2021	Жұма 17.09.2021
Ата-аналарға кеңес	Отбасы сайысы туралы мәлімет беру	Жалпақ табандылықтың алдын алу туралы кеңес			«Дәрумендер пайдасы» туралы кеңес беру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Бірлесе спорттық сайыстарды жоспарлау.	Тәрбиешілер арасында спорттық жарыс өткізуді жоспарлау			Бірлесе әр топтарда «Спортты біз сүйеміз» тақырыбында жылжымалы папкалар жасау.
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Шеңберге өз еркімізбен тұрамыз» Оқу қызметінің мақсаты Балаларды музыка әуенімен бірінің артынан бірі шеңбер жасап жүру, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен жүру және жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіру, жүгіріп келе жатып, жай жүріске түсу және тізені жоғары көтеріп, денелерін тік ұстап жүру	Тақырыбы: «Әдемі шеңбер жасайық» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды ұзындыққа екі аяғымен секіру және бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты қақпаға дәлдеп домалату техникасын бекіту, оқу қызметін пысықтау, қимыл ойыны арқылы допты гимнастикалық шеңберге			Тақырыбы: «Епсіз қонжық» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сап түзеп бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен жүруге үйрету; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін қалыптастыру; қиғаш тақтайдың үстімен жүру және бір бағытта еңбектеу дағдысына үйрету; сап түзеп шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын жетілдіру, оқу қызметінде белсенділіктерін

	іскерліктерін дамыту; ұзындыққа екі аяғымен секіру және 2-топ - бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты қақпаға дәлдеп домалату іскерліктерін жетілдіру; қимыл ойыны арқылы допты белгілі бір бағытта домалату іскерліктерін бекіту. Оқу қызметінің барысы Педагог балаларды үлкен шеңберге тұрғызады. – Балалар, бүгін күндей керемет күн! – Қарандаршы, күн қандай әдемі. – Күн қандай? Дөңгелек. – Қолымызбен күнді көрсетейікші. Тамаша! – Бүгін бізге "Бауырсақ" ертегісінің кейіпкерлері қонаққа келіп отыр. Олар өздерінің жаттығуларды қалай жақсы жасайтындарын көрсетуге келіпті. Балалар бір-бірінің артынан сап түзеп жүреді. – Балалар, енді аяқтың ұшымен жүреміз. Жарайсыңдар! – Ал енді, музыка ырғағына сай жүгіреміз. Кім тез жүгіреді екен? Жалпы дамыту жаттығулары (шеңберлермен). Негізгі қимыл жаттығулары: Педагог: – Балалар, бүгін негізгі қимыл жаттығуларын орындау үшін алдымен екі топқа бөлініп алайық. 1-топ – ұзындыққа екі аяғымен	кіргізу іскерліктерін жетілдіру. Оқу қызметінің барысы: Балалардың психологиялық көңіл-күйін көтеру мақсатында педагог интербелсенді тақтадан Аңдар биі бейнежазбасын көрсетеді. Бейнежазбадағы іс-әрекеттерді қайталайды. – Балалар, бізге бүгін қонаққа Бауырсақ келіпті. – Бауырсақ қай ертегі кейіпкері? Дұрыс айтасындар "Бауырсақ" ертегісінің кейіпкері. – Бауырсақ пішіні қандай? Пішіні дөңгелек. – Балалар, өткен оқу қызметінде де "Бауырсақ" ертегісінің кейіпкерлері келді. Олар шеңберді әдемі жасайды. Солай емес пе? – Олай болса, бүгін біз Бауырсақ бізбен бірге әдемі шеңбер болып жүреді. Балалар педагогтің артынан шеңбер болып жүреді. Ғажайып сәт. Жалпы дамыту жаттығулары (алақанға шақ текшелермен). Педагог балаларға екі текшедентарат ыпбереді.		көтеру. Балаларды мәдени қарым-қатынасқа және ізгілік ережелеріне, ептілік пен жылдамдыққа, ерік-жігерге тәрбиелеу. Оқу қызметінің барысы: Балалардың психологиялық көңіл күйін көтеру мақсатында педагог: – Балалар, бүгін көңілді күйімізді айналаға паш етіп "Күндей күліп көңілді, жайнатайық өмірді!" деп айтайықшы 2бәріміз! Балалар, сендер хайуанаттар бағынан аюды көрдіңдер ме? Керемет, балалар! Ал аюдың қонжығын ше? Олай болса, балалар, бүгін бізге қонаққа қонжық келіп отыр екен. Амандасайық қонжықпен. Сәлеметсіз бе! Қонжықтың түсі қандай, балалар? Қоңыр екен. Жарайсыңдар, балалар. Оқу қызметіне дайынбыз ба, балалар? Педагог: – Балалар, менің артымнан және бір-біріңнің артыңнан сап түзеп жүреміз, енді мен сияқты аяқтың ұшымен жүреміз, жарайсыңдар! Жай қалыпқа түсіп жүреміз, музыка тез ойнап жатыр, бәріміз жүгіреміз, кім тез жүгіреді екен? – Балалар, енді жүріп келе жатып, денемізді тік ұстап жүреміз, жарайсыңдар, жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрайық! Балалар музыка әуенімен бірінің
--	--	---	--	---

	секіру; 2-топ – бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты қақпаға дәлдеп домалату (1,5–2 м қашықтықта аяқтарын алшақ ұстап отырып) жаттығуларын кезек-кезек орындау. "Шеңбердегі доп" қимыл ойыны. Мақсаты: допты белгілі бір бағытта домалату іскерліктерін бекіту. Балалар еденге шеңбер болып отырады. Жүргізуші доппен шеңбердің ортасында отырады. Жүргізуші допты әр балаға кезекпен домалатады. Допты кері домалату барысында балалар қолдарын шапалақтап үлгеру керек. Педагог балаларға бүгін "Бауырсақ" ертегісінің кейіпкерлері балалардың шеңберге тұруына және негізгі қимыл жаттығуларын жақсы орындағандарына риза болғанын айтты. – Балалар, сендер бүгін оқу қызметіне жақсы қатысып, мен берген тапсырмалардың бәрін жақсы орындадыңдар. Шеңбер жасап, қалай әдемі жүрдіндер! "Бауырсақ" ертегісінің кейіпкерлері сендерге риза болып отыр. Балалар өте белсенді, епті дейді. Енді, балалар, "Бауырсақ" ертегісінің кейіпкерлерін шығарып салайық. Сау	Негізгі қимыл жаттығулары: Педагог: – Балалар, бүгін негізгі қимыл жаттығуларын орындау үшін алдымен кітопқа бөлініп алайық. 1-топ - ұзындыққа екі аяғымен секіру; 2-топ - бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты қақпаға дәлдеп домалату (1,5–2 м қашықтықта аяқтарын алшақ ұстап отырып) жаттығуларын кезек-кезек орындау. "Допты шеңберге кіргіз" қимыл ойыны. Мақсаты: допты гимнастикалық шеңберге кіргізу. Педагог балаларды кітопқа бөледі. Әр топтың алдында бір гимнастикалық шеңберден жатады. Гимнастикалық шеңбердің бір жағына тақтайшаны қою керек, кішігірім төбешік пайда болады. Әр бала қолдарындағы кішкентай доптарын гимнастикалық шеңберге кіргізу керек және доптар шеңберден шығып кет			артынан бірі шеңбер жасап жүреді, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен жүреді және жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіреді, жүгіріп келе жатып, жай жүріске түседі және аяқтың ұшымен денелерін тік ұстап жүреді. Біртіндеп жүріп келе жатып жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрады. Педагог: – Балалар, менімен бірге жаттығуларды орындайықшы! Қолдарыңдағы орамалдарыңды көрсетіндерші, балалар! Қандай керемет орамалдар! Енді осы орамалмен жаттығулар жасаймыз. Жалпы дамыту жаттығулары (орамалмен) Негізгі қимыл жаттығулары – Қиғаш тақтайдың үстімен жүру; – Бір бағытта еңбектеу. "Пойыз" қимыл ойыны Педагог балаларды сапқа тұрғызып: – Балалар, менің артымнан бір қолмен алда тұрған баланың белінен ұстап, пойыз сияқты "Пу-пу" деп, дыбыс шығарып жүрейікші! Ол үшін алдымен әуенді тыңдап, сосын жүреміз. Кәне, балалар, "пу-пу", кеттік! Жарайсыңдар! Барлық бала паровоздың дыбысын шығарып,
--	---	---	--	--	--

	болыңыздар! ҚОРЫТЫНДЫ Тыныс алу жаттығулары. "Түлкіні тап" ойыны. Педагог: – Балалар, бүгін оқу қызметі басталмай жатып, түлкі залға кіріп, тығылып қапты. Ол сендердің оқу қызметте жаттығуларды қалай орындайтындарыңды білу үшін келген екен. Сол түлкіні тауып алып, бәріміз сұрайық! Ол үшін біріңнің артыңнан бірің ақырын жүріп отырып, асықпай іздейміз, түлкіні тауып алған балалар қолдарыңды жоғары көтересіңдер! Педагог балаларды осылай ынталандырып, ойын түрінде тыныс алу жаттығуларын өзімен бірге орындатады. Оқу қызметінің аяғында балаларға рақметін айтып, қоштасады. Күтілетін нәтиже: Орындайды: музыка әуенімен бірінің артынан бірі шеңбер жасап жүру; Түсінеді: қимыл ойыны арқылы допты белгілі бір бағытта домалату; Қолданады: жүгіріп келе жатып, жай жүріске түсу және тізені жоғары көтеріп, денелерін тік ұстап жүру іскерліктерін	пеу керек. Егер де доптаршеңберденшығыпкетсе, ұпайсаналмайды. ҚОРЫТЫНДЫ – Жарайсыңдар, балалар, бүгін алғашқы оқу қызметіне бәрің белсендікатыстыңдар, жаттығуларды да жақсы орындадыңдар, рақмет, оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: ұзындыққа екі аяғымен секіру ; Түсінеді: допты қақпаға дәлдеп домалатуды Қолданады: қимылды ойын ережелерін;			ақырын жүре отырып, біртіндеп жүрістерін жиілетеді. Алдымен оң қолдары мен алдыңдат ұрған баланың белінен ұстап жүреді, бірайналымнан кейін сол қолдары мен ұстап жүреді. Ойын 2-3 айналымдық ұрайды. Педагог балалардың сап түзеп тұру және негізгі қимыл жаттығуларын қалай игергенін тексеру мақсатында "Қонжық" пысықтау ойынын өткізеді. Балаларды шеңберге тұрғызып, интербелсенді тақта дана қонжық, қоңыр қонжық, қара қонжық бейнелерін көрсетеді. Сонымен қатар қандай қонжық мұзда, қандай қонжықтың бал жейтіні туралы суреттер көрсетіледі. ҚОРЫТЫНДЫ Қонжық жүріп келе жатып шаршағанда "мох" депдыбыс шығарады екен, біз де айтайық, кәне! "Мох", жарайсыңдар, балалар! Қонжық шаршағанда аяқтарын кезек-кезек алға, артқа көтереді екен. Біз де солай жасайық. Енді қонжық сияқты ақырын жүріп, демімізді ішкі тартып, терең дем алып, қайта дана ақырын демімізді сыртқа ашығарамыз. Жарайсыңдар,
--	--	--	--	--	--

					балалар! Бүгін оқу қызметіне жақсы қатыстыңдар, рақмет, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: сап түзеп бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен жүруге Түсінеді: ойынның шарттарын; Қолданады: ептілік пен жылдамдықты.
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	«Балдәурен» тобы тәрбиеленушісі <i>Адинаға</i> ойын ережесін үйрету	«Балдәурен» тобы тәрбиеленушісі <i>Әділжанға</i> кегелдерді дәлдеп құлатуды үйрету.			Тәрбиеленуші <i>Айаруға</i> қолға арналған жаттығуларды үйрету.

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Толеуова Жадыра
«Балдәурен» ортаңғы тобы
Өтпелі тақырып: «Балабақша» Уақыты: 20.09 – 24.09.2021ж IV апта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 20.09.2021	Сейсенбі 21.09.2021	Сәрсенбі 22.09.2021	Бейсенбі 23.09.2021	Жұма 24.09.2021
Ата-аналарға кеңес	Жұкпалы аурулардын алдын алу туралы кеңес беру.	Әр түрлі сайыстар болатынын айту.			. Күнделікті үйде балаларымен бірлесе шынығу шараларын жасауды тапсыру.
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Педагогикалық кеңестерге, семинарларға, әдістемелік кеңес отырыстарына қатысу. Әртүрлі сайыстарға қатысу, басылымдарға мақала дайындау				
Тәрбиешілермен жұмыс		Дене шынықтыру сауық-кештері: «Кім күшті, епті?»			Дене шынықтыру сауық-кештері:
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Аяқтың ұшымен жүрейік» Мақсаты: Балаларды биік қиғаш тақтайдың үстімен жүру және бір бағытта еңбектеу техникаларын жетілдіру; оқу қызметін пысықтау, пысықтау ойыны арқылы заттарды көлеміне қарай сәйкестендіру іскерліктерін дамыту. Оқу қызметінің барысы Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтадағы	Тақырыбы: «Тақтайдың үстімен бірге жүрейік» Мақсаты: Балаларды музыка әуенімен бірінің артынан бірі шеңбер жасап жүру, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен жүру және жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіру, жүгіріп келе жатып, жай жүріске түсу және аяқтың ұшымен денелерін тік ұстап жүру іскерліктерін жетілдіру; биік қиғаш тақтайдың үстімен жүру және бір			Тақырыбы: «Күндидарлы Қазақстан» Мақсаты: Балаларды сап түзеп бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; бөренемен жүру және допты лақтыру, ұтып алу дағдысына үйрету; сап түзеп шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын әрі қарай жетілдіру. Оқу қызметінің барысы Балалардың психологиялық

	бейнежазбаға аударды. Бейнежазбаны көрсету. – Балалар, бейнежазбада нені көріндер? Бұл аю. – Аю не істеді? Балалардың еркін жауаптары. Жаксы. – Аю қалай жүреді? Маң-маң басып жүреді. <u>Сыни ойлау</u> – Аютуралы не білесіңдер? Балалардыңеркінжауаптары. Педагог балалардыңжауаптарынтолы қтырады. – Аюқандай? Денесішомбал, басы үлкен, құлағыкішкентай, құйрығықысқа (қалыңжүніненкөрінбейді). Жүнібіртүсті, қоңыр, қара не ақ, аяғы бес саусақты, тырнақтыболады. Балалар музыка әуеніменбірініңартынанбіріш еңбержасапжүреді, педагогтіңбелгіберуібойынш ааяқтыңұшыменжүредіжәне жайқалыпқатүсіп, тез ойнаған музыка әуеніменжүгіреді, жүгіріпкележатып, жайжүріскетүседіжәнеаяқты нұшыменденелерінтікұстапж үреді. Біртіндепжүріпкележатыпжа лпыдамытужаттығуларынжа сауғатұрады. Жалпыдамытужаттығулар	бағытта еңбектеу техникаларын бекіту. Оқу қызметінің барысы:Балалардың психологиялық көңіл-күйін көтеру мақсатында педагог: – Балалар, бүгін көңіл-күйімізді айналаға паш етіп, "Күндей күлейік көңілді!" деп бәріміз айтайықшы! Балалар, сендер хайуанаттар бағынан аюды көрдіңдер ме? Керемет, балалар! Ал аюдың қонжығын ше? Олай болса, балалар, бүгін бізге қонаққа қонжық келіп отыр екен. Ғажайып сәт. – Қонжықпен амандасайық. Сәлеметсіз бе! Қонжықтың түсі қандай, балалар? Қоңыр екен. Жарайсыңдар, балалар. Оқу қызметіне дайынбыз ба, балалар? – Қазір бәріміз орамалдарды алып, сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (орамалмен). Негізгі қимыл жаттығулары: 1) қиғаш тақтайдың үстімен жүру; 2) бір бағытта еңбектеу. "Пойыз" қимыл ойыны. Педагог балаларды сапқа тұрғызып: – Балалар, менің артымнан бір қолмен алда тұрған баланың белінен ұстап, пойыз сияқты "Пу-пу" деп, дыбыс шығарып жүрейікші! "Педагог балалардың сап түзеп тұру		көңіл күйін көтеру мақсатында педагог: – Балалар, бүгін көңілді күйімізді айналаға паш етіп «Күн дидарлы Қазақстан!» деп айтайықшы, бәріміз! Біздің күніміз қандай екен, балалар? Дөп-дөңгелек екен! Балалар, біз Қазақстан Республикасында өмір сүріп жатырмыз. Жақында еліміздің Ата заң күні атап өтілді. Біз Қазақстанды жақсы көреміз, балалар, солай ма? Иә. Педагог: – Балалар, менің артымнан және бір-біріңнің артыңнан сап түзеп жүреміз, енді мен сияқты аяқтың ұшымен жүреміз, жарайсыңдар! Жай қалыпқа түсіп, жүреміз, музыка тез ойнап жатыр, бәріміз жүгіреміз, кім тез жүгіреді екен? – Балалар, енді жүріп келе жатып, денемізді тік ұстап жүреміз, жарайсыңдар, жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрайық! Педагог: – Балалар, менімен бірге жаттығуларды орындайықшы! Қолдарыңдағы орамалдарыңды көрсетіңдерші, балалар! Қандай керемет орамалдар! Енді осы орамалмен жаттығулар жасаймыз. . Жалпы дамыту жаттығулары (орамалмен) Негізгі қимыл жаттығулары - Бөренемен жүру;
--	--	--	--	---

	ы(жалаулармен). Негізгі қимыл жаттығулары: -қиғаш тақтайдың үстімен жүру; -бір бағытта еңбектеу. "Аю мен қояндар" қимылойыны. Ойын шарты: Бұлойдан балалар 7-8 денбөлініп ойнайды. Топ ішінде бір баланы "аю" етіпсайлап, қалған балаларды "қояндар" деп әрқайсысына бетперде кигізіп ойын ойналады. Ойында қояндар аюға ұсталып қалмауы үшін, тәрбиеші көмегімен белгі бойынша ойынды бастап аяқтауы тиіс. Балалар шапшаң кең бөлмені айнала қашуы тиіс. "Үшаю" ойыны. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог даңғараныұруарқылыбалалар дысапқатұрғызады. Балаларбірініңартынанбірітұрып, тынысалужаттығуларынорындайды. Енді, қонжықсияқтықырынжүріп, деміміздіішкетартып, терең дем алып, қайтаданақырындеміміздісыртқашығарамыз. Жарайсыңдар, балалар!	және негізгі қимыл жаттығуларын қалай игергенін тексеру мақсатында "Қонжық" пысықтау ойынын өткізеді. Балаларды шеңберге тұрғызып, интербелсенді тақтадан ақ қонжық, қоңыр қонжық, қара қонжық бейнелерін көрсетеді. Сонымен қатар қандай қонжық мұзда, қандай қонжық орманда, қандай қонжықтың бал жейтіні туралы суреттер көрсетіледі. Сыни ойлау ҚОРЫТЫНДЫ Тыныс алу жаттығулары. "Аюдың үйшігіне саяхат" ойыны – Балалар, жаттығулар жасап, бәріміз шаршап қалдық, енді менің артымнан жүріп, тыныс алу жаттығуларын жасаймыз,— деп педагог өзі көрсете жүріп, оқу қызметін аяқтайды. Күтілетін нәтиже: Орындайды: музыка әуенімен бірінің артынан бірі шеңбер жасап жүруді ; Түсінеді: белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен жүру және жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіру, жүгіріп келе жатып, жай жүріске түсуді; Қолданады: өзіне-өзі қызмет көрсетудің бастапқы дағдыларын;		- Допты лақтыру, ұтып алу. "Допты дәлдеп лақтыр" қимылды ойыны. Педагог балалардың негізгі қимыл жаттығуларын қалай меңгергенін тексеру мақсатында "Ара доп" пысықтау ойынын өткізеді. Педагог: – Балалар, бұл ойында ептілік керек. Ортада жүрген бала денесіне допты тигізбесе немесе ұтып алса, онда көп ұпай жинайды. Сондықтанекі команда балалары да жылдам, епті, сақболулары керек. Педагог: – Балалар, сендербүгін оқу қызметіне жақсы атысып, мен бергентапсырмалардың бәрін жақсы орындадыңдар. Сендер болашақта Отанды қалай қорғай алатындарыңды көрсетіңдер ! Жарайсыңдар, бәрікеремет болды, балалар. Балалар сендер өте белсенді әрі ептісіңдер! Педагог даңғараны ұрып: – Балалар, бәріміз тез сапқатұрамыз, даңғараны ұрып болғанша сапқатұрып үлгерейік! Балалар бірінің артынан бірітұрып, тынысалужаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: – Балалар, "Күндейсары,
--	---	---	--	--

	Бүгін оқу қызметіне жақсы қатыстыңдар, рақмет, сауболыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: биік қиғаш тақтайдың үстімен жүру; Түсінеді: бір бағытта еңбектеу техникаларын; Қолданады: заттарды көлеміне қарай сәйкестендіру іскерліктерін;				дөңгелек" деп қолымызды жоғары көтеріп, қолымызбен әдемі, нәзік күннің бейнесін салайықшы! "Шапағын шашқандөңгелеп" деп, айналамызғасаусақтарымызбен күннің шапағын шашайықшы! "Шығады күнде күлім деп" деп, қолымызды жоғары көтеріп, тағы да нәзік күннің бейнесін жасаймыз, "Батады кешке болдым" деп, шаршаған күннің бейнесіне еніп, қолымызды төмен түсірейік, біз де шаршадық, балалар, енді дем алайық. Жарайсыңдар, балалар! Оқу қызметі аяқталды, сауболыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: бөренемен жүру және допты лақтыру, ұтып алу дағдысын ; Түсінеді: сапқа өз еріктерімен тұруды; Қолданады: сап түзеп шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын;
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	Тәрбиеленушісі <i>Назымға</i> жылдам жүруді үйрету.	Тәрбиеленушісі <i>Гүлімге</i> шығыршықты дәлдеп лақтыруды үйрету.			Тәрбиеленушісі <i>Үмітке</i> допты дәлдеп лақтыруды үйрету.

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра
«Балдәурен» ортаңғы тобы
Өтпелі тақырып: «Балабақша» Уақыты: 27.09-01.10.2021 жыл V апта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 27.09.2021.	Сейсенбі 28.09.2021.	Сәрсенбі 29.09.2021.	Бейсенбі 30.09.2021.	Жұма 01.10.2021.
Ата-аналарға кеңес	Күнделікті үйде балаларымен бірлесе шынығу шараларын жасауды тапсыру	Балаларды ауа райына сай киіндірулерін сұрау.			Жалпақтабан дылықтың алдын алу туралы кеңес
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Денсаулық күні: «Денсаулық-зор байлық» спорттық сайыс	Тәрбиешілер мен бірлесе залды әзірлеу			Ашық ұйымдастырылған оқу қызметіне арнайы екі топқа екі түрлі киім дайындау.
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Күндей сары дөңгелек» Мақсаты: Балаларды сап түзеп бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; бөренемен жүру және допты лақтыру, ұтып алу дағдысына үйрету; сап түзеп шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын әрі қарай жетілдіру.	Тақырыбы: «Бөренемен жүреміз» Мақсаты: Балаларды бөренемен жүру және допты лақтыру техникасын бекіту; оқу қызметін пысықтау; балаларды ептілікке, шапшаңдыққа тәрбиелеу. Оқу қызметінің			Тақырыбы: «Домалайды алмалар» Мақсаты: Балаларды сап түзеп бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; тұрған заттың басына допты

	Оқу қызметінің барысы Балалардың психологиялық көңіл күйін көтеру мақсатында педагог: – Балалар, бүгін көңілді күйімізді айналаға паш етіп "Күн дидарлы Қазақстан!" деп айтайықшы, бәріміз! Біздің күніміз қандай екен, балалар? Дөп-дөңгелек екен! Балалар, біз Қазақстан Республикасында өмір сүріп жатырмыз. Жақында еліміздің Ата заң күні атап өтілді. Біз Қазақстанды жақсы көреміз, балалар, солай ма? Иә. Біздің елімізге балалар, мықты, ерінбейтін, шыныққан балалар керек. Сондықтан балалар бүгін біз бөрененің үстімен жүруді үйренеміз, алдымен тақтаға қарап алайықшы? Интербелсенді тақтадан кірпінің бөрененің үстімен жүріп бара жатқанын көрсетеді. Керемет, балалар! Қараңдаршы, кірпі бөрененің үстінде еркін жүр. "Бөренеде билейміз", балалар, бірақ, сендер бүгінгі оқу қызметінде ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз орамалдарды алып, сапқа тұруға дайындаламыз. – Балалар, менің артымнан және бір-біріңнің артыңнан сап түзеп жүреміз, енді мен сияқты аяқтың ұшымен жүреміз, жарайсыңдар! Жай қалыпқа түсіп, жүреміз, музыка тез ойнап жатыр, бәріміз жүгіреміз, кім тез жүгіреді екен? – Балалар, енді жүріп келе жатып, денемізді тік ұстап жүреміз,	барысы КІРІСПЕ БӨЛІМ Бейнежазбаны көрсету. Балалардың назарын интербелсенді тақтадағы бейнежазбаға аударады. – Қараңдаршы, кірпі бөрененің үстінде еркін жүр. – Сендер бөрененің үстінде жүре аласыңдар ма? Иә, сендер бөрененің үстінде жүре аласыңдар. Жарайсыңдар! – Кірпі қалай жүреді екен? Жалпы кірпі қандай? Балалардың еркін жауаптары. – Жарайсыңдар! Ендеше, бәріміз бір қатарға сап болып тұрайық. НЕГІЗГІ БӨЛІМ Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен). Негізгі қимыл жаттығулары: Нұсқаулығы бойынша, тақырыпты пысықтау мақсатында балалар бөренемен жүреді; допты лақтырады. "Допты дәлдеп лақтыр" қимыл ойыны. – Балалар, тағы да ойынды екі топпен орындаймыз. Қазір		тигізу арқылы жоғары секіру және допты аяқты қайшылап отырып-тұрып домалату дағдысына үйрету; сап түзеп шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын әрі қарай жетілдіру. Оқу қызметінің барысы Балалардың психологиялық көңіл-күйін көтеру мақсатында педагог: – Балалар, сары күз басталды, күн де суыта бастады. Бірақ, біздің көңіл-күйіміз ешқашан суымасын, балалар. Күн сәулелі болсын! Бір-бірімізге қарап: "Әр атқан таң арайлы болсын!" деп айтайықшы! Тамаша! Балалар, оқу қызметінің алдында күз көрінісін тамашалап алайықшы! Интербелсенді тақтадан күз айында пісіп тұрған алма ағаштарының көріністерін көрсетеді. Керемет, балалар! Қараңдаршы, қаншама алма ағаштары пісіп тұр. Алмалар жерде
--	---	--	--	--

	жарайсыңдар, жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрайық! НЕГІЗГІ БӨЛІМ – Балалар, менімен бірге жаттығуларды орындайықшы! Қолдарыңдағы орамалдарыңды көрсетіндерші, балалар! Қандай керемет орамалдар! Енді осы орамалмен жаттығулар жасаймыз. Жалпы дамыту жаттығулары (орамалмен) Негізгі қимыл жаттығулары - Бөренемен жүру; - Допты лақтыру, ұтып алу. "Допты дәлдеп лақтыр" қимылды ойыны. - Балалар, тағы да ойын кезінде екі командамен орындаймыз. Қазір сендерге допты қалай лақтыру керек екеніе көрсетемін, допты жеңіл ұстап, дәлдеп лақтыруымыз керек. Музыка әуенімен тезірек жүгіріп лақтырамыз. Балалардың негізгі қимыл жаттығуларын қалай меңгергенін тексеру мақсатында "Ара доп" пысықтау ойынын өткізу. – Балалар, сендер бүгін оқу қызметіне жақсы қатысып, мен берген тапсырмалардың бәрін жақсы орындадыңдар. Сендер болашақта Отанды қалай қорғай алатындарыңды көрсеттіңдер! Жарайсыңдар, бәрі керемет болды, балалар. Балалар	сендерге допты қалай лақтыру керек екенін көрсетемін, допты жеңіл ұстап, дәлдеп лақтыруымыз керек. Музыка әуенімен тезірек жүгіріп лақтырамыз. Педагог балаларды екі топқа бөліп, допты белгіленген нысанаға лақтырудың негізгі нүктесін көрсетіп және қалай лақтыру керекін тағы да балалардың есіне салады. Доп лақтырушы балалар негізгі нүктеден шықпай, допты ережеге сай дәлдеп лақтырулары тиіс. Допты нысанаға дәлдеп лақтырған топ балалары жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ – Балалар, бәріміз тез сапқа тұрамыз, даңғараны ұрып болғанша сапқа тұрып үлгерейік! Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Күтілетін нәтиже: Орындайды: бөренемен жүру және допты лақтыру ; Түсінеді: қимылды ойын шарттарын;		домалап жатыр. Біз бүгін балалар, оқу қызметінде доптарды домалатуды үйренеміз. – Балалар, музыка әуенімен менімен бірге бірінің артынан бірің жүріп отырасыңдар, музыка сипатына қарай мен қандай қимылдар жасаймын, сендер қайталап отырасыңдар. Кәне, балалар, менің атымнан ереміз. – Балалар, менімен бірге жаттығуларды орындайықшы! Қолдарыңдағы жалаушаларыңды көрсетіндерші, балалар! Қандай керемет жалаушалар! Енді осы жалаушаларымызбен жаттығулар жасаймыз. Жарайсыңдар, балалар, жалаушаларың қалай әдемі желбірейді! Жалпы дамыту жаттығулары (жалауш алармен) қайталанады). Негізгі қимыл жаттығулары "Қоян" қимылды ойын Балалардың негізгі қимыл жаттығуларын қалай игергендерін
--	--	---	--	---

	сендер өте белсенді әрі ептісіңдер! ҚОРЫТЫНДЫ – Балалар, бәріміз тез сапқа тұрамыз, даңғараны ұрып болғанша сапқа тұрып үлгерейік! Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. – Балалар, "Күндей сары, дөңгелек" деп қолымызды жоғары көтеріп, қолымызбен әдемі, нәзік күннің бейнесін салайықшы! "Шапағын шашқан дөңгелеп" деп, айналамызға саусақтарымызбен күннің шапағын шашайықшы! "Шығады күнде күлімдеп" деп, қолымызды жоғары көтеріп, тағы да нәзік күннің бейнесін жасаймыз, "Батады кешке болдым" деп, шаршаған күннің бейнесіне еніп, қолымызды төмен түсірейік, біз де шаршадық, балалар, енді дем алайық. Жарайсыңдар, балалар! Оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: негізгі қимыл түрлерін; Түсінеді: бөренемен жүру, допты лақтыруды; Қолданады: қимыл ойындарының шарттарын;	Қолданады: ептілік, шапшаңдықтарын;		тексеру мақсатында "Ара доп" пысықтау ойынын өткізеді. ҚОРЫТЫНДЫ Бубен сылдырайды. Педагог бубеннің сигналы бойынша балаларды сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: – Балалар, алмалар сияқты ақырын домалап жүрейікші! Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен домалағандай қимылдар жасайды, кәне! Алмалар да домалаған сайын шаршап, екпіндерін азайтып ақырын жүріп, домалайды екен, енді демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Жарайсыңдар, балалар! Бүгін оқу қызметіне жақсы қатыстыңдар, рақмет, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже:
--	--	---	--	--

					Орындайды: жоғары секіру және допты аяқты қайшылап отырып-тұрып домалатуды ; Түсінеді: сап түзеп шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын Қолданады: өзіне-өзі қызмет көрсетудің бастапқы дағдыларын;
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	«Балдәурен»тобы тәрбиеленушісі <i>Аянгa</i> негізгі қимылдарды үйрету	Тәрбиеленуші <i>Айаруға</i> допты дәлдеп лақтыруды үйрету.		Тәрбиеленуші <i>Адияға</i> қолға арналған жаттығуларды үйрету.	

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра
«Балдәурен» ортаңғы тобы

Өтпелі тақырып: «Менің отбасым»

Уақыты: 04.10-08.10.2021 жыл І апта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 04.10.2021.	Сейсенбі 05.10.2021.	Сәрсенбі 06.10.2021	Бейсенбі 07.10.2021.	Жұма 08.10.2021.
Ата-аналарға кеңес	Күнделікті үйде балаларымен бірлесе шынығу шараларын жасауды тапсыру	Балаларды ауа райына сай киіндірулерін сұрау.			Жалпақтабандылықтың алдын алу туралы кеңес
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	«Спортты біз сүйеміз, үлкен болып өсеміз!»	Тәрбиешілер мен бірлесе залды әзірлеу			Ашық ұйымдастырылған оқу қызметіне арнайы екі топқа екі түрлі киім дайындау.
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Допты домалатайық» Мақсаты: Балаларды сап түзеп бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілеттерін дамыту; тұрған заттың басына доп тигізу арқылы жоғары секіру және допты аяқпен қайшылап ұстап, отырып-тұрып домалату іскерліктерін жетілдіру. Оқу қызметінің барысы - Балалар, естіп тұрсыңдар ма? - Бұл не? Бейнежазбаны көрсету.	Тақырыбы: «Домалайық» Мақсаты: Балаларда тұрған заттың басына доп тигізу арқылы жоғары секіру және допты аяқпен қайшылап ұстап, отырып-тұрып домалату іскерліктерін бекіту, оқу қызметін пысықтау. Оқу қызметінің барысы Жұмбақ жасыру. Жапырақты бояды, Атырапты бояды. Бояп - бояп барлығын Сап - сары ғып қояды. (Күз) <u>Сыни ойлау</u> – Балалар, қалай ойлайсыңдар? Мен не туралы жасырдым?			Тақырыбы: «Ғажап күздің сыйлығы» Мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; тұрған заттың басына тию арқылы жоғары секіру және еңкіс тақтайдың үстімен жүру дағдысын жетілдіру; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын әрі қарай жетілдіру. Оқу қызметінің барысы

	– Балалар, бейнежаздан не көрдіңдер? Балалардыңеркінжауаптары. – Күзмезгілікеліп, айналанысарытүскебояды. Көркемсөз. "Күз" – Балалар, бәрімізәдеміболып, музыка әуеніменбіргебіріңніңартынанбір іңжүріпөтырыңдар. – Тамаша! Музыка сипатынақарай мен қандайқимылдаржасаймын, сендерқайталапөтырыңдар. Жақсы. Жалпыдамытужаттығулары (жалаулармен). Негізгіқимылжаттығулары: – Балалар, екітопқабөлінеміз. – Бірінші топ тұрғанзаттыңбасынадоптигізуарқылыжоғарысекіресіндер. – Ал, екінші топ доптыаяқпенқайшылапұстап, отырып-тұрыпдомалатужаттығуларыныңындайтынболамыз. – Қайтоптыңбалаларыжақсыжетістіккөрсетедіекен. "Добым, добымдомалақ" қимылды ойыны. Балалардыңнегізгіқимылжаттығуларынқалаймеңгергенінтексерум ақсатында "Себеткедоптылақтыр" пысықтауойынынөткізу.	Балалардыңеркінжауаптары. – Жылмезгілітуралыжасырдым. Балалар музыка әуенімен бірінің артынан бірі жүреді, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүреді, жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіреді, жүгіріп келе жатып, жай жүріске түседі және аяқтың ұшымен денелерін тік ұстап жүреді. Жүріп келе жатып, шеңбер құрады және қайтадан сапқа тұрып, біртіндеп жүріп келе жатып жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрады. Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен). Негізгі қимыл жаттығулар "Себеткедоптылақтыр" қимылыны. Педагог балалардыекітопқабөледі. Екі топ ортасындасебеттұрады. Балалардоптыжергелақтырғанкезд е, секіріпсебеткетүсіру керек. Себеткекөпдоплақтырғанбалаларт обыжеңіскежетеді. Педагог балаларды "Жарайсыңдар!", "Тамаша!", "Бәрекелді" дегенсөздерайтып, шабыттандырыпөтырады. ҚОРЫТЫНДЫ – Балалар, бәрімізкүндейжарқырап, көңілдіжүріп, дем алужаттығуларынжасайықшы! Аудиожазбаырғағыменбалалар дем алуыүшін "Күн" жаттығуыорындалады.			Балалардың психологиялық көңіл-күйін көтеру мақсатында: – Балалар, күздің сыйлығы өте көп. Күз берекелі ай. Бір-бірімізге қарап: "Күз ғажабы көп болсын!" деп айтайықшы! Тамаша! Балалар, оқу қызметінің алдында күз көрінісін тамашалап алайықшы! Интербелсенді тақтадан тамаша күз көріністерін көрсетеді. Керемет, балалар! Қараңдаршы, қаншама көгөністер, жеміс-жидек түрлері пісіп тұр. Адамдар жемістерді еңкіс ағаштың үстіне шығып жинап жатыр. Біз бүгін балалар, тұрған заттың басына тию арқылы жоғары секіру және еңкіс тақтайдың үстімен жүру дағдысына әрі қарай жаттығамыз. – Балалар, музыка әуенімен менімен бірге біріңнің артынан бірің жүріп отырасыңдар, музыка сипатына қарай мен қандай қимылдар жасаймын, сендер қайталап отырасыңдар. Кәне, балалар, менің атымнан ереміз. – Балалар, менімен бірге жаттығуларды орындайықшы! Қолдарыңдағы жалаушаларыңды
--	---	--	--	--	--

	Барысы: педагог балалардыекітопқабөледі. Екі топ ортасындасебеттұрады. Балалардоптыжергелақтырғанкезде, секіріпсебеткетүсіру керек. Себеткекөпдоплақтырғанбалалар тобыжеңіскежетеді. ҚОРЫТЫНДЫСылдырмақтыұрып, балалардысапқатұруғашақыру. Балаларбірініңартынанбірітұрып, тынысалужаттығуларынкөрсетуб ойыншаорындайды.Аудио жазба бойынша "Паровоз" жаттығуларынжасап, шеңбер бойымен залдан шығып кетеді. Күтілетін нәтиже: Орындайды: негізгі қимыл жаттығуларды ; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: сапқа өз еріктерімен тұру қабілеттерін;	Педагог өзібалаларменбіргеақырынжүріп, шеңбербойыментынысалужаттығуларынжасап, балалармензалданшығыпкетеді. Балаларды мадақтау Күтілетін нәтиже: Орындайды:тұрған заттың басына доп тигізу арқылы жоғары секіру; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: секіру дағдыларын;			көрсетіндерші, балалар! Қандай керемет жалаушалар! Енді осы жалаушаларымызбен жаттығулар жасаймыз. Жалпы дамыту жаттығулары (жалаушалармен) Негізгі қимыл жаттығулары – Тұрған заттың басына тию арқылы жоғары секіру; – Еңкіс тақтайдың үстімен жүру. "Чемпион" қимылды ойыны Педагог: – Балалар, мына еңкіс тақтайдың үстімен жүріп, биік басына жеткенде "Мен чемпион" деп, айту керек. Кім батыл болып, шыққысы келеді? Кәне, балалар, келіндер? Балаларды бірінің артынан бірін тұрғызып, еңкіс тақтайдың үстімен жүріп, биік басына жеткенде "Мен чемпион" деп, айту керектігін түсіндіреді. ҚОРЫТЫНДЫ Оқу қызметінің аяғына қарай тыныс алу жаттығуларын жасау үшін балаларды бубеннің сигналы бойынша сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды.
--	--	---	--	--	---

					Жарайсыңдар, балалар! Бүгін оқу қызметіне белсенді қатыстыңдар, оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: еңкіс тақтайдың үстімен жүру ; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын;
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	Тәрбиеленуші <i>Расулға</i> негізгі қимылдарды үйрету	Тәрбиеленуші <i>Азаматқа</i> допты дәлдеп лақтыруды үйрету.			Тәрбиеленуші <i>Мансурға</i> қолға арналған жаттығуларды үйрету.

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене тәрбие нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра
«Балдәурен» ортаңғы тобы

Өтпелі тақырып: «Менің отбасым»

Уақыты: 11.10 – 15.10.2021 ж Папта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 11.10.2021	Сейсенбі 12.10.2021	Сәрсенбі 13.10.2021	Бейсенбі 14.10.2021	Жұма 15.10.2021
Ата-аналарға кеңес	Ата-аналарға спорттық киімдер туралы айту.	Үйдеде шынықтыру шараларын орындауды тапсыру			«Жедел ішек ауруларының алдын алу» туралы кеңес беру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдері айту	Дене шынықтыру сауық-кештері: «Дені саудың – жаны сау» туралы әңгіме			Таза ауадағы ойындарды бірге құру
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Күз қандай?» Мақсаты: Балаларда сап түзеп бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен жүру дағдыларын жетілдіру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін дамыту; балаларды тұрған заттың басына допты тигізу, жоғары секіру; қиғаш тақтайдың үстімен жүру дағдыларын жетілдіру; оқу қызметін пысықтау. Оқу қызметінің барысы Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтадағы суретке	Тақырыбы: «Айнала алтын күз» Мақсаты: Балаларда тұрған заттың басына допты тигізу арқылы жоғары секіру техникаларын дамыту; қиғаш тақтайдың үстімен жүру дағдыларын бекіту; оқу қызметін қорытындылау. Оқу қызметінің барысы Көркем сөз. "Жаңбыр" Жаңбыр кеп жауады, Тамшылар тамады. Тырс-тырс! (Тұманбай Молдағалиев)			Тақырыбы: «Нанның күдіреті» Мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; бөрененің үстімен сенімді жүруге үйрету және допты лақтыру, ұтып алу дағдысын жетілдіру; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын әрі қарай жетілдіру. Оқу қызметінің барысы

	аударды. – Балалар, бұл суретке қарап не айта аласыңдар? – Суреттегі балалар не істеп жүр? Балалар алмалар жинап жүр. – Күз мезгілі келіп, қамба астыққа толды. <u>Сұрақ-жауап</u> <u>Бала үні</u> Балалар музыка әуенімен бірінің артынан бірі жүреді, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүреді, жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіреді, жүгіріп келе жатып, жай жүріске түседі және аяқтың ұшымен денелерін тік ұстап жүреді. Жүріп келе жатып, шеңбер құрады және қайтадан сапқа тұрып, біртіндеп жүріп келе жатып жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрады. Жалпыдамытужаттығулары (гимнастикалықшеңбермен). Негізгі қимыл жаттығулары "Әдемі жүреміз" қимылды ойыны. Педагог: – Балалар, мына қиғаш тақтайдың үстімен әдемі жүреміз. Биік басына жеткенде "Жеңіс!" деп айту керек. – Кім батыл? Кім шыққысы кетеді? Кәне, балалар. Педагог балаларды бірінің артынан бірін тұрғызып, қиғаш тақтайдың үстімен жүріп, басына	– Балалар, мен не туралы оқыдым? Жаңбыр туралы. – Дұрыс айтасыңдар. Жаңбыр сендерге ұнайды ма? Иә. <u>Сұрақ-жауап</u> <u>Бала үні</u> Балалар музыка әуенімен бірінің артынан бірі жүреді, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүреді, жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіреді, жүгіріп келе жатып, жай жүріске түседі және аяқтың ұшымен денелерін тік ұстап жүреді. Жүріп келе жатып, шеңбер құрады және қайтадан сапқа тұрып, біртіндеп жүріп келе жатып жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрады. Жалпыдамытужаттығулары (гимнастикалықшеңбермен). Негізгі қимыл жаттығулары "Орныңды тап" қимылды ойыны. Педагог балаларды жұпқа бөледі, содан кейін балалар екі-екіден бір-бірінің артынан тұрады, кең шеңбер құрайды. Жұптар арасындағы қашықтық - 2-3 қадам. Ойынды жүргізуші және жұпсыз қалғанды ойыншы бастайды. "Жұпсыз қалған" ойыншы қашып кетеді-жүргізуші қуып жетеді. "Жұпсыз қалған" ойыншының міндеті, қашып жүріп, күтпеген жерден кез-			Балалардың психологиялық көңіл-күйін көтеру мақсатында педагог: - Балалар, нанның қадірі өте құдіретті. Бір-бірімізге қарап: "Нан болса, ән де болады!" деп айтайықшы! Тамаша! Балалар, оқу қызметінің алдында нан түрлері туралы суретті тамашалап алайықшы! Интербелсенді тақтадан нанның түрлерін көрсетеді. Керемет, балалар! Қараңдаршы, нанның да алуан түрі бар екен. Олардың бәрі адам ағзасына өте пайдалы. Сондықтан балалар, нанды қастерлейік! Біз бүгін балалар, тұрған заттың басына тию арқылы жоғары секіру және еңкіс тақтайдың үстімен жүру дағдысына әрі қарай жаттығамыз. Сол үшін сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз доптарымызды алып, сапқа тұруға дайындаламыз. - Балалар, менің соңымнан сап түзеп жүреміз, музыка әуенімен әдемі адымдар жасап, аяқтың ұшымен және өкшемен жүреміз. Балалар, менімен бірге жаттығуларды орындайықшы! Қолдарыңдағы доптарыңды көрсетіңдерші, балалар! Қандай керемет доптар! Енді осы доптарымызбен
--	---	---	--	--	---

	жеткенде "Жеңіс" деп айту керегін түсіндіреді. Қиғаш тақтайдың үстімен жүріп өту техникасын педагог өзі көрсетіп, балалармен бірге ойнайды. ҚОРЫТЫНДЫ . Балалар педагогтің көрсетуімен тыныс алу жаттығуын жасайды. – Балалар, сонымен жылдың қай мезгілі екен? Күз мезгілі. – Күз қандай? Тамаша. Керемет. Ғажап. Балалардың еркін жауаптары. – Күздің ғажап екенін қолымызбен көрсетейікші. Қолдарын жоғары көтеріп, үлкен шеңбер жасайды. – Жарайсыңдар! – Енді, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқы шығарамыз. – Тамаша! Балалар жарайсыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: сап түзеп бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен жүруді ; Түсінеді: сапқа өз еріктерімен тұруды; Қолданады: жалпы дамыту жаттығуларына әр түрлі құралдар;	келгенжұптыңалдындатұру. Жүргізушіқашыпжүргенойыншыныкуыпжетпесе, бір-бірініңартындатұрғанжұптыңбіреуі "артық" қалады. "Артық" ойыншықашатынболады. Ойынбірнешеайналымдықұрайды. ҚОРЫТЫНДЫ Релаксация. – Балалар, шаршағанболарсыңдар? Тынышотырып, дем алыпалайық. Балаларшеңберқұрап, отырады. Әуендітыңдап дем алыпотырады. Педагог: – Балалар, қане, тұрайық. Жақсы. Енді, бір-біріміздіңартымызданшеңберболыпжүрейік. Жақсы. Балаларпедагогпеншеңберболып жүреді де, залданақырыншығыпкетеді. Күтілетін нәтиже: Орындайды: қиғаш тақтайдың үстімен жүруді; Түсінеді: жоғары секіру техникаларын; Қолданады: саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын			жаттығулар жасаймыз. Жалпы дамыту жаттығулары (доптармен) Негізгі қимыл жаттығулары Чемпион" қимылды ойыны ҚОРЫТЫНДЫ - Балалар, бүгін оқу қызметінде негізгі қимыл жаттығуларын жасауда және ойын кезінде аздап шаршаңқырап қалдық, енді денемізді дем алдыру үшін тыныс алу жаттығуларын жасаймыз. Ол үшін бәріміз сапқа тұрамыз. Балаларды бубеннің сигналы бойынша сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Күтілетін нәтиже: Орындайды: бөрененің үстімен сенімді жүруді ; Түсінеді: допты лақтыру, ұтып алу дағдысын; Қолданады: саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын;
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	Тәрбиеленуші <i>Амирға</i> ойын ережесін үйрету	Тәрбиеленушісі <i>Мединаға</i> кегелдерді дәлдеп құлатуды үйрету.			Тәрбиеленушісі <i>Көзайым</i> ептілікке баулу жаттығуларын үйрету.

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра
«Балдәурен» ортаңғы тобы

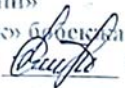
Өтпелі тақырып: «Менің отбасым»

Уақыты: 18.10 – 22.10.2021 ж Шапта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 18.10.2021	Сейсенбі 19.10.2021	Сәрсенбі 20.10.2021	Бейсенбі 21.10.2021	Жұма 22.10.2021
Ата-аналарға кеңес	Дамытушылық жаттығулар	Тымаудын алдын алу туралы кеңес			«Дәрумендер пайдасы» туралы кеңес беру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Бірлесе балаларды ҰОҚ дайындау.	Балалар арасында спорттық жарыс өткізуді жоспарлау			Бірлесе әр топтарда «Спортты біз сүйеміз» тақырыбында жылжымалы папкалар жасау.
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Ас адамның арқауы» Мақсаты: Балаларда педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүру, жүгіру, жүгіріп келе жатып, жай жүріске түсу және аяқтың ұшымен денелерін тік ұстап жүру, шеңбер құрау қабілеттерін жетілдіру; бөрененің үстімен сенімді жүру, допты лақтырып, ұтып алу дағдыларын дамыту. Оқу қызметінің барысы Жұмбақ жасыру. Қуат берер күші бар. Тағамдардың асылы. Бұл не? (Нан)	Тақырыбы: «Нан бар жерде ән бар» Мақсаты: Балаларда сап түзеп бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен жүру дағдыларын жетілдіру; балаларда бөрененің үстімен сенімді жүру; допты лақтырып, ұтып алу дағдыларын бекіту; оқу қызметін пысықтау; ептілікке, шапшаңдылыққа тәрбиелеу. Оқу қызметінің барысы Балалардың психологиялық көңіл-күйлерін көтеру мақсатында: "Нан бар жерде ән бар" дей отырып, балалардың назарын интербелсенді тақтаға аударады.			Тақырыбы: «Торғай секіреді» Мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; алға жылжи отырып, екі аяғымен секіруге үйрету және допты аяқты қайшылап отырып тұрып домалату дағдысын жетілдіру; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын әрі қарай жетілдіру.

	– Тағамдардыңасылы - олнанекен, балалар. – Сендернанжаксыкөресіндер ме? Жақсы. – Қане, "Ас – адамныңарқауы" депайтайықшы. Қайталаймыз. Тамаша! – Қане, балалар. Меніңсоңымнан сап түзепжүреміз, музыка әуеніменәдеміадымжасаймыз. – Енді, аяқтыңұшыменжәнеөкшеменжүр еміз. Тамаша! "Өзіңежүп тап" ойыны. Жалпыдамытужаттығулары (жалаулармен). Негізгіқимылжаттығулары: ҚОРЫТЫНДЫ Тынысалужаттығуы. – Балалар, қолдарындағыжалауларментыны салужаттығуынжасауғақалайқара йсыңдар? Балаларқуанакеліседі. – Ол үшінжалаулардыүрлейміз. Бір, екі, үш. Тамаша! – Ал енді, мен даңғараныұрғаншадейін, бір-бірлеріңніңартынатұрукерексінде р. Жарайсыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: жалаулардың түсіне байланысты жұптасу жаттығуларын; Түсінеді:аяқтың ұшымен және өкшемен жүру, жүгіру, жүгіріп келе жатып, жай жүріске түсуді; Қолданады: жүру мен жүгіру дағдыларын;	– Балалар, бейнежазбадан не көрдіңдер? Балалардың еркін жауабы. – Дұрыс айтасыңдар. Бейнежазбада нанның дастарханға қалай келетіні көрсетілген. – Нан-дастархан көркі, балалар. <u>Сыни ойлау</u> Балалар музыка әуенімен бірінің артынан бірі жүреді, белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүреді, жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіреді, жүгіріп келе жатып, жай жүріске түседі және аяқтың ұшымен денелерін тік ұстап жүреді. Жүріп келе жатып, шеңбер құрады және қайтадан сапқа тұрып, біртіндеп жүріп келе жатып жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрады. Жалпыдамытужаттығулары (доппен). Негізгіқимылжаттығулары: – Балалар, мен шапалақтапбіткеншесендерекітопқа тез бөлінеқойыңдар. – Жарайсыңдар! Бірінші топ бөрененіңүстіменжүру керек. Ал екінші топ доптылақтыру, ұтыпалужаттығуларынорындау керек. "Балапандар" қимылойыны. ҚОРЫТЫНДЫ Тынысалужаттығулары. "Дем алайық" ойыны. Балаларғабүгіноқуқызметінебелсенек атысқандарынжәнешаршапқалғандар ыжөніндеайтып,			Оқу қызметінің барысы Балалардың психологиялық көңіл-күйін көтеру мақсатында педагог: - Балалар, сендер торғайдың қалай секіретінін көрдіңдер ме? Бір орында тыным таппай секіріп жүреді. Тамаша! Балалар, оқу қызметінің алдында жыл құстары туралы көріністі тамашалап алайықшы! Интербелсендітақтаданжыл құстарынкөрсетеді. Керемет, балалар! Қарандаршы, әрқұстыңөзінетәнерекшелігі бар екенін! Тоқылдақ "тоқ"-тоқ" депжатыр. Торғайсекеңдепжүр. Бізбүгінбалалар, алғажылжиотырып, екіаяғыменсекіружәнедопт ыаяқтықайшылапотырып-тұрыпдомалатудыәріқарай жаттығамыз. Сол үшінсендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз доптарымызды алып, сапқа тұруға дайындаламыз. - Балалар, менің соңымнан сап түзеп жүреміз, музыка әуенімен әдемі адымдар жасап, аяқтың ұшымен және өкшемен жүреміз. - Балалар, менімен бірге
--	--	---	--	--	---

		балаларданақырынжүріпқолдарынжоғарыкөтеріп, дем алып, қайтажүріп, қолдарынтөментүсіріп, дем шығару керегінайтұ. Күтілетін нәтиже: Орындайды: сап түзеп бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен жүру дағдыларын; Түсінеді: негізгі қимыл түрлерін; Қолданады: ептілікке, шапшаңдылық дағдыларын;			жаттығуларды орындайықшы! Қолдарындағы доптарыңды көрсетіңдерші, балалар! Қандай керемет доптар! Енді осы доптарымызбен жаттығулар жасаймыз. Жалпы дамыту жаттығулары (доптармен) Негізгі қимыл жаттығулары - Алғажылжиотырып, екі аяғымен секіру; Допты аяқты қайшылап отырып-тұрып домалату. "Торғай" қимылды ойыны ҚОРЫТЫНДЫ Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын көрсету бойынша орындайды. Күтілетін нәтиже: Орындайды: алға жылжи отырып, екі аяғымен секіруді; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын;
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	Тәрбиеленуші <i>Қолғанатқа</i> ойын ережесін үйрету	Тәрбиеленуші <i>Әділжанға</i> кегелдерді дәлдеп құлатуды үйрету.		.	Тәрбиеленушісі <i>Санжарға</i> қолға арналған жаттығуларды үйрету

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра
«Балдәурен» ортаңғы тобы
Өтпелі тақырып: «Менің отбасым»

Уақыты: 25.10 – 29.10.2021ж IV апта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 25.10.2021	Сейсенбі 26.10.2021	Сәрсенбі 27.10.2021	Бейсенбі 28.10.2021	Жұма 29.10.2021
Ата-аналарға кеңес	Жұкпалы аурулардын алдын алу туралы кеңес беру.	Әр түрлі сайыстар болатынын айту.		Күнделікті үйде балаларымен бірлесе шынығу шараларын жасауды тапсыру.	
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Педагогикалық кеңестерге, семинарларға, әдістемелік кеңес отырыстарына қатысу. Әртүрлі сайыстарға қатысу, басылымдарға мақала дайындау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Бірлесе спорт құралдарын әзірлеу	«Әкем, шешем және мен, экологияны сақтаймыз» отбасылық сайысы		Бірлесе спорттық ойын сауық өткізу	

Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Екі аяқпен секіреміз» Мақсаты: Балаларда әртүрлі бағыттарда, жылдам және баяу қарқында жүгіру дағдысын қалыптастыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілеттерін жетілдіру; балаларды алға жылжи отырып, екі аяғымен секіруге үйрету; допты аяқпен қайшылап ұстап, отырып-тұрып домалату дағдысын дамыту. Оқу қызметінің барысы Көркем сөз. "Торғай" – Балалар, күз мезгілінің тағы бір ерекшелігі құстар жылы жаққа ұшады. – Құстардың арасында біздің жақта қалатын кішкентай құс бар. – Қандай құс деп ойлайсыңдар? Балалардың еркін жауаптары. – Торғай екен. – "Торғай-торғай тоқылдақ" деп айтайық. Қайталаймыз. Жарайсыңдар! Жалпы дамыту жаттығулары (гимнастикалық шеңбермен). Негізгі іқимыл жаттығулары: Балаларды екі топқа бөледі.	Тақырыбы: «Торғай секілді секіреміз» Мақсаты: Балаларда сап түзеп бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен жүру іскерліктерін жетілдіру; алға жылжи отырып, екі аяғымен секіру және допты аяқпен қайшылап ұстап, отырып-тұрып домалату дағдыларын бекіту; оқу қызметін пысықтау. Оқу қызметінің барысы Педагог балалардың психологиялық көңіл-күйлерін көтеру мақсатында интербелсенді тақтадан бейнежазба көрсетеді. Көңіл-күй Бейнежазбадағы сөздерге сәйкес балалар педагогпен бірге қимылдар жасайды. – Балалар, сендер сапқа қалай тұрасыңдар? – Қазір, бәріміз сапқатұруға дайындаламыз. Балалар бір-бірінің артынан сап түзеп жүреді. – Жақсы, балалар. Енді, аяқтың ұшымен жүреміз. Тамаша! – Әрі қарай, жүгіреміз. Жарайсыңдар! – Жүгірген кезде асықпаймыз, өтемұқият боламыз. – Енді, тізені жоғары көтеріп, тік ұстап жүреміз. Бәрекелді! Жалпы дамыту жаттығулары. Балаларға екі текшеден таратып	Тақырыбы: «Жомарт қораз» Мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; еденде тұрған тақтаймен өрмелеу және алға жылжи отырып, екі аяқпен секіру дағдысына үйрету; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын әрі қарай жетілдіру. Оқу қызметінің барысы - Балалар, бүгін ерекше жадырап кетіпсіңдер? Оның себебін білсе бола ма, балалар? Бір-бірімізге қарап: "Күн шуақты болсын!" деп айтайықшы! Тамаша! Балалар, оқу қызметінің алдында бір көріністі тамашалап алайықшы! Интербелсенді тақтадан күзде маңғазданып жүрген қораздың бейнесін көрсетеді. Айналасындағы тауықтар мен балапандарға жем тауып беріп, қамқоршы, жомарт болып жүр. Балалар! қараңдаршы, жомарт қораз екен. Біз де сондай бір-бірімізге жомарт болуымыз керек. Бүгін балалар, оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз кубиктарды алып, сапқа тұруға дайындаламыз. музыка әуені бойынша менің артымнан әдемі адым жасап жүреміз, жарайсыңдар! Енді менің белгі беруім бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүреміз, жәй қалыпқа түсіп, тез ойналған музыка әуенімен
--	--	---	--

	Бірінші топ балалары алға жылжи отырып, екі аяқпен секіреді. Екінші топ балалары допты аяқпен қайшылап ұстап, отырып тұрып домалатады. Командамен жұмыс "Құстар мен мысық" қимылды ойыны. Балалар "құстар" болады, бөрененің үстінде тұрады. Ал бір бала "мысық" болады. Мысық ұйқыға кеткен кезде, "құстар" орындықтан түсіп, көңілді секіреді. Мысық оянып, құстарды ұстап алуы керек. Ұсталынған бала, "мысық" болады. ҚОРЫТЫНДЫ Сұрақ-жауап Бала үні Күтілетін нәтиже: Орындайды: балалар алға жылжи отырып, екі аяғымен секіруді; Түсінеді: допты аяқпен қайшылап ұстап, отырып тұрып домалату дағдысын; Қолданады: әртүрлі бағыттарда, жылдам және баяу қарқында жүгіру дағдысын;	беру. Негізгі қимыл жаттығулары: Балаларды екі топқа бөлу. Командамен жұмыс "Допты дәлдеп лақтыр" қимылды ойыны.. ҚОРЫТЫНДЫ Тағы да жүріп отырып, еңкейіп, қолымыздың саусақтарын жыбырлатамыз, жерге отырып, аяғымыздың басын ішке-сыртқа қозғаймыз. Жарайсындар, балалар, енді орнымыздан тұрып, ақырын жүріп, демімізді ішкетартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. – Жарайсындар, балалар, бүгін алғашқы оқу қызметіне бәрің белсенді қатыстындар, жаттығуларды да жақсы орындадыңдар, рақмет, оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: негізгі қимыл түрлерін ; Түсінеді: жаттығулардың маңыздылығын; Қолданады: өзіне-өзі қызмет көрсетудің бастапқы дағдыларын;		жүгіреміз, жүгіріп келе жатып, жәй жүріске түсеміз және аяқтың ұшымен денелерімізді тік ұстап жүреміз. Балалар музыка әуенімен бірінің артынан бірі жүреді, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүреді, жәй қалыпқа түсіп, тез ойналған музыка әуенімен жүгіреді, жүгіріп келе жатып, жәй жүріске түседі және аяқтың ұшымен денелерін тік ұстап жүреді. Жүріп келе жатып, шеңбер құрады және қайтадан сапқа тұрып, біртіндеп жүріп келе жатып жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрады. Жалпы дамыту жаттығулары (алақанға шақ кубиктермен) Негізгі қимыл жаттығулары "Қоян" қимылды ойыны ҚОРЫТЫНДЫ Сұрақ-жауап Бала үні Күтілетін нәтиже: Орындайды: дене қыздыру жаттығуларын ; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: қажетті құрал-жабдықтарды;	
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	Тәрбиеленушісі <i>Аянаға</i> жылдам жүруді үйрету.	Тәрбиеленушісі <i>Бекзатқа</i> шығыршықты дәлдеп лақтыруды үйрету.		Тәрбиеленушісі <i>Назымға</i> ылдам жүруді үйрету.	

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра
«Балдәурен» ортаңғы тобы

Өтпелі тақырып: «Дені саудың -жаны сау»

Уақыты: 01.11-05.11.2021 жыл І апта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 01.11.2021.	Сейсенбі 02.11.2021.	Сәрсенбі 03.11.2021.	Бейсенбі 04.11.2021.	Жұма 05.11.2021.
Ата-аналарға кеңес	Күнделікті үйде балаларымен бірлесе шынығу шараларын жасауды тапсыру	Балаларды ауа райына сай киіндірулерін сұрау.			Жалпақтабандылықтың алдын алу туралы кеңес
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдерін айту	Тәрбиешілер мен бірлесе залды әзірлеу			Ашық ұйымдастырылған оқу қызметіне арнайы екі топқа екі түрлі киім дайындау.
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Қораз секілді қанат қағайық» Мақсаты: Балаларда еденде тұрған гимнастикалық тақтаймен тартылып өрмелеу техникасын дамыту; алға жылжи отырып, екі аяқпен секіру дағдыларын жетілдіру; қораз туралы білімдерін толықтыра отырып, қораздың дыбысталуын тыңдату; оқу қызметіне деген қызығушылықтарын ояту. Оқу қызметінің Балалардың назарын интербелсенді тақтадағы суретке аудару. – Бұл не? Бұл қораз. – Қораз қандай?	Тақырыбы: «Өрмелейік қане біз» Мақсаты: Балаларда еденде тұрған гимнастикалық тақтаймен тартылып өрмелеу техникасын дамыту; алға жылжи отырып, екі аяқпен секіру техникасын бекіту; оқу қызметін пысықтау; балаларды епті, жылдам, шапшаң болуға тәрбиелеу. Оқу қызметінің барысы Балалардың психологиялық көңіл-күйлерін көтеру мақсатында педагог: – Бүгін сондай тамаша болып тұрсыңдар!			Тақырыбы: «Машина зырылдап жүреді» Мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; таяқ астынан тізе мен саусаққа тіреп төрт тағандап еңбектеу және алға жылжи отырып, екі аяқпен бір орында жеңіл секіру дағдысына үйрету; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын әрі қарай жетілдіру. Оқу қызметінің барысы - Балалар, машина қалай от

	Балалардыңеркінжауаптары. Педагог балалардыңжауаптарынтолықтырады. – Иә, балалар. Қораздытағы да әтешдепатаймыз. Қайталаймыз. Қораз. Әтеш. Жарайсыңдар! <u>Сыни ойлау</u> – Балалар, музыка әуенімен менің артымнан әдемі адым жасап жүрейік. – Жарайсыңдар! – Менің белгі беруім бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүреміз. – Жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіреміз. – Тамаша! – Жүгіріп келе жатып, жай жүріске түсеміз және аяқтың ұшымен денелерімізді тік ұстап жүреміз. – Жарайсыңдар! Әр балаға екіден алақанға шақ келетін текшелерді таратып беру. Жалпы дамыту жаттығулары 1. Бастапқы қалып аяқ алшак, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар қолдарын алға созып, алақандарын ашып, текшелерін көрсетіп "міне" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқықалып (жаттығу 4-5 ретқайталанады). Негізгіқимылжаттығулар. "Еңбектейік қане біз" қимылды ойыны. ҚОРЫТЫНДЫ	– Балалар, интербелсендітақтағаназарауд арайық. – Қарандаршы, бала швед қабырғасыменөрмелепжатыр. – Сендерқалайөрмелеукеректігі нбілесіндер ме? Әрине, білесіндер. – Бүгінбізсендерменгимнастика лықтақтайдыңүстіментартылы пөрмелеутехникасынесімізгет үсіреміз. – Аяқтыңұшыменжәнеөкшемен жүреміз. – Жайқалыпқатүсіп, тез ойнаған музыка әуеніменжүгіреміз. Бәрекелді! – Жүгіріпкележатып, жайжүріскетүсеміз. Жарайсыңдар! Жалпыдамытужаттығулары Негізгіқимылжаттығулары: "Өрмекшісекілдіөрмелейік" қимылдыойыны. ҚОРЫТЫНДЫ Балалардыәдемішеңбергетұрғызып, тынысалужаттығуларынорындайды. "Алыпжәнеергежейлі" тынысалужаттығуы. Күтілетін нәтиже: Орындайды: жаттығуларды рет-ретімен ;		алатынын білесіндер ме? Кәне, бәріміз, дыбыстап көрсетейікші, балалар? Бір-бірімізге қарап: "Күн көңілді өтсін!" деп айтайықшы! Тамаша! Балалар, оқу қызметінің алдында бір көріністі тамашалап алайықшы! музыка әуені бойынша менің артымнан әдемі адым жасап жүреміз, жарайсыңдар! Енді менің белгі беруім бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүреміз, жәй қалыпқа түсіп, тез ойналған музыка әуеніменжүгіреміз, жүгіріпкележатып, жәйжүріскетүсемізжәнеаяқтыңұшыменденелеріміздітікұстапжүреміз. Балалар музыка әуенімен бірінің артынан біріжүреді, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүреді, жәйқалып қатүсіп, тез ойналған музыка әуенімен жүгіреді, жүгіріп келе жатып, жәй жүріске түседі және аяқтың ұшымен денелерін тік ұстап жүреді. Жүріп келе жатып, шеңбер құрады және қайтадан сапқа тұрып, біртіндеп жүріп келе жатып жалпы дамыт ужаттығуларын жасауғатұрады. - Балалар, қолдарымыздағыкубиктеріміздік өрсетеміз, бәрінде бар ма? Жарайсыңдар! Ендіменіменбіргежалпыдамытужаттығуларынжасауғадайындалам
--	--	---	--	--

	Балаларды сылдырмақты сылдырлатып сапқа тұрғызу. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын тек педагогтің көрсетуі бойынша үндемей орындайды. Тыныс алу жаттығулары. "Дем алайық" ойыны. Күтілетін нәтиже: Орындайды: еденде тұрған гимнастикалық тақтаймен тартылып өрмелеу техникасын; Түсінеді: алға жылжи отырып, екі аяқпен секіру дағдыларын Қолданады: қораз қанаттарын қағу қимылын ;	Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: мәдени-гигиена дағдыларын орындауда дербестік танытады;			ыз. Денеміздітік, еркінұстаймыз. Жалпыдамытужаттығулары (а лақанғашаққубиктермен) Негізгіқимылжаттығулары "Мысық пен торғайлар" қимылдыойыны ҚОРЫТЫНДЫ Балаларды 1,2,3,4,5, санау бойынша сапқа тұруға шақыру. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын көрсету бойынша орындайды. Күтілетін нәтиже: Орындайды: таяқ астынан тізе мен саусаққа тіреп төрт тағандап еңбектеу және алға жылжи отырып, екі аяқпен бір орында жеңіл секіру Түсінеді: шеңберден сапқа ауысуды; Қолданады:сапта бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен жүру;
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленуші <i>Азаматқа</i> негізгі қимылдарды үйрету	Тәрбиеленуші <i>Гүлімге</i> допты дәлдеп лақтыруды үйрету.			тәрбиеленуші <i>Иманпалуанға</i> қолға арналған жаттығуларды үйрету.

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжай» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра
«Балдәурен» ортаңғы тобы

Өтпелі тақырып: «Дені саудың- жаны сау»

Уақыты: 08.11– 12.11.2021 ж Папта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 08.11.2021	Сейсенбі 09.11.2021	Сәрсенбі 10.11.2021	Бейсенбі 11.11.2021	Жұма 12.11.2021
Ата-аналарға кеңес	Ата-аналарға спорттық киімдер туралы айту.	Үйдеде шынықтыру шараларын орындауды тапсыру			«Жедел ішек ауруларының алдын алу» туралы кеңес беру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдері айту	Балаларға спорт киімдерін кигізу.			Таза ауадағы ойындарды бірге құру
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Рулімізді бұрайық» Мақсаты: Балаларда сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру дағдыларын қалыптастыру; таяқ астынан тізе мен саусақты жерге тіреп төрт тағандап еңбектеу дағдыларын дамыту. Оқу қызметінің барысы Көркем сөз. "Машина" – Қарандаршы, көліктер әртүрлі.	Тақырыбы: «Машина көшеде зырылдап барады» Мақсаты: Балаларда гимнастикалық таяқтың астынан төрт тағандап еңбектеп өту және алға жылжи отырып екі аяқпен бір орында жеңіл секіру техникасын бекіту; бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру дағдыларын жетілдіру; оқу қызметін пысықтау; көлік түрлері туралы білімдерін толықтыру. Оқу қызметінің барысы			Тақырыбы: «Сұр көжек» Мақсаты: Балаларға бірінің артынан бірі бастарын төмен түсірмей, аяқтарына шалынбай, аяқ-қол қимылын сәйкестендіріп сапта еркін жүгіруді үйрету; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін; еденде жатқан тақтамен өрмелеу; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын жетілдіру. Балаларды жолдастық қарымқатынасқа және ізгілік ережелеріне,

	Бірақ достықтары берік. – Біз де сондай бір-бірімізге жолдастық қарым-қатынаста болуымыз керек. – Көлік дегеніміз не? Кімайтады? <u>Сыни ойлау</u> <u>Бала үні</u> Балалар педагогтің артынан музыка әуенімен әдемі адым жасап жүреді. Педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүреді, жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіріп, жүгіріп келе жатып, жай жүріске түседі. Аяқтыңұшыменденелердітүстап жүреді. Жалпыдамытужаттығулары (гимнастикалықшеңбермен). Негізгіқимылжаттығулары: – Балалар, мен қазірсылдырмақтысылдырлатыпбо лғаншасендерсолдаттарсекілді тез қимылдау керексіңдер. – 1,2,3,4,5. Тамаша! – Екітопқақалайбөлінесіңдер? Балаларөзеріктеріменекітопқабөлі неді. <u>Командамен жұмыс</u> "Бағдаршам" қимылдыойыны. ҚОРЫТЫНДЫ Тынысалужаттығуларынжасаукезі нде педагог балалардыңқолдарынжоғарыкөтері п, дем алып, қолдарынтөментүсіріп, дем	Аудиожазбаны тыңдау. – Бұл ненің дыбысы болды екен? Иә, дұрыс айтасыңдар. Бұл көліктің дыбысы. <u>Сыни ойлау</u> – Көлік қалай дыбыстайды? "Дүр-дүр" деп дүрілдейді екен. – Қайталайық. "Дүр-дүр". – Көліктің қандай түрлерін білесіңдер? Балалардың еркін жауаптары. Балаларға интербелсенді тақтадан көлік түрлерінің суреттерін көрсетеді. Балалар суретке қарап, қандай көлік түрлерін көріп тұрғандарын атайды. Даңғараны соғу арқылы, балаларды бір сапқа тұрғызу. – Музыка әуені бойынша менің артымнан әдемі адым жасап жүреміз, жарайсыңдар! – Енді, менің белгі беруім бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүреміз, жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіреміз, жүгіріп келе жатып, жай жүріске түсеміз және аяқтың ұшымен денелерімізді тік ұстап жүреміз. – Жарайсыңдар! Жалпыдамытужаттығулары (гимнастикалықшеңбермен). Негізгіқимылжаттығулары: "Көлік пен торғайлар" қимылдыойыны. Әр бала "торғай"		ептілік пен жылдамдыққа, ерік сапаларына тәрбиелеу; оқу қызметіне қызығушылықтарын арттыру. Оқу қызметінің барысы Балаларды оқу қызметінің алдында шабыттандыру үшін: - Балалар, жылдам шеңберге тұра қаламыз. Шаттық шеңбері Интербелсенді тақтадан жабайы табиғатта өмір сүретін қоянның бейнесін көрсетеді. - Балалар, орманда тағы мекен ететін бір жануар ол қоян. - Бейнежазбада неше қоян көріп тұрсыңдар? Бір қоян. Бірақ орманда қояндар өте көп. Олар бір-бірімен тату. Бізде қояндар секілді бір-бірімізге жолдастық қарым-қатынаста болуымыз керек. <u>Сыни ойлау</u> - Балалар, әдемі музыкаға ілесе отырып, бәрің де менің соңымнан еріңдер. Мен жүріп келе жатып қандай қимылдар жасасам, сол қимылдарды бәрің де қайталайсыңдар. Балалар музыка әуенімен сапта бірінің артынан бірі жүреді, - Балалар, қолдарымыздағы орамалдарды желбіретіп көрсетейікші. Қане, балалар, бәріміз көрсетеміз. Жарайсыңдар! Енді жалпы дамыту жаттығуларын
--	--	---	--	---

	шығару жаттығуларын дұрыс жасау ыңқадағалайды. Балалар шеңбер бойымен ақырын жүреотырып, қолдарын, аяқтарын сілкілеп, ағзаның толық дем алуына мүмкіндік береді. Тынысалу жаттығуларының соңына қарай педагог оқу қызметінің аяқталғанын хабарлайды. Күтілетін нәтиже: Орындайды: тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүруді ; Түсінеді: таяқ астынан тізе мен саусақты жерге тіреп төрт тағандап еңбектеуді; Қолданады: өзіне-өзі қызмет көрсетудің бастапқы дағдыларын;	болып орындықта отырады. Педагог "көлік" болады. Педагог белгісі бойынша "торғайлар" залдың ортасында кез-келген бағытта жүгіріп ойнайды. Педагогтің "Көлік келе жатыр. Абай болыңдар" деген белгісінен кейін балалар жүгіріп орындарына "ұяларына" бару керек. Ойын 4-5 айналымдық ұрайды. ҚОРЫТЫНДЫ "Паровоз" тынысалу жаттығуы. Күтілетін нәтиже: Орындайды: алға жылжи отырып екі аяқпен бір орында жеңіл секіруді ; Түсінеді: гимнастикалық таяқтың астынан төрт тағандап еңбектеп өтуді; Қолданады: ; бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүруді;			жасауға дайындаламыз. Еркін демалып, денемізді бос ұстаймыз. Музыка әуенімен жаттығуларды бастаймыз. Жалпы дамыту жаттығулары (орамалмен). Негізгі қимыл жаттығулары «Кім тез жүгіреді?» қимылды ойыны Балаларды екі топқа бөліп, бірсызыққа тұрғызады, белгіленген межеге дейін бастарын төмен түсірмей, аяқтарына шалынбай, аяқ-қол қимылын сәйкестендіріп, еркін жүгіру керектігін айтуды. Командамен жұмыс ҚОРЫТЫНДЫ Сұрақ-жауап Бала үні Балаларды мадақтау Күтілетін нәтиже: Орындайды: негізгі қимылдарды; Түсінеді: жаттығуды дұрыс орындау керектігін; Қолданады: жолдастық қарымқатынасқа және ізгілік ережелеріне, ептілік пен жылдамдыққа, ерік сапаларын;
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	Тәрбиеленуші <i>Мансурға</i> ойын ережесін үйрету	Тәрбиеленуші <i>Мадинаға</i> кегелдерді дәлдеп құлатуды үйрету.			Тәрбиеленуші <i>Расулға</i> ептілікке баулу жаттығуларын үйрету.

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра
«Балдәурен» ортаңғы тобы

Өтпелі тақырып: «Дені саудың- жаны сау!»

Уақыты: 15.11 – 19.11.2021 ж Шапта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 15.11.2021	Сейсенбі 16.11.2021	Сәрсенбі 17.11.2021	Бейсенбі 18.11.2021	Жұма 19.11.2021
Ата-аналарға кеңес	Балаларды ауа райына сай киіндіруге кеңес беру.	Жалпақ табандылықтың алдын алу туралы кеңес			«Дәрумендер пайдасы» туралы кеңес беру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Бірлесе спорттық сайыстарды жоспарлау.	Тәрбиешілер арасында спорттық жарыс өткізуді жоспарлау			Бірлесе әр топтарда «Спортты біз сүйеміз» тақырыбында жылжымалы папкалар жасау.
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Қоян секілді секірейік» Мақсаты: Балаларда сап түзеп бірінің артынан бірі бастарын төмен түсірмей, шалынып кетпей, аяқ-қол қимылын бірге жасап, еркін жүгіру дағдыларын дамыту; екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып, тұрған жерінен ұзындыққа, 5-10 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру дағдыларын қалыптастыру. Оқу қызметінің барысы	Тақырыбы: «Еркін жүгіреміз» Мақсаты: Балаларда екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып, тұрған жерінен ұзындыққа, 5-10 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру дағдыларын дамыту; сап түзеп шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын әрі қарай жетілдіру. Оқу қызметінің барысы Сурет көрсету. – Балалар, суреттегі балалар не			Тақырыбы: «Бауырсақ әлемі» Мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі бастарын төмен түсірмей, аяқтары шалыныспай, аяқ, қол қимылын сәйкестендіріп, еркін жүгіруге үйрету; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді еңбектеу дағдысына үйрету; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын әрі қарай жетілдіру.

	Ғажайып сәт. – Балалар, біздің топқа қонақ болып сұр қоян келіп қалыпты. – Қоянмен амандасайық. Сәлеметсізбе! – Балалар, қоян біз туралы көп жақсы сөздер естіп келіпті. Мысалы: сендерді көңілді, жылдам әрі епті балалар деп естіпті. Солай ма? Тамаша! – Қане, қоянмен бірге көңілді секірейік. Балалар қуана келіседі. Балалар музыка әуенімен педагогтің соңынан жүреді. . – Балалар, аяқтыңұшымен жүреміз. Тамаша! – Ал, енді өкшемен жүреміз. – Жайқалып қатүсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіреміз. Жарайсыңдар! – Енді, сендерге орамалдар таратып беремін. . – Қане, шеңбер бойымен орамалды желпуар қылы жүрейік. Тамаша! Жалпы дамыту жаттығулары (орамалмен). Негізгі қимыл жаттығулары. "Межеліорын" қимылды ойыны. Балаларды екі топқа бөлу. Өртоптың алдында кеглилерден кед ергітұрады. Балалар кедергілерден төрттағандап еңбектеу арқылы педагог	істеп жүр? Жүгіріп жүр. – Ал, сендер қалай жүгіресіңдер? Балалар еркін жүгіреді. Педагог балалардың назарын интербелсеңді тақтадағы бейнежазбаға аудар ады. <u>Сыни ойлау</u> – Қараңдаршы, қоян қалай жүгіреді? Қояндар тез жүгіреді екен. – Ал, қояндар тағы не істейді? Секіреді. Қалай секіреді көрсетіндерші. Балалар қоян секілді секіреді. – Ал, енді мен сылдырмақты сылдырлатып болғанша дейін бір қатарға сап болып тұруларын керек. Тамаша. Балалар белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүреді, жайқалып қатүсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіреді, бастарын төмен түсірмей, шалынып кетпей, аяқ-қолды бірге қозғалтып, еркін жүгіру қимылдарын көрсетеді. Жүріп келе жатып, шеңбер құрады және қайтадан сап қатұрып, біртіндеп жүріп келе жатып жалп		Оқу қызметінің барысы Балаларды оқу қызметі алдында көңілдендіру мақсатында: - Балалар, "Бауырсақ" ертегісін білесіңдер ме? Иә, балалар, "Бауырсақ" ертегісін балалардың бәрі біледі. Өйткені, бауырсақ үнемі көңілді жүреді. Кәне, бәріміз, бір-бірімізге қарап: "Күн нұрлы болсын!" деп айтайықшы! Балалар интербелсенді тақтадан "Бауырсақ" ертегісінен көрністі тамашалайды. - Балалар, қараңдаршы, бауырсақ қандай көңілді! Кейіпкерлерден кашып барады. - Біз де бауырсақ сияқты тура жолға түсіп, орамалшаларды алып, сапқа тізілейік. - Балалар, қолдарымыздағы орамалшаларымызды желбіретіп көрсетейікші, кәне, бәріміз көрсетеміз. Жарайсыңдар, енді жалпы дамыту жаттығуларын жасауға дайындаламыз. Еркін дем алып, денемізді бос ұстаймыз. Музыка әуенімен жаттығуларды бастаймыз. Жалпы дамыту жаттығулары (орамалшалармен) Негізгі қимыл жаттығулары
--	---	--	--	---

	белгілегенмежеліорынғадейінжету керек. Еңбіріншіболыпкедергілерденөткен топ жеңіскежетеді. <u>Командамен жұмыс</u> ҚОРЫТЫНДЫ Күтілетін нәтиже: Орындайды: екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып, тұрған жерінен ұзындыққа ; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: 5-10 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіруді;	ыдамытужаттығуларынжасауғатұрады. Жалпыдамытужаттығулары (орамалмен). Негізгіқимылжаттығулары. "Кім тез жүгіреді?" қимылды ойыны. ҚОРЫТЫНДЫ <u>Сұрақ-жауап</u> <u>Бала үні</u> Күтілетін нәтиже: Орындайды: сап түзеп шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын; Түсінеді: негігі қимыл түрлерін; Қолданады: құрсауға секіру дағдыларын;			Балалардыңнегізгіқимылжаттығуларынқалайигергендерінтексеруақсатында "Сарбаздар" пысықтауойынынөткізу. Балаларшеңбербойыменорындықтардаотырады. Педагог балаларғақойылғанзаттардыңарасымен "жылан" тәріздіеңбектеужаттығуынтағы да қайталапкөрсетеді. - Балалар, сендерболашақсарбаздарсындар, әсіресе, ұлбалалар. Сондықтанбіз "Сарбаздар" ойынынөткіземіз. Қазірбәрімізшеңбербойыменбасымыздыжәнеденеміздітікүстап, жүріпкележатып, бір-бірденқойылғанзаттардыңарасымен "жылан" тәріздіеңбектепөтуімізқажет. Кімжаттығудыдұрысорындайды, солсарбазболыпесептеледі. ҚОРЫТЫНДЫ Күтілетін нәтиже: Орындайды: қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді еңбектеу дағдысына ; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын;
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	Тәрбиеленуші <i>Айаруға</i> ойын ережесін үйрету	Тәрбиеленуші <i>Бекзатқа</i> кегелдерді дәлдеп құлатуды үйрету.			Тәрбиеленуші <i>Таймуразға</i> допты лақтырып, қағып алдуды үйрету.

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Толеуова Жадыра
«Балдәурен» ортаңғы тобы

Өтпелі тақырып: «Дені саудың -жаны сау»

Уақыты:22.11 – 26.11.2021ж IVапта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 22.11.2021	Сейсенбі 23.11.2021	Сәрсенбі 24.11.2021	Бейсенбі 25.11.2021	Жұма 26.11.2021
Ата-аналарға кеңес	Жұқпалы аурулардың алдын алу туралы кеңес беру.	Әр түрлі сайыстар болатынын айту.	.		Күнделікті үйде балаларымен бірлесе шынығу шараларын жасауды тапсыру.
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау.Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Педагогикалық кеңестерге, семинарларға, әдістемелік кеңес отырыстарына қатысу. Әртүрлі сайыстарға қатысу, басылымдарға мақала дайындау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Бірлесе спорт құралдарын әзірлеу	«Әкем,анам және мен» сайысының сценариін жасау			Бірлесе спорттық ойын сауық өткізу
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Бауырсақ секілді көңілді жүрейік» Мақсаты:Балаларда сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; сап түзеп бірінің артынан бірі бастарын төмен түсірмей, шалынып кетпей, аяқ-қолды бірге қозғалтып, еркін жүгіру дағдыларын әрі қарай дамыту; қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді еңбектеу техникасын жетілдіру. Оқу қызметінің барысы Балалардың көңіл-күйін көтеру мақсатында: – Балалар, саяхатқа барғыларын келеді ме? Балалар қуана келіседі. – Олай болса, сендерді "Ертегілер	Тақырыбы: «Жылан тәрізді болайық» Мақсаты:Балаларда сап түзеп бірінің артынан бірі бастарын төмен түсірмей, шалынып кетпей, аяқ-қолды бірге қозғалтып, еркін жүгіруге үйрету; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді еңбектеу техникасын дамыту. Оқу қызметінің барысы Балалардың психологиялық көңіл-күйлерін көтеру мақсатында "Сәлем! Сәлем!" бейнежазбасын көрсету. – Бейнежазбадағы балалардың			Тақырыбы: «Ұйқыдағы аю» Мақсаты:Балаларды сапта бірінің артынан бірі арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіруге үйрету; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; таяқ астынан тізе мен саусаққа тіреп төрт тағандап еңбектеу қабілетін дамыту; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын әрі қарай жетілдіру. Оқу қызметінің барысы Балалардың психологиялық көңіл-күйін көтеру

	әлеміне" саяхатқа шақырамын. Балалардың назарын интербелсенді тақтадағы суретке аудару. – Балалар, бұл қай ертегінің кейіпкерлері? Иә, дұрыс айтасыңдар. Бұл "Бауырсақ" ертегісінің кейіпкерлері. – "Бауырсақ" ертегісінің басқа қандай кейіпкерлерін білесіңдер? Қасқыр, аю, қоян және түлкі. Жақсы. – Бауырсақ қандай? Ол көңілді. <u>Сыни ойлау</u> Балалардың назарын интербелсенді тақтадағы суретке аудару. – Қараңдаршы, бауырсақта балалармен бір сапқа тұрып алыпты. – Қане, бізде балалармен бауырсақ секілді бір сапқа тұрайық. Жарайсыңдар! – Енді, сап түзеп біріміздің артымыздан біріміз музыка әуенімен жүрейік. Жалпыдамытужаттығулары. Негізгіқимылжаттығулары: "Бауырсақ пен түлкі" қимылдыойыны. Балалараланда "бауырсақтар" болыперкінжүгіріпжүреді. Педагог "түлкі" болады. Педагогтің "Түлкікележатыр" дегенбелгісіненкейінбалаларжан-жаққажүгіребастайды. Түлкібауырсақтардыұстапалуы керек. Әрұстапалғанбаланы, арнайытаңдалғанорындыққаотырғызады. Ойын 3-4 айналымдықұрайды. "Кедергілерденөтерейік" пысықта	көңіл-күйлері керемет екен. Сендерге сәлем айтуда. – Сендердің көңіл-күйлерін қалай? Балалар өздерінің көңіл-күйлерін білдіреді. – Балалар, біз өткен оқу қызметтерінде қандай жаттығулар жасадық? Кімнің есінде? Балалар өз жауаптарын айтады. – Иә, балалар. Өткен оқу қызметінде біз қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді еңбектедік. – Бүгін де біз осы жаттығуларды қайталаймыз. Балалардыңназарыниинтербелсенді тақтадағысуреткеаударады. Балалар музыка әуенімен сап түзепбірініңартынанбіріжүреді. Жалпыдамытужаттығулары (орамалмен). Негізгі қимыл жаттығулары. «Жылан тәрізді болайық» қимылды ойыны. Әр бала орындықтаотырады. Балалардан 3-4 м жерде, едендесылдырмақжатады. Есіміаталған бала педагог белгілегенжергедейінжорғалапбаруы керек. Сылдырмақтықолынаалып, бір-екіретсылдырлатады да, қайтыпорнынакеледі. ҚОРЫТЫНДЫ "Алыпжәнеергежейлі" тынысалужаттығуы. Күтілетін нәтиже: Орындайды: қойылған заттардың		мақсатында: - Балалар, қыс келіп, күн суытты. Сендерге ұнай ма, қыс айы? Иә, балалар, олай болса, "Қыс суық, күн нұрлы болсын! - деп, суықты қабағымызды түйіп, нұрлы дегенде жүзімізді жадыратайықшы! Кәне, бәріміз, бір-бірімізге қарап: "Күн нұрлы болсын!" деп айтайықшы! Керемет, балалар, оқу қызметі алдында бір суретті тамашалап алайықшы! Интербелсенді тақтадан қыста ұйықтап жатқан аю сурет көрсетіледі. Сыни ойлау - Балалар, әдемі музыка әуенімен менің соңымнан жүреміз. Мен жүріп келе жатып, қандай қимылдар жасаймын, сол қимылдарды қайталаймыз. Балалар музыка әуеніменсаптабірініңартынанбіріжүреді. - Балалар, менімен бірге жаттығуларды орындайықшы! Қолдарыңдағы жалаушаларыңды көрсетіндерші, балалар! Қандай керемет жалаушалар! Енді осы жалаушаларымызбен жаттығулар жасаймыз.
--	---	--	--	---

	уойыны. ҚОРЫТЫНДЫ <u>Сұрақ-жауап</u> <u>Бала үні</u> Күтілетін нәтиже: Орындайды: жалпы дамыту жаттығуларын; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: "жылан" тәрізді еңбектеу техникасын	арасымен "жылан" тәрізді еңбектеуді ; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: керекті құрал жабдықтарды;			Жарайсындар, балалар, жалаушаларың қалай әдемі желбіреді! Жалпы дамыту жаттығулары (жалаушала рмен) Негізгі қимыл жаттығулары Аю қалай жүгіреді?" қимылды ойыны Балаларды екі командаға бөліп, бір сызыққа тұрғызып, белгіленген межеге дейін сапта бірінің артынан бірі арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру керектігін айтады. Жүгіру кезінде "Аю қалай жүгіреді?" дегенде балалар аюдың кейпіне түсіп, маймандап жүгіре бастайды. ҚОРЫТЫНДЫ <u>Сұрақ-жауап</u> <u>Бала үні</u> Күтілетін нәтиже: Орындайды: таяқ астынан тізе мен саусаққа тіреп төрт тағандап еңбектеу ; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: тізе мен саусаққа тіреп төрт тағандап еңбектеуді;
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	Тәрбиеленуші <i>Ерханға</i> жылдам жүруді үйрету.	Тәрбиеленуші <i>Санжарға</i> жалпы дамыту жаттығуларын үйрету.			Тәрбиеленуші <i>Айсұлтанға</i> допты дәлдеп лақтыруды үйрету

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Толеуова Жадыра
«Балдәурен» ортаңғы тобы

Өтпелі тақырып: «Менің Қазақстаным» Уақыты: 29.11-03.12.2021 жыл І апта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 29.11.2021.	Сейсенбі 30.11.2021.	Сәрсенбі	Бейсенбі 02.12.2021.	Жұма 03.12.2021.
Ата-аналарға кеңес	Күнделікті үйде балаларымен бірлесе шынығу шараларын жасауды тапсыру	Балаларды ауа райына сай киіндірулерін сұрау.			Үйдеде шынықтыру шараларын орындауды тапсыру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдерін айту	Тәрбиешілер мен бірлесе залды әзірлеу			Сайысқа керекті құралдарды әзірлеу.
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Қорбандаған аю» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларда сап түзеп бірінің артынан бірі арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру дағдыларын дамыту; таяқ астынан тізе мен саусақты жерге тіреп төрт тағандап еңбектеу қабілетін жетілдіру; балалардың бір бағытта бір-бірімен соқтығыспай жүру және жүгіру қабілеттерін бекіту. Оқу қызметінің барысы Көркем сөз. "Алғашқы қар" Күзде иіні жұтаған, Қыр көмілді ақ қарға. Майыстырып бұтағын,	Тақырыбы: «Бағытты өзгертіп жүгіреміз» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларда сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен, қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру; таяқ астынан тізе мен саусақты жерге тіреп төрт тағандап еңбектеу қабілетін пысықтау. Оқу қызметінің барысы Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтадағы бейнежазбаға аударады – Қараңдаршы, жапалақтап ақ қар жауып жатыр. – Қар қандай әдемі. Педагог балалардың "қар" туралы			Тақырыбы: «Мен чемпион боламын!» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларда бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату, қақпадан асыра лақтыру, допты екі қолымен көкірек тұсынан кері, екі қолмен жоғары, бастан асыра, жоғарыға, еденге (жерге) қарай төмен лақтыру, допты қағып алу машықтарын дамыту. Оқу қызметінің барысы Педагог балалардың

	Ақ тон киді бақтар да, Жылғалардан қақ көрдім, Жатыр шеті шетілмей, Дала жаңа дәптердің Жазылмаған бетіндей. (Әнуарбек Дүйсенбиев) Жалпы дамыту жаттығулары (жалаушалармен). Негізгі қимыл жаттығулары: – Балалар, сап түзеп бір-бірлеріңнің артынан арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіреміз. – Жүгірген кезде, балалар, бір-біріне соғылып қалмаңдар. Ол үшін арақашықтық сақтап жүгіреміз. Қорбандаған аю" қимылды ойыны. Мақсаты: балалардың бір бағытта бір-бірімен соқтығыспай жүру және жүгіру қабілеттерін бекіту. Барысы: балалар бір қатарда, аю болатын бала қарама-қарсы жақта тұрады. Балалар тақпақты айтып аюға қарай жүреді. Балды жақсы көреді, Аю деген жануар. Қорбандап ол жүреді, Аю деген жануар. Осыдан кейін аю ойыншылардың артынан жүгіреді, ал олар одан үйге қашады. Аю ұсталған баланы апанға апарады. Ойын қайта басталады. Аю 2-3 баланы ұстағаннан кейін, екінші бала	білімдерін толықтырады, сұрақтар қояды. – "Ақ ұлпа қар" деп айтайықшы. Тамаша! Жалпы дамыту жаттығулары (орамалдармен). Негізгі қимыл жаттығулары: Педагог балаларды екі топқа бөледі. Бірінші топ сап түзеп бірінің артынан бірі арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру жаттығуын, екінші топ таяқ астынан тізе мен саусақты жерге тіреп төрт тағандап еңбектеу жаттығуларын қайталау, пысықтау. "Белгіні тыңда" қимылды ойыны. Мақсаты: жүрудің әртүрлі түрлерін жаттықтыру. Барысы: балалар қатар бойымен жүреді, педагогтің белгісі бойынша аяқтың ұшымен, өкшемен, аяқтың ішкі дағымен, сыртқы жағымен жүреді. 3. ҚОРЫТЫНДЫ Тыныс алу жаттығулары. "Дем алайық" ойыны. Педагог балаларға бүгін оқу қызметіне белсене қатысқандарын және шаршап қалғандары жөнінде айтып, балалардан ақырын жүріп қолдарын жоғары көтеріп, дем алып, қайта жүріп, қолдарын төмен түсіріп, дем шығару керегін			назарын интербелсенді тақтадағы суретке аударады. – Суретте балалар не істеп жүр? Қарандаршы. – Спортпен шұғылданып жүр. – Спортмен шұғылданып, "Чемпион" боламыз дейді. – Қане айтайықшы. "Чемпион". Тамаша! – Ал енді, "Мен-чемпион" деп айтайық. Қайталаймыз. Жарайсыңдар! – Чемпион дегенді қалай түсінесіңдер? Чемпион деп кімдерді атаймыз? – Чемпион-деп бір спорт түрінде жеңіске жеткен адамды айтамыз. Жеңімпаз деп айтамыз. Қайталайық. Жеңімпаз. – Ал, жеңіске қалай жетуге болады? Жеңіске әрдайым жаттығу арқылы жетуге болады. Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен) Негізгі қимыл жаттығулары: Педагог балаларға сап түзеп бірінің артынан бірі арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру жаттығуын көрсетеді. Жүгіру кезінде балалардың бір-біріне
--	--	--	--	--	--

	"аю" болып тағайындалады. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог сылдырмақты сылдырлату арқылы, балаларды сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: – Аю секілді денемізді оңға, солға бұрайық. – Қорбандап жүрейікте, тоқтап терең тыныс алайық. – Жарайсыңдар! Шеңбер бойымен жүріп, залдан шығып кетеді. Күтілетін нәтиже: Орындайды: бір бағытта бір-бірімен соқтығыспай жүру және жүгіруді ; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: керекті құрал жабдықтарды;	айтады. Өзі балалармен бірге ақырын жүріп, тыныс алу жаттығуларын жасап көрсетеді. Арасында "Балалар, денеміз ауырып қалмас үшін саусақтарымызбен денемізді уқалап алайықшы," - деп оқу қызметін аяқтайды. Күтілетін нәтиже: Орындайды: негізгі қимылдарды ; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: қол мен аяқ қозғалыстарын;			соғылып қалмауы үшін арақашықтық сақтап жүгіруге жаттықтырады және бір бағытта жүгіріп келе жатып, келесі бағытқа белгі бойынша тез ауысу дағдысын естеріне түсіреді. "Допты кері лақтыр" қимылды ойыны. ҚОРЫТЫНДЫ Даңғара дыбысы естіледі. Белгі бойынша педагог балаларды сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: – Балалар, ақырын, асықпай жүрейікші! Қолдарымызды жоғары көтеріп, "Чемпион!" деп айтайық, қолдарымызды екі жанымызға жайып, "Мен чемпион" деп айтамыз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолын сермейді. – Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Жарайсыңдар! Оқу қызметі осымен аяқталды,
--	---	--	--	--	--

					сау болындар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату ; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: допты екі қолымен көкірек тұсынан қағып алуды;
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі <i>Адинаға</i> қолға арналған жаттығуларды үйрету	Балдәурен ортаңғы тобы тәрбиеленушісі <i>Адияға</i> жалпы дамыту жаттығуларын үйрету			Балдәурен ортаңғы тобы тәрбиеленушісі <i>Мединаға</i> қолға арналған жаттығуларды үйрету.

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Толеуова Жадыра
«Балдәурен» ортаңғы тобы

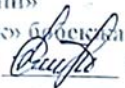
Өтпелі тақырып: «Менің Қазақстаным» Уақыты: 06.12– 10.12.2021 ж Папта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 06.12.2021	Сейсенбі 07.12.2021	Сәрсенбі 08.12.2021	Бейсенбі 09.12.2021	Жұма 10.12.2021
Ата-аналарға кеңес	Ата-аналарға спорттық киімдер туралы айту.	Үйдеде шынықтыру шараларын орындауды тапсыру		1	Дамытушы жаттығуларды жиі жасауға кеңес беру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертенгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдері айту	Балаларға спорт киімдерін кигізу.			Балалардың спорт киімдерінің толық болуын қадағалу.
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Тәуелсіз елім» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіруге үйрету; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; гимнастикалық орындықтың үстімен жүруге үйрету; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын әрі қарай жетілдіру	Тақырыбы: «Жайна елім менің!» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларда сап түзеп бірінің артынан бірі арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру жаттығуын орындау; жүгіру кезінде балалардың бір-біріне соғылып қалмауы үшін арақашықтықты сақтап жүгіруге жаттықтыру және бір бағытта жүгіріп келе жатып, келесі бағытқа белгі бойынша тез ауысу дағдыларын жетілдіру; сап түзеп бірінің артынан бірі арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру			Тақырыбы: «Қош келдің, Жаңа жыл!» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларда белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүру, жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіру; гимнастикалық орындықтың үстімен жүру; 3 м қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяқтап секіру техникасын дамыту.

	Оқу қызметінің барысы Оқу қызметі алдында педагог: - Балалар, қыс айында қандай мереке бар екенін білесіңдер ме? Тәуелсіздік күні екен, балалар, олай болса, "Қыс суық, күн нұрлы болсын!" - деп, суықты қабағымызды түйіп, нұрлы дегенде жүзімізді жадыратайықшы! Кәне, бәріміз, бір-бірімізге қарап: "Күн нұрлы болсын!" деп айтайықшы! Керемет, балалар, оқу қызметі алдында бір көріністі тамашалап алайықшы! Интербелсенді тақтадан тәуелсіздік күніне арналған салтанатты шарадан үзінді көрсетеді. Балалар, қараңдаршы, қандай керемет шара! Біз өз алдына тәуелсіз мемлекет болдық. Өз еліміз, өз Отанымы, өз тіліміз бар. Сондықтан балалар, біз үнемі ширақ, көңілді болуымыз керек. Бүгін балалар, оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз жалаушаларды алып, сапқа тұруға дайындаламыз.	жаттығуын, гимнастикалық орындықтың үстімен жүру техникаларын жетілдіру. Оқу қызметінің барысыКөркем сөз. Отан-халық жүрегі, Әр кеудеде тұр ұрып. Анаң болып күледі, Келе жатсаң жүгіріп. (Бақтыбек Қозыкеев) Педагог балаларға көркем сөзді айтқызыдырады.Жалпы дамыту жаттығулары (доппен).Негізгі қимыл жаттығулары: – Балалар, мен даңғараны соғып біткенше дейін, сендер екі топқа тезірек бөліну керексіңдер."Көк жалау" қимылды ойыны. Педагог балаларды екі командаға бөліп, бір сызықты белгілейді, екі топ екі жақтағы шекарада болу керегін айтады. Педагогтің қолында бір жалау болады. Бір топтың балалары "мемлекет", екінші топтың балалары "ру" болады. "Ру" мемлекет болуы үшін қарсыдағы мемлекеттің туын алу керек. Егер алса, мемлекет құлайды, ала алмаса, мемлекетке бағынады. Екі топтағы балалардың қайсысы ережеге сай ойнайды, сол топ жеңген болып есептеледі. Ойын кезінде жалауға таласып қалмау керегі ескертіледі. Балалар бұл ойынды бірінші рет ойнап жатқандықтан әділ төреші педагогтің өзі болады. ҚОРЫТЫНДЫ		Оқу қызметінің барысы Көркем сөз. Аппақ тонға оранып, Базарлықты мол алып. Келді алыс сапардан, Аяз ата оралып. (Қуаныш Ахметов)Жалпы дамыту жаттығулары (доппен).Негізгі қимыл жаттығулары: Педагог балаларды сап түзеп бірінің артынан бірі арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру жаттығуын көрсетеді."Ақ қоян" қимылды ойыны.балалар шеңбер жасап тұрады да, ал бір бала ортада қоян болып отырады. Шеңбердегі балалар қол ұстасып қоянды айнала жүріп таппақ айтады. – Ақ қоян-ау, ақ қоян! Орныңнан тұрсаңшы, Шашыңды тарасаңшы, Бетінді жусаңшы, Әдемі көйлек киеңші. Шеңбердің шетін үзсеңші, - дегенде қоян болған бала таппақтағы айтылған қимылды түгел істеп өлең, бітісімен жүгіріп барып шеңберді бұзуға тырысады. Егер бала шеңберді үзсе өзі шеңберге қосылып тұрады
--	--	--	--	--

	Жалпы дамыту жаттығулары (жалаушал армен)Негізгі қимыл жаттығулары - Сапта бірінің артынан бірі арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру; - Гимнастикалық орындықтың үстімен жүру."Көк жалау" Педагог: - Балалар, бүгінгі ойналатын ойын жаңа болғандықтан ережесін мұқият тыңдап алыңдар - деп, балаларды екі командаға бөліп, бір сызықты белгілейді, екі команда екі жақтағы шекарада болу керектігін айтады. Педагогтің қолында бір жалау болады. Бір команда балалары "мемлекет", екінші команда балалары "ру" болады. "Ру" мемлекет болуы үшін қарсыдағы мемлекеттің туын алу керек. Егер алса, мемлекет құлайды, ала алмаса, мемлекетке бағынады. Екі командадағы балалардың қайсысы ережеге сай ойнайды, сол команда жеңген болып есептеледі. Ойын кезінде жалауға таласып қалмау керектігі	Даңғара дыбысы естіледі. Белгі бойынша педагог балаларды сапқа тұруға шақырады. – Балалар, қараңдаршы, күн қыс мезгілінде бізге күлімдеп тұр. – Балалар, бәріміз күндей жарқырап, көңілді жүріп, дем алу жаттығуларын жасайықшы! Аудиожазба ырғағымен балалар дем алуы үшін "Күн" жаттығуы орындалады. Содан кейін тыныс алу жаттығулары "Көгершін" ойыны арқылы өткізіледі. Педагог балаларға көгершін сияқты екі қолды екі жаққа жіберіп, қанат сияқты әдемі, жеңіл қимылмен жаттығу жасауды көрсете жүріп, өзі бірге жасайды. Көгершін сияқты асықпай, ақырын жүріп, екі қолды екі жаққа жіберіп, саусақ бастарын қимылдатып, көгершін сияқты жерде жүргенде де аяқты асықпай, екі жаққа сәл теңселе жүру керегін айтады. Педагог өзі балалармен бірге ақырын жүріп, шеңбер бойымен тыныс алу жаттығуларын жасап, балалармен залдан шығып кетеді. Күтілетін нәтиже: Орындайды:оңға және солға адымдап жүруді; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады:бір орында тұрып			да үзілген жердегі оң жақтағы бала қоян болады. ҚОРЫТЫНДЫПедагог: – Балалар, бәріміз сапқа тұрамыз. Балаларды даңғараны ұрып, сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: – Балалар, ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Қолдарымызды жоғары көтеріп, "Қош келдің!" деп айтайық, қолдарымызды екі жанымызға жайып, "Жаңа жыл!" деп айтамыз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолын сермеп, қимылдар жасайды. – Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. – Жарайсыңдар! Балалар, бүгін оқу қызметінде жақсы белсенділік таныттыңдар! Рақмет, сендерге! Сау болыңдар!
--	--	---	--	--	---

	ескертіледі. Балалар бұл ойынды алғашқы рет ойнап жатқандықтан әділ төреші педагогтің өзі болады. ҚОҒАМДЫҚ Педагог: - Балалар, ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Қолдарымызды жоғары көтеріп, "Жайна!" деп айтайық, қолдарымызды жанымызға жайып, "Елім!" деп айтамыз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен сермеп, жайқалған қимылдар жасайды. Жарайсыңдар! Оқу қызметі осымен аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: ж.д.ж рет-ретімен; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: сапта бірінің артынан бірі арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіруді;	аяқты ауыстырып басып бұрылу дағдысын.			Күтілетін нәтиже: Орындайды: екі аяқтап секіру техникасын ; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: ойын ережесімен таныстырып және оларды орындау дағдысын.
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	ортаңғы тобы тәрбиеленушісі <i>Қолғанатқа</i> ойын ережесін үйрету	тәрбиеленушісі <i>Бекзатқа</i> кегелдерді дәлдеп құлатуды үйрету.			тәрбиеленушісі <i>Расулға</i> допты лақтырып, тебуді үйрету.

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Толеуова Жадыра
«Балдәурен» ортаңғы тобы

Өтпелі тақырып: «Менің Қазақстаным!» Уақыты: 13.12 – 15.12.2021 ж Шапта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 13.12.2021	Сейсенбі 14.12.2021	Сәрсенбі 15.12.2021	Бейсенбі 16.12.2021	Жұма
Ата-аналарға кеңес	Балаларды ауа райына сай киіндіруге кеңес беру.	Жалпақ табандылықтың алдын алу туралы кеңес			
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Бірлесе спорттық сайыстарды жоспарлау.	Тәрбиешілер арасында спорттық жарыс өткізуді жоспарлау			
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Жаңа жыл құтты болсын!» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларда сап түзеп бірінің артынан бірі арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру іскерліктерін дамыту; жүгіру кезінде балалар бір-біріне соғылып қалмауы үшін арақашықтық сақтап жүгіруге және бір бағытта жүгіріп келе жатып, келесі бағытқа белгі бойынша тез ауысу дағдыларына жаттықтыру; гимнастикалық	Тақырыбы: «Жаңа жыл, жаңа нұр!» Оқу қызметінің мақсаты : Балаларды сапта бірінің артынан бірі арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; гимнастикалық орындықтың үстімен жүру дағдысын қалыптастыру; 3 м қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяқтап секіруге үйрету; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын әрі қарай жетілдіру. Оқу қызметінің барысы Оқу қызметінің алдында педагог			

	орындықтың үстімен жүру және 3 м қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяқтап секіру техникаларын бекіту; оқу қызметін пысықтау. Оқу қызметінің барысы Ғажайып сәт. Педагог балаларға көңілсіз Аққала келгенін айтады. – Балалар, қараңдаршы, біздің топқа Аққала келді. – Аққаламен амандасайық. Сәлеметсізбе. – Балалар, аққаланы Аяз ата мен Ақшақар ойыншықтарды алып кел деп жіберген екен. – Ал, Аққаладан ойыншықтарды Мыстан кемпір ұрлап алыпты. Сол себептен Аққаланың көңіл-күйі жоқ екен. – Балалар, Аққаланың көңіл-күйін қалай көтеруге болады? Балалар өз ойларымен бөліседі. – Балалар, Аққала бізбен бірге жаттығулар жасасын. Сол кезде оның көңіл-күйі көтеріліп қалар. Балалар қуана келіседі.Жалпы дамыту жаттығулары (доппен).Негізгі қимыл жаттығулары:	балалардың психологиялық көңіл-күйін көтеру үшін: - Балалар, Жаңа жыл мерекесін жақсы көресіңдер ме? - Иә, балалар, бәріміз де Жаңа жыл мерекесін асыға күтеміз. Күн қандай суық болса да Жаңа жыл бізге өте ыстық. Онда "Қыс суық, күн нұрлы болсын! - деп, суықты қабағымызды түйіп, нұрлы дегенде жүзімізді жадыратайықшы! - Кәне, бәріміз, бір-бірімізге қарап: "Жаңа жыл құтты болсын!" деп айтайықшы! Керемет, балалар, оқу қызметі алдында бір көріністі тамашалап алайықшы!Интербелсенді тақтадан Жаңа жылға арналған дайындықтан үзінді көрсетеді. Балалар, қараңдаршы, қандай керемет дайындық! Шыршалар әсем безендіріліп жатыр. Неше түрлі әдемі жалтырауық безендірулер ілініп жатыр! Сондықтан балалар, біз де Жаңа жыл қарсаңында ширақ, көңілді болуымыз керек. Бүгін балалар, оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз доптарды алып, сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (доптармен)Негізгі қимыл жаттығулары - Гимнастикалық орындықтың үстімен жүру; - 3 м қашықтықта алға жылжи			
--	--	---	--	--	--

	Педагог балаларды сап түзеп бірінің артынан бірі арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру жаттығуын көрсетеді. "Аққалаға көмектесейік" қимылды ойыны. Дене шынықтыру залында әртүрлі жаңа жылдық ойыншықтар жатады. Педагог балаларды екі топқа бөледі. Педагогтің белгісі бойынша балалар жерде жатқан ойыншықтарды жинауы керек. Ең бірінші ойыншықтарды жинаған топ жеңіске жетеді. – Жарайсыңдар! Достық жеңді. – Қарандаршы, Аққала көңілді болып қалды. Сендерге алғысы шексіз. – Енді, аққаланың қайтуы керек. Қане, қоштасайық. Сау болыңыз! ҚОРЫТЫНДЫ Педагог: – Балалар, жарайсыңдар! Сендер бүгін оқу қызметіне өте белсенді қатыстыңдар! Жарайсыңдар! – Ал, енді тыныс алу жаттығуларын жасап, бір	отырып, екі аяқтап секіру. "Кім епті?" қимылды ойыны Педагог: - Балалар, қайсың ептісіңдер? Маған қазіргі ойналатын ойында дәлелдеп беріңдерші! Педагог балаларды екі командаға бөліп, бір сызыққа тұрғызып, белгіленген межеге дейін 3 м қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяқтап секіру керектігін айтады. Педагог секірудің бір бағытта ғана болатынын балаларға түсіндіреді және қалай секіру керектігін тағы да естеріне салады. Екі командадағы балалардың қайсысы ережеге сай және тез секіреді, сол команда жеңген болып есептеледі. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог: - Балалар, бәріміз сапқа тұрамыз. Балаларды бубеннің сигналы бойынша сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: - Балалар, ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Қолдарымызды жоғары көтеріп, "Қош келдің!" деп айтайық, қолдарымызды жанымызға жайып, "Жаңа жыл!" деп айтамыз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен сермеп, жайқалған қимылдар жасайды. Балалар, демімізді ішке			
--	---	--	--	--	--

	дем алайық. Балалар қуана келіседі. Аудиожазба бойынша педагог балалармен жаттығуларды өзі бірге жасап, денелерін қыздырып алады. Педагог балаларға қыс мезгілінде қардан аққала қалау өте қызықты екенін, аққаланы қимылдармен қалау қажет екенін айтады және өзі көрсетеді. Жүріп келе жатып, қолымызды алға созып, аққаланың денесін саламыз, қолдарымен кезек-кезек ауаны сипалайды, енді аяғымызды сәл жоғары көтеріп, басын қалаймыз. – Міне, бізде аққала дайын болып қалды, енді аяғын қалаймыз. Педагог балалармен бірге ақырын жүріп, шеңбер бойымен тыныс алу жаттығуларын жасап, балалармен залдан шығып кетеді. Күтілетін нәтиже: Орындайды: келесі бағытқа белгі бойынша тез ауысу дағдыларын; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: бір орында	тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Жарайсыңдар! Балалар, бүгін оқу қызметінде жақсы белсенділік таныттыңдар! Рақмет, сендерге! Сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын ; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: алға қарай баспен домалай алу дағдыларын.			
--	--	--	--	--	--

	тұрып биіктікке секіруді.				
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі Үміт ойын ережесін үйрету	тәрбиеленушісі Гүлім кегелдерді дәлдеп қүлатуды үйрету.			

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Менің Қазақстаным»

Уақыты: 22.12 – 26.12.2021ж IVапта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 20.12.2021	Сейсенбі 21.12.2021	Сәрсенбі 22.12.2021	Бейсенбі 23.12.2021	Жұма 24.12.2021
Ата-аналарға кеңес	Жұқпалы аурулардың алдын алу туралы кеңес беру.	Әр түрлі сайыстар болатынын айту.			Балаларды ауа райына сай киіндірулерін сұрау.
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Педагогикалық кеңестерге, семинарларға, әдістемелік кеңес отырыстарына қатысу. Әртүрлі сайыстарға қатысу, басылымдарға мақала дайындау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Бірлесе спорт құралдарын әзірлеу	«Әкем, анам және мен» сайысының сценарийін жасау			Бірлесе спорттық ойын сауық өткізу
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Допты дәлдеп лақтыр» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды бір-бірінен 1,5 - 2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату, допты екі қолымен көкірек тұсынан кері, екі қолмен жоғары бастан асыра, жоғарыға, еденге қарай төмен лақтыру, допты қағып алу машықтарын қалыптастыру; көлденең нысанаға, алысқа, тура нысанға лақтыруға үйрету.	Тақырыбы: «Тез адымдап жүреміз» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату, допты екі қолымен көкірек тұсынан кері, екі қолмен жоғары, бастан асыра, жоғарыға, еденге қарай төмен лақтыру, допты қағып алу машықтарын дамыту; көлденең нысанаға, алысқа, тура нысанға лақтыру іскерліктерін жетілдіру. Оқу қызметінің барысы Педагог балалардың психологиялық көңіл-күйлерін көтеру мақсатында педагог "Тез адымдаймыз", "Әдемі болып			Тақырыбы: «Жаңа доп» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; бөрененің үстімен тез адымдап жүруге үйрету; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын әрі қарай жетілдіру. Оқу қызметінің барысы Педагог: - Балалар, Жаңа жылдық шыршаны үйлерінде безендірдіңдер ме? Шыршаның қалай әдемі боп тұрғанын қолдарыңмен көрсетіңдерші! Керемет! Онда "Қыс суық, күн

	Оқу қызметінің барысы Әдібай Табылдиев «Шырша». Қызық-думан күн келді, Жасыл шырша түрленді. Аяз сүйіп, терледі, Үйге кірді төрледі. Сылдырайды моншағы, Шыршамыздың мол шамы. Бізбен бірге жайдары Жарқырады, жайнады. Жалпы дамыту жаттығулары(таспамен) Негізгі қимыл жаттығулары: Педагог: – Балалар, сап түзеп біріміздің артымыздан біріміз шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіреміз. – Жарайсыңдар! «Допты кері лақтыр» Мақсаты: допты дәл лақтыру және ұстап алу. Барысы: балалар екі қатарға тұрады. Бірінші қатардағы балалардың қолдарында бір доптан бар. Олар қарама-қарсы қатардағы балаларға доптарын лақтырады. Допты құлату саны ең аз болатын топ жеңіске жетеді.ҚОРЫТЫНДЫ Педагог:	адымдаймыз" сөйлемдерін қолданады. – Балалар, көңіл-күйлерінді көрсетіңдерші. Тамаша! – Балалар, қазір жылдың қай мезгілі? Иә, қазір жылдың қыс мезгілі. – Қыс мезгілі сендерге несімен ұнайды? Балалардың еркін жауаптары. – Иә, балалар. Қыс мезгілінде асыға күтетін мерекелердің бірі болады. – Ол қандай мереке? Дұрыс айтасыңдар. Жаңа жыл мерекесі. – Жаңа жыл - әлемдегі қуанышқа толы ең ғажайып мерекелердің бірі. Жаңа жыл сиқырлы, әрі қайталанбас таңғажайып мереке. Бәріміз келе жатқан жаңа жылдан жарқын ертегі, жаңа бақыт күтеміз.Жалпы дамыту жаттығулары (доппен).Негізгі қимыл жаттығулары: 1) сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру; 2) бөрененің үстімен тез адымдап жүру. "Сыйлықтар" Педагог балаларды бір сапқа тұрғызады. Балалар кезекпен бөрененің үстінен адымдап жүру керек. Соңына жеткен кезде бөрененің екінші жағында балаларға арналған сыйлықтар тұрады. Сыйлық ретінде кішкентай доптарды пайдалануға болады. Әрі қарай ойынды күрделендіру		нұрлы болсын! - деп, суықты қабағымызды түйіп, нұрлы дегенде жүзімізді жадыратайықшы! Кәне, бәріміз, бір-бірімізге қарап: "Жаңа жыл құтты болсын!" деп айтайықшы! Керемет, балалар, оқу қызметі алдында бір көріністі тамашалап алайықшы! Интербелсенді тақтадан Жаңа жылдық шырша мерекесінен үзінді көрсетеді. Балалар, қараңдаршы, қандай керемет шырша! Шыршалар әсем айналып жатыр. Неше түрлі әдемі жалтырауықпен безендіріліпті! Шыршаның түбінде не көріп тұрсыңдар, балалар? Сыйлықтар екен. - Балалар, Аяз ата жыл бойына жақсы, тәртіпті, тіл алғыш және оқу қызметіне жақсы қатысқан балалардың барлығына сыйлық дайындайды. Сондықтан балалар, біз де Жаңа жыл алдында ширақ, көңілді болуымыз керек. Бүгін балалар, оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз доптарды алып, сапқа тұруға дайындаламыз.Жалпы дамыту жаттығулары (доптармен)Негіз гі қимыл жаттығулары - Сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру; - Бөрененің үстімен тез адымдап жүру. "Допты дәлдеп лақтыр" -
--	--	--	--	---

	– Балалар, сылдырмақтың дыбысы шығып жатыр. Ол сендерді сапқа тұрғызуға шақырып жатыр. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: – Балалар, ақырын, асықпай жүрейікші! Жаңа жылда сыйлыққа доп алғыларың келе ме? Онда қолымызды жоғары көтеріп, доптың қандай болатынын көрсетейікші! – Қолымызбен дөңгелек жасаймыз. Бұл үлкен доп екен. – Енді, кішкентай допты жасап көрсетеміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолмен дөңгелектің қимылдарын жасайды. – Балалар, демімізді ішке тартып, терең демалып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Керемет! Оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: тура нысанға лақтыруға үйренуді;	мақсатында кішкентай доптармен ойын ұйымдастыруға болады. Мысалы: кішкентай доптарды жерге шашып тастайды. Балаларды екі топқа бөледі. Әр топтың алдында бір себеттен тұрады. Педагог белгісі бойынша әр топ өз себеттеріне мүмкіндігінше көп доптар жинауы керек. Ең көп доп жинаған топ, жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ Тыныс алу жаттығуы. Педагог әр балаға бумашашақ таратып береді. Демін ішке тартып, шығару арқылы бумашашақты үрлейді. Тыныс алу жаттығуының соңында балалар шеңбер бойымен жүріп, залдан шығып кетеді. Күтілетін нәтиже: Орындайды: қысқа секіртпе арқылы секіруді; Түсінеді: акробатикалық жаттығуларды өздігінше орындай білу шарттарын; Қолданады: көзбен мөлшерлей алу дағдыларын.		Балалар, тағы да ойын кезінде екі командамен орындаймыз. Қазір сендерге допты қалай лақтыру керек екеніе көрсетемін, допты жеңіл ұстап, дәлдеп лақтыруымыз керек. Музыка әуенімен тезірек жүгіріп лақтырамыз. Педагог балаларды екі командаға бөліп, допты белгіленген нысанаға лақтырудың негізгі нүктесін көрсетіп және қалай лақтыру керектігін тағы да балалардың есіне салады. Доп лақтырушы балалар негізгі нүктеден шықпай, допты ережеге сай дәлдеп лақтырулары тиіс. Допты нысанаға дәлдеп лақтырған команда балалары жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог: - Балалар, бубен сылдырап жатыр. Сендерді сапқа тұруға шақырып жатыр. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: - Балалар, ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Жаңа жылда сыйлыққа доп алғыларың келе ме? Онда қолдарымызды жоғары көтеріп, доптың қандай болатынын көрсетейікші! Қолдарымызбен дөңгелек жасаймыз. Бұл үлкен доп екен. Енді кішкентай допты жасап
--	---	--	--	---

	Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: акробатикалық жаттығуларды.				көрсетеміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен дөңгелектің қимылдарын жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Керемет! Оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: допты жеңіл ұстап, дәлдеп лақтыруды; Түсінеді: жаттығуларды өздігінше орындай білу шарттарын; Қолданады: допты лақтыру дағдыларын.
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі <i>Санжарға</i> жылдам жүруді үйрету.	тәрбиеленушісі <i>Ерханға</i> шығыршықты дәлдеп лақтыруды үйрету.			тәрбиеленушісі <i>Мадинаға</i> жылдам жүруді үйрету.

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Толеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Менің Қазақтаным» Уақыты: 29.12– 31.12.2021 ж Папта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 27.12.2021	Сейсенбі 28.12.2021	Сәрсенбі 29.12.2021	Бейсенбі 30.12.2021	Жұма 31.12.2021
Ата-аналарға кеңес	Ата-аналарға спорттық киімдер туралы айту.	Үйдеде шынықтыру шараларын орындауды тапсыру			
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдері айту	Балаларға спорт киімдерін кигізу.			
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Қалай сырғанайтынымызды көрсетейікші» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларда нық қадаммен алға, нық қадаммен артқа жүру, тізені биікке көтере отырып жүруге үйрету; бір аяқтан бір аяққа секіру, тура секіру дағдыларын қалыптастыру; сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру	Тақырыбы: «Қыста дөңнен сырғанаймыз» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларда сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілеттерін дамыту; нық қадаммен алға, нық қадаммен артқа жүру, тізені биікке көтере отырып жүру іскерліктерін жетілдіру; бір аяқтан бір аяққа секіру, тура секіру дағдыларын дамыту; оқу қызметін пысықтау. Оқу қызметінің барысы: Көркем сөз. "Сырғанақ" Қар жамылды күллі алып, Жүрмедік біз құр қарап. Бір топ бала бірлесіп, Жасап алдық сырғанақ.			

	қабілетін жетілдіру. Оқу қызметінің барысы Педагог балалардың психологиялық көңіл-күйін көтеру мақсатында "Ақ шанамыз зырлайды, ақ қар оны шыңдайды" дей отырып, интербелсенді тақтадан шанамен сырғанап жүрген балалар бейнеленген суретті көрсетеді. – Қараңдаршы, балалар шанамен сырғанап жүр екен. – Сендерге шанамен сырғанаған ұнайды ма? Тамаша! – Қыс мезгілінде басқа немен шұғылдануға болады? Қыс мезгілнің басқа қандай қызықтарын білесіңдер? Балалардың жауаптары. Педагог балаларды интербелсенді тақтадағы суретке аударады.Жалпы дамыту жаттығулары (сылдырмақтармен).Негізгі қимыл жаттығулары: Педагог: – Сылдырмақты сылдырлатып болғанша дейін, сапқа тұрып үлгеріңдер. – Жарайсыңдар! – Ал енді, сап түзеп біріміздің артынан біріміз	(Әли Ысқабай) Жалпы дамыту жаттығулары (сылдырмақтармен). Негізгі қимыл жаттығулары: Педагог балаларға сап түзеп бірінің артынан бірі арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру жаттығуын естеріне түсіреді, көрсетеді. Жүгіру кезінде балалардың бір-біріне соғылып қалмауы үшін арақашықтық сақтап жүгіруге жаттықтырады және бір бағытта жүгіріп келе жатып, келесі бағытқа белгі бойынша тез ауысу дағдысына жаттықтырады. "Жалаушаны әкел" қимылды ойыны. Бір топ балаларды жинап алып педагог оларға жалаушаны көрсетеді, онымен ойнауды ұсынады. Педагог кезекпен кімнің жалаушаға баратынын айтады да балалардың әрқайсысының кедергіден дұрыс аттап өтуін бақылайды. Орындықтан жалаушаны алғаннан кейін бала сол жолмен кері қайтады. Балалардың барлығы жалаушамен оралғаннан кейін педагог жалаушаларды көтеріп, маршпен жүріп өтуді ұсынады. (педагог ритммен қолын соғады немесе бір-екі, бір-екі деп дауыстап тұрады) Одан кейін ойын балалардың басқа тобымен жүргізіледі. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог балаларды қол шапалақтап, сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: – Балалар, ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Қыста шанамен тағы да			
--	---	---	--	--	--

	арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіреміз. "Секірейік, шаршамайық" қимылды ойыны. – Балалар, сендер бүгін жаттығуды өте жақсы жасасыздар. – Енді, менімен бірге ойын ойнауға қалай қарайсыңдар? Балалар қуана келіседі. Балалар педагог белгілеген межеге дейін қос аяқтап секіреді. Ең бірінші секіріп, орнына қайтып келген бала жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог сылдырмақты сылдырлату арқылы балаларды сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. "Шаңғышы" тыныс алу жаттығуы.– Балалар, шаңғымен қалай тебеді? Балалар шаңғымен қалай тебетінің көрсетеді. Күтілетін нәтиже: Орындайды: тізені биікке көтере отырып жүруді үйрену ;	сырғанағыларың келе ме? Онда қолдарымызды алдымызға жайып, қалай сырғанайтынымызды көрсетейікші! Қолдарымызбен дөң жасаймыз. Енді, қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолымен дөңнің қимылдарын жасайды.– Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Жарайсыңдар! Бүгінгі оқу қызметінде жақсы белсенді болдыңдар. Жарайсыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіруді ; Түсінеді: "Жалаушаны әкел" ойынының шартын; Қолданады: дөңнен сырғанау дағдысын.			
--	---	---	--	--	--

	Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: шаңғымен сырғанау дағдысын.				
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	Тәрбиеленушісі <i>Адияға</i> ойын ережесін үйрету	тәрбиеленушісі <i>Мадинаға</i> кегелдерді дәлдеп құлатуды үйрету.			тәрбиеленушісі <i>Санжарға</i> қолға арналған жаттығуларды үйрету.

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Табиғат әлемі»

Уақыты: 05.01-06.01.2022 жыл І апта

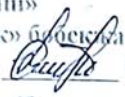
Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 03.01.2022	Сейсенбі 04.01.2022	Сәрсенбі 05.01.2022.	Бейсенбі 06.01.2022	Жұма 07.01.2022.
Ата-аналарға кеңес	Жалпақтабандылықтың алдын алу туралы кеңес	Дамытушы жаттығуларды жиі жасауға кеңес беру			«Бала денсаулығына пайдалы» кеңестер беру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдерін айту	Таза ауадағы ойындарды бірге құру			Сайысқа керекті құралдарды әзірлеу.

Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Сырғанаймыз шанамен» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; 3 м қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяқпен секіру дағдысын жетілдіру; бір жағы 20-30 см биік еңкіс тақтайдың үстімен жүруге үйрету; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру. Оқу қызметінің барысы Педагог балалардың психологиялық көңіл-күйін көтеру мақсатында интербелсенді тақтадан қыста дөңнен төмен қарай шанамен, сырғанауышпен сырғанап жүрген балалар әрекетінен үзінді көрсетеді: - Балалар, қарандаршы, керемет емес пе? Қыстың қызығы енді басталды. Демалыс күндері сендер де сырғанауға бардыңдар ма? Керемет! Күн суық болса да қыстың қызығы оның суығын білдірмейді. Сондықтан балалар, бір-	Тақырыбы: «Әдемі билейміз» Мақсаты: Балаларда еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеуге үйрету; еңбектеу кезінде епті болуға тәрбиелеу; арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау дағдыларын қалыптастыру; сап түзеп шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын жетілдіру. Оқу қызметінің барысы Бейнежазбаны көрсету. Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтадағы бейнежазбаға аударып, төмендегі көркем сөзді айтқызады. Көркем сөз. "Қар" Жауды міне, қар аппақ, Айналаның бәрі аппақ. Жасырыпты жолдарды: Тегістепті орларды. (Тілеген Шопаев) Жалпы дамыту жаттығулары.(сылдырмақпен) Негізгі қимыл жаттығулары: Балалар сап түзеп бірінің артынан бірі арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру жаттығуын жасайды. Жүгіру кезінде балалар бір-біріне соғылып қалмауы үшін арақашықтық сақтап жүгіруге және бір бағытта жүгіріп келе жатып, келесі бағытқа белгі бойынша тез ауысады. "Ұстап үлгер" қимылды ойыны. Педагог балаларды 3 топқа бөледі. Әр топ шеңбер болып тұрады.			Тақырыбы: «Ақшақарлар секілді билейміз» Мақсаты: Балаларда сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді еңбектеу дағдысын жетілдіру; бір жағы 20-30 см биік қиғаш тақтайдың үстімен жүру іскерліктерін дамыту. Оқу қызметінің барысы Педагог оқу қызметі алдында балалардың психологиялық көңіл-күйін көтеру мақсатында интербелсенді тақтадан қыста қардан аққала жасап, қар атысып ойнап жүрген балалар әрекетінен үзінді көрсетеді. – Қарандаршы, балалар не істеп жүр? Қыста балалар қардан аққала жасап жүр. – Тағы не істеп жүр? Балалар қар атысып ойнап жүр. – Сендер демалған кезде қардан аққала жасап, қармен атысып ойнайсыңдар ма? Керемет! – Балалар, қармен ойнап жүрген балалар өте епті екен. Сендерде бүгін ептілік көрсетулерің керек. – Қазір бәріміз сылдырмақтарды алып, сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (сырдырмақтармен).
--	---	--	--	--	--

	бірімізге қарап: "Қыс суық, күн нұрлы болсын!" - деп айтайықшы! Бүгін балалар, оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз сылдырмақтарды алып, сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (сылдырма қтармен) Негізгі қимыл жаттығулары - 3 м қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяқпен секіру; - Бір жағы 20-30 см биік еңкіс тақтайдың үстімен жүру. "Чемпион" қимылды ойыны Педагог: - Балалар, мына еңкіс тақтайдың үстімен жүріп, биік басына жеткенде "Мен чемпион" деп, айту керек. Кім батыл болып, шыққысы келеді? Кәне, балалар, келіңдер? Педагог балаларды бірінің артынан бірін тұрғызып, еңкіс тақтайдың үстімен жүріп, биік басына жеткенде "Мен чемпион" деп, айту керектігін түсіндіреді. Еңкіс тақтайдың үстімен жүріп	Әр шеңбердің ішінде бір "жүргізуші" тұрады. Балалар допты бір-біріне лақтырады. "Жүргізуші" допты ұстап алу керек. Егер ол допты ұстап алса, ол допты сәтсіз лақтырған ойыншымен ауысады. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог сылдырмақты сылдырлатып болғанша дейін балалар сапқа тұрып үлгеруі керек. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыны алу жаттығуын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: – Балалар, музыканың әуенімен ақырын жүріп келе жатып, екі қолымызды екі жанымызға жіберіп, қолдарымызды сілкілейміз "Су шашамыз", аяқтарымызды да кезек-кезек сілкілеп, судан тазартамыз. Тағы да жүріп отырып, еңкейіп, қолымыздың саусақтарын жыбырлатамыз, жерге отырып, аяғымыздың басын ішке-сыртқа қозғаймыз. Жарайсындар, балалар, енді орнымыздан тұрып, ақырын жүріп, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. – Жарайсындар, балалар, бүгін алғашқы оқу қызметіне бәрің белсенді қатыстындар, жаттығуларды да жақсы орындадыңдар, рақмет, оқу		Негізгі қимыл жаттығулары: Балалар сап түзеп бірінің артынан бірі арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру жаттығуын жасайды. Жүгіру кезінде балалар бір-біріне соғылып қалмауы үшін арақашықтық сақтап жүгіруге және бір бағытта жүгіріп келе жатып, келесі бағытқа белгі бойынша тез ауысады. Педагог балаларға қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді еңбектеу жаттығуын және бір жағы 20-30 см биік қиғаш тақтайдың үстімен жүру жаттығуларын естеріне түсіреді. Педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс жасай алмай жатқан балаларға ескерту жасайды, жаттығуды дұрыс орындау техникасын көрсетеді. Бір жағы 20-30 см биік қиғаш тақтайдың үстімен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтап, епті, жылдам болуды ескертеді. Қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді еңбектеу жаттығуларын орындау кезінде заттарды қағып кетпеу керегін айтады. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Ептісіңдер!", "Жылдамсыңдар!" және "Керемет!", "Жарайсыңдар!" деген сөздер
--	--	---	--	---

	жүру техникасын педагог өзі көрсетіп, балалармен бірге ойнайды. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог балаларды өз алақанымен шапалақтап, сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: - Балалар, ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Қыста шанамен тағы да сырғанағыларың келе ме? Онда қолдарымызды алдымызға жайып, қалай сырғанайтынымызды көрсетейікші! Қолдарымызбен дөң жасаймыз. Енді қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен дөңнің қимылдарын жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Жарайсыңдар! Бүгінгі оқу қызметінде жақсы	қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: сап түзеп шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын ; Түсінеді: негізгі жаттығуларды өздігінше орындай білу шарттарын; Қолданады: тепе-теңдікті сақтау дағдыларын.			айтып, шабыттандырып отырады. "Ұстап үлгер" қимылды ойыны. Педагог балаларды 3 топқа бөледі. Әр топ шеңбер болып тұрады. Әр шеңбердің ішінде бір "жүргізуші" тұрады. Балалар допты бір-біріне лақтырады. "Жүргізуші" допты ұстап алу керек. Егер ол допты ұстап алса, ол допты сәтсіз лақтырған ойыншымен ауысады. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог балаларды қол шапалақтап сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: – Балалар, Жаңа жылда Ақшақардың ырғақты қимылмен әдемі билеп жүргенін көрдіңдер ме, біз де солай ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Қолдарымызды алдымызға жайып, қол білезіктерімізді айналдырамыз. Саусақтарымызбен әдемі қимылдар жасаймыз. Енді қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолымен Ақшақардың әдемі қимылдарын жасайды.
--	--	---	--	--	--

	белсенді болдыңдар, рақмет, оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар. Күтілетін нәтиже: Орындайды: 3 м қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяқпен секіру дағдысын ; Түсінеді: ойынның шарттарын; Қолданады: шанамен сырғанау дағдысын.				– Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Керемет! – Балалар, бүгінгі оқу қызметі сендерге ұнады ма? Иә. Сендер де жақсы қатысып, белсенді болдыңдар, рақмет! Оқу қызметі осымен аяқталды, сау болыңдар. Күтілетін нәтиже: Орындайды: арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіруді ; Түсінеді: "Ұстап үлгер" ойынының шартын; Қолданады: бір жағы 20-30 см биік қиғаш тақтайдың үстімен жүру іскерліктерін.
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс		тәрбиеленушісі <i>Назымға</i> допты дәлдеп шығыршыққа лақтыруды үйрету.			Тәрбиеленушісі <i>Аянаға</i> ойын ережесін үйрету

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Толеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Табиғат әлемі» Уақыты: 10.01 – 14.01.2022 ж Папта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 10.01.2022	Сейсенбі 11.01.2022	Сәрсенбі 12.01.2022	Бейсенбі 13.01.2022	Жұма 14.01.2022
Ата-аналарға кеңес	Үйде бала денсаулығына көңіл бөлу туралы кеңес беру	Үйдеде шынықтыру шараларын орындауды тапсыру	.		Дамытушы жаттығуларды жиі жасауға кеңес беру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдері айту	Балаларға спорт киімдерін кигізу.			Таза ауадағы ойындарды бірге құру

Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Ақшақарлар билейді» Мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді еңбектеу дағдысын жетілдіру; бір жағы 20-30 см биік еңкіс тақтайдың үстімен жүруге үйрету; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру. Оқу қызметінің барысы Педагог оқу қызметі алдында балалардың психологиялық көңіл-күйін көтеру мақсатында интербелсенді тақтадан қыста қардан аққала жасап, қар атысып ойнап жүрген балалар әрекетінен үзінді көрсетеді. - Балалар, қараңдаршы, қыста қардан аққала жасаған керемет емес пе? Балалар қар атысып ойнап жүр. Демалыс күндері сендер де аққала жасап, қар атыспақ ойнайсыңдар ма? Керемет! Күн суық болса да қыстың қызығы оның суығын білдірмейді. Сондықтан балалар, бір-бірімізге қарап: "Қыс суық, күн нұрлы болсын!" - деп айтайықшы! Бүгін балалар, оқу қызметінде	Тақырыбы: «Аю ұйықтағанды жақсы көреді» Мақсаты: Балаларда сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілеттерін жетілдіру; әртүрлі бағыттарда жүгіру дағдыларын дамыту; доғаның астымен өрмелеуге үйрету; өрмелеу кезінде епті, жылдам болуға тәрбиелеу. Оқу қызметінің барысы Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтадағы суретке аударады. Балалардың психологиялық көңіл-күйлерін көтеру мақсатында "Аю деген жануар", "Орманда ол мекен етеді" сөйлемдерін қолдану. – Суретке назар айдарайық. Аю не істеп жатыр? Аю ұйықтап жатыр. – Аю қыс бойы қардың астындағы апанда жатып ұйықтайды. Аю ұйықтап жатқанда кішкентай қонжықтарын дүниеге әкеледі. Оның іші жылы, әрі жайлы. – Аю қандай? Балалардың жауаптары. Аю - үлкен, маймақ, қорбаң-қорбаң етіп жүреді. Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтадағы суретке аударады. – Балалар, суретте көріп тұрғандарыңдай, аюдың бірнеше		Тақырыбы: «Жануарлар қалай қыстайды?» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларда допты алысқа лақтыруда бастапқы тұрған қалыпты қабылдау және бөрененің үстімен тез адымдап жүру техникаларын бекіту; оқу қызметін пысықтау; жануарлардың қысқы тіршілі туралы білімдерін толықтыра отырып, оқу қызметіне деген қызығушылықтарын ояту. Оқу қызметінің барысы Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтадағы суретке аударады. – Қараңдаршы, жылдың қай мезгілі көрсетілген? Жылдың қыс мезгілі көрсетілген. – Қыс мезгілінде жануарлар қалай қыстайды? Балалардың жауаптары. – Аюды қараңдаршы. Қысқы ұйқыға кетіпті. – Аю - өте үлкен, ірі жануар. Аю әртүрлі жаңғақтармен жидектермен қоректенеді. Қысқы ұйқыға кетер алдында аю өзіне апан дайындайды. – Аю бүкіл қыста ұйықтамайтынын білесіңдер ме? Қыста аю оянып, аздап серуендеуге шығады, содан кейін оралып, қайтадан ұйықтайды. Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтадағы келесі суретке аударады.
--	---	--	--	--

	сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз сылдырмақтарды алып, сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (сылдырмақт армен) Негізгі қимыл жаттығулары - Қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді еңбектеу; - Бір жағы 20-30 см биік еңкіс тақтайдың үстімен жүру. "Чемпион" қимылды ойыны Педагог: - Балалар, мына еңкіс тақтайдың үстімен жүріп, биік басына жеткенде "Мен чемпион" деп, айту керек. Кім батыл болып, шыққысы келеді? Кәне, балалар, келіндер? Педагог балаларды бірінің артынан бірін тұрғызып, еңкіс тақтайдың үстімен жүріп, биік басына жеткенде "Мен чемпион" деп, айту керектігін түсіндіреді. Еңкіс тақтайдың үстімен жүріп жүру техникасын педагог өзі көрсетіп, балалармен бірге ойнайды. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог: - Балалар, Жаңа жылда көрдіңдер ме, Ақшақардың ырғақты қимылмен әдемі	түрі болады. Солардың бірі-ақ аю. – Ақ аю - мұзды суға бейімделген жалғыз жануар. Ақ аю судан екі метр биіктікке дейін секіре алады. Бұл үдерісте аюға артқы екі аяғы тірек болады. Олар ит секілді жүзеді. Жалпы дамыту жаттығулары (орамалдармен). Негізгі қимыл жаттығулары: Педагог балаларды қатарға тұрғызады. Әртүрлі бағыттарда жүгіру техникасын көрсетеді. Балалар педагогтің соңынан қайталап жүгіреді. Жаттығу аяқталғаннан кейін педагог балаларға доғаның астымен өрмелеу жаттығуын көрсетеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. "Кім жылдам?" . Педагог балаларды екі қатарға тұрғызады. Педагог белгісі бойынша балалар, белгіленген межеге дейін жүгіру керек. Қай қатардың балалары бірінші болып, толықтай межеге дейін жүгіреді. Сол топ жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ – Балалар, енді бәріміз денемізді демалдырып, тыныс алу жаттығуларын жасайық.		– Қасқыр - ең қауіпті орман жыртқышы. Олардың жүні қыста қалың және ұзын болады. Мұндай жүн қасқырға қысқы суыққа төзуге көмектеседі. – Қыста орманның нағыз иесі - түлкі. Қыста және жазда бір түсті тонымен жүреді. Тек қыста тоны қалындай түседі. Түлкілер інде тұрады. Түлкі қояндарды жиі ұстайды. Бірақ қыста түлкілердің негізгі тамағы-тышқандар. Жалпы дамыту жаттығулары (орамалдармен). Негізгі қимыл жаттығулары: Балалар педагогтің бақылауымен допты алысқа лақтыруда бастапқы тұру қалпын қабылдау жаттығуын; бөрененің үстімен тез адымдап жүру жаттығуларын жасайды. Бөрененің үстімен тез адымдап жүру кезінде тепе-теңдікті сақтап, епті, жылдам болуды ескертеді. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Ептісіңдер!", "Жылдамсыңдар!" және "Керемет!", "Жарайсыңдар!" деген сөздерді айтып, шабыттандырып отырады. "Жануарлар жүрісін сал" ҚОРЫТЫНДЫ Педагог: – Балалар, аюдың қалай жүретінін көрдіңдер ме? Біз де солай ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Қолдарымызды екі жанымызға
--	--	---	--	---

	билеп жүргенін, біз де солай ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Қолдарымызды алдымызға жайып, қол білезіктерімізді айналдырамыз. Саусақтарымызбен әдемі қимылдар жасаймыз. Енді қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен Ақшақардың әдемі қимылдарын жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Керемет! - Балалар, бүгінгі оқу қызметі сендерге ұнады ма? Иә. Сендер де жақсы қатысып, белсенді болдыңдар, рақмет! Оқу қызметі осымен аяқталды, сау болыңдар. Күтілетін нәтиже: Орындайды: қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді еңбектеу дағдысын; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: шеңберден сапқа ауысу дағдыларын.	Аудиожазба бойынша педагог балалармен жаттығуларды өзі бірге жасап, денелерін қыздырып алады. Педагог балаларға қыс мезгілінде қардан аққала қалау өте қызықты екенін, қазіргі сабақта ауада аққаланы қимылдармен қалау қажет екенін айтады және өзі көрсетеді. Жүріп келе жатып, қолымызды алға созып, аққаланың денесін саламыз, қолдарымен кезек-кезек ауаны сипалайды, енді аяғымызды сәл жоғары көтеріп, басын қалаймыз. – Міне, бізде аққала дайын болып қалды, енді аяғын қалаймыз. Педагог балалармен бірге ақырын жүріп, шеңбер бойымен тыныс алу жаттығуларын жасап, балалармен залдан шығып кетеді. Күтілетін нәтиже: Орындайды: әртүрлі бағыттарда жүгіру дағдыларын дамытуды ; Түсінеді: доғаның астымен өрмелеуді; Қолданады: екі қолмен қағып алу дағдыларын.			жайып, бос ұстаймыз. Саусақтарымызды сілкілейміз. Енді, қолдарымызды төмен жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолымен аюдың қимылдарын жасайды. – Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Тамаша! – Балалар, қандай керемет аю болдыңдар, жарайсыңдар! Оқу қызметі де қызықты өтті. Сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: бөрене үстінде жүруді; Түсінеді: ойынның шарттарын; Қолданады: бала санына байланысты орамалдар.
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі Таймураз ептілікке баулу жаттығуларын үйрету.	Тәрбиеленушісі Мансурға кегелдерді дәлдеп құлатуды үйрету.			тәрбиеленушісі Қолғанатқа допты лақтырып, тебуді үйрету.

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Толеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Табиғат әлемі»

Уақыты: 17.01 – 21.01.2022 ж Шапта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 17.01.2022	Сейсенбі 18.01.2022	Сәрсенбі 19.01.2022	Бейсенбі 20.01.2022	Жұма 21.01.2022
Ата-аналарға кеңес	«Дәрумендер пайдасы» туралы кеңес беру	Тымаудын алдын алу туралы кеңес			Үйдеде шынықтыру шараларын орындауды тапсыру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Бірлесе балаларды ҰОҚ дайындау.	Балалар арасында спорттық жарыс өткізуді жоспарлау			Тәрбиешілермен бірге спорттық құралдар жасау.
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Маубас аю» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; допты алысқа лақтыруда бастапқы тұру қалпын қабылдауға үйрету; бөрененің үстімен тез адымдап жүруге үйрету; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру	Тақырыбы: «Біз құстарды аялаймыз!» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларда тұрған заттың басына допты тигізу арқылы жоғары секіру және қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді еңбектеу техникаларын жетілдіру; гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу дағдыларына үйрету. Оқу қызметінің барысы Балалар музыка әуенімен сап түзеп бірінің артынан бірі жүреді, педагогтің белгі беруімен аяқтың ұшымен және өкшемен жүреді, жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған			Тақырыбы: «Құстарға жем шашайық» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларда гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу дағдыларын дамыту; арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау дағдыларын қалыптастыру; сап түзеп шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын дамыту. Оқу қызметінің барысы Педагог балалардың назарын құстардың дыбыстарға, интербелсенді тақтадағы суретке аударады. – Қарандаршы, ұл мен қыз бала

	. Оқу қызметінің барысы Педагог балалардың психологиялық көңіл-күйін көтеру мақсатында интербелсенді тақтадан қыста інінде ұйықтап жатқан аюдың тіршілігінен үзінді көрсетеді. - Балалар, қараңдаршы, қысқы орманда басқа аңдар жүр, ал қыста аю інінде ұйықтап жатыр. Соған қарағанда аю қыста ұйықтап, көктемде оянады. Қызық екен! Күн суық болса да қыстың қызығы оның суығын білдірмейді. Сондықтан балалар, бір-бірімізге қарап: "Қыс суық, күн нұрлы болсын!" - деп айтайықшы! Бүгін балалар, оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз сылдырмақтарды алып, сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (орамалшалармен)Негізгі қимыл жаттығулары - Допты алысқа лақтыруда бастапқы тұру қалпын қабылдау; - Бөрененің үстімен тез адымдап жүру.	музыка әуенімен жүгіреді, бастарын төмен түсірмей, шалынып кетпей, аяқ-қолды бірге қозғалтып, еркін жүгіру қимылдарын көрсетеді, жылан жүріспен жүріп келе жатып, шеңбер құрады және қайтадан сапқа тұрып, біртіндеп жүріп келе жатып, жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрады. Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен). Негізгі қимыл жаттығулары: Педагог: – Балалар, сендер "жылан" секілді ирелендеуді білесіңдер. Солай емес пе? – Қане, көрсетейікші. Кім нағыз жылан секілді ирелендеп жүреді екен? Педагог балаларға тұрған заттың басына допты тигізу техникасын көрсетеді, естеріне салады. Балалар орындықтарда отырады. Педагог әр баланы шақырады. Әр шақырылған бала тұрған заттың басына допты тигізу арқылы жоғары секіру жаттығуын жасайды. "Кедергілерден оңай өтеміз" қимылды ойын. Педагог балаларды екі топқа бөледі. Әр топ алдында түрлі кедергілер тұрады. Кедергілерден балалар "жылан" тәрізді еңбектеп өту керек. Педагог белгілеген межеге дейін қай топтың балалары толықтай жетсе, солар жеңіске		екеуі құстарға жем беріп жатыр. – Балалар, қыс мезгілінде құстарға аса қамқор болу керек. Олар біздің қамқорлығымыз мұқтаж. – Қыстайтың қандай құстарды білесіңдер? Қарға, көгершін, торғай, тоқылдақ. – Ал, керісінше қыс мезгілінде біздің жаққа ұшып келетін қандай құстарды білесіңдер? Суықторғай мен көкшымшық. Тамаша! Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен). Негізгі қимыл жаттығулары Педагог балаларға арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтауға үйретеді. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Ептісіңдер!", "Жарайсыңдар!" және "Жаттығуларды жақсы меңгеріп алыпсыңдар", деген сөздер айтып, шабыттандырып отырады. "Мысық пен торғайлар" Педагог: – Балалар, бұл ойын сендерге таныс, енді сендер есейіп қалдыңдар, жылдамдықтарың бұрынғыдан да арта түсті. Сондықтан осы жолы бұрынғыдан да керемет ойнайсыңдар деп сенемін. Педагог балаларды екі үлкен гимнастикалық шеңберге тұрғызып, торғай болатындарын және мысықтың оларды аңдып, ұстап алса, жеп қоятындарын айтады. Педагог "Торғайлар
--	---	--	--	---

	"Допты дәлдеп лақтыр" - Балалар, тағы да ойын кезінде екі командамен орындаймыз. Қазір сендерге допты қалай лақтыру керек екеніе көрсетемін, допты жеңіл ұстап, дәлдеп лақтыруымыз керек. Музыка әуенімен тезірек жүгіріп лақтырамыз. Педагог балаларды екі командаға бөліп, допты белгіленген нысанаға лақтырудың негізгі нүктесін көрсетіп және қалай лақтыру керектігін тағы да балалардың есіне салады. Доп лақтырушы балалар негізгі нүктеден шықпай, допты ережеге сай дәлдеп лақтырулары тиіс. Допты нысанаға дәлдеп 4 лақтырған команда балалары жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог: - Балалар, аюдың қалай жүретінін көрдіңдер ме? Біз де солай ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Қолдарымызды жанымызға жайып, бос ұстаймыз. Саусақтарымызбен сілкілейміз. Енді	жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог балаларды саусақ санап сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: – Балалар, торғайдың қалай секіретінін білесіндер ғой. Біз құстарды аялаймыз! Қолдарымызды алдымызға алып, бос ұстаймыз, ақырын жүріп, саусақтарымызбен торғайларға жем шашайық. Саусақтарымызды сілкілейміз, тағы да жем шашайық. Енді, қолдарымызды төмен жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолымен жем шашқан қимылдар жасайды. – Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Тамаша! Балалар, оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: жоғары өрмелеу және одан төмен түсу дағдыларын ; Түсінеді: жаттығуларды өздігінше орындай білу шарттарын; Қолданады: бала санына байланысты жалаушалар.			серуенде" дегенде екі гимнастикалық шеңбердегі балалар шығып, қанаттарын қағып, жерге отыра қалып "жем" шоқи бастайды. Мысық пайда болған кезде педагог "Мысық" деп айтады, ал торғайлар гимнастикалық шеңберге қашып кірулері керек. Үлгере алмаса, мысыққа "жем" болады. ҚОРЫТЫНДЫ: Нұсқаушыбалаларды даңғараның дыбысымен сапқа тұрғызады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: – Балалар, торғайдың қалай секіретінін көрдіңдер ғой. Біз құстарды аялаймыз! Қолдарымызды алдымызға алып, бос ұстаймыз, ақырын жүріп, саусақтарымызбен торғайларға жем шашайық. Саусақтарымызды сілкілейміз, тағы да жем шашайық. Енді, қолдарымызды төмен жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолымен жем шашқан қимылдар жасайды. – Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Тамаша! Балалар, оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: сап түзеп шеңберге,
--	--	---	--	--	---

	қолдарымызды төмен жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен аюдың қимылдарын жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Тамаша! - Балалар, қандай керемет аю болдыңдар, жарайсыңдар! Оқу қызметі де қызықты өтті. Сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін ; Түсінеді: ойынның шарттарын; Қолданады: допты лақтыру дағдыларын.				шеңберден сапқа ауысу дағдыларын ; Түсінеді: ойынның шартын; Қолданады: бала санына байланысты жалаулар, мысық және торғайлар бетпердесі.
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі <i>Гүлімге</i> ойын ережесін үйрету	тәрбиеленушісі <i>Амирге</i> кегелдерді дәлдеп құлатуды үйрету.			тәрбиеленушісі <i>Адинаға</i> допты лақтырып, қағып алдуды үйрету.

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Табиғат әлемі»

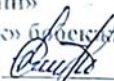
Уақыты: 24.01 – 28.01.2022ж IVапта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 24.01.2022	Сейсенбі 25.01.2022	Сәрсенбі 26.01.2022	Бейсенбі 27.01.2022	Жұма 28.01.2022
Ата-аналарға кеңес	Жалпақтабандылықтың алдын алу туралы кеңес	Әр түрлі сайыстар болатынын айту.			Балаларды ауа райына сай киіндірулерін сұрау.
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Педагогикалық кеңестерге, семинарларға, әдістемелік кеңес отырыстарына қатысу. Әртүрлі сайыстарға қатысу, басылымдарға мақала дайындау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Тәрбиешілермен бірлесе залды сайысқа дайындау	Бірлесе спорт құралдарын әзірлеу			Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдері айту
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Суық торғай» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; тұрған заттың басына тию арқылы жоғары секіру; қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді еңбектеу дағдысын жетілдіру; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру.	Тақырыбы: «Кірпі қалай жүреді?» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды нық қадаммен алға жүруге; әртүрлі бағыттарда жүгіруге; допты көлденең нысанаға лақтыруға үйрету; қимыл белсенділігін дамыту мен үйлестіру. Оқу қызметінің барысы - "Сәлем!"- дейміз алтын күнге. Сәлемдесеміз күнде-күнде. "Сәлем!"- дейміз досқа, Тұрмайық ойынсыз босқа. Көркем сөз. "Кірпі" Өзен жақтан ініммен, Келе жатсам бір күні.			Тақырыбы: «Допты қақпа арқылы домалатамыз» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды бір аяқтан бір аяққа секіруге; допты алысқа лақтыруға үйрету; нық қадаммен алға жүру, қимылды ойын арқылы балаларда әртүрлі бағыттарда жүгіру дағдыларын дамыту; дене жаттығуларына қызығушылықтарын қалыптастыру. Оқу қызметінің барысы Педагог балалардың психологиялық көңіл-күйлерін көтеру мақсатында "Бүгін

	Оқу қызметінің барысы Педагог интербелсенді тақтадан қыста жерден жем іздеп секіріп жүрген торғайдың әрекетінен үзінді көрсетеді: - Балалар, қараңдаршы, суық торғай қыста жерден жем іздеп секіріп жүр. Соған қарағанда күн суық, қарындары аш. Біз құстарды аялауымыз керек. Олар өте қорғансыз. Суықта тамақ та беріп тұрсақ артық болмайды. Сондықтан балалар, бір-бірімізге қарап: "Қыс суық, күн нұрлы болсын!" - деп айтайықшы! Бүгін балалар, оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз сылдырмақтарды алып, сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (орамалшалармен). Негізгі қимыл жаттығулары- Тұрған заттың басына тию арқылы жоғары секіру; - Қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді еңбектеу."Мысық пен торғайлар" қимылды ойыны Педагог:	Қалың шидің түбінен Көзім шалды кірпіні. Үсті ине тізілген, Қолмен ұстап болмайды. Сабағынан үзілген Ошағаннан аумайды. (Сапарбек Сәрсенов) - Балалар, кірпі қандай жануар? Балалардың жауаптары. - Балалар, кірпі кішкентай болса да, нық қадаммен жүреді екен. Жалпы дамыту жаттығулары (алақанға шақ текшелермен). Негізгі қимыл жаттығулары - Әртүрлі бағыттарда жүгіру. - Допты көлденең нысанаға лақтыру. "Допты дәлдеп лақтыр" қимылды ойыны. - Балалар, бұл ойынды тағы да екі топпен орындаймыз. Қазір сендерге допты қалай лақтыру керек екенін көрсетемін, допты жеңіл ұстап, дәлдеп лақтыруымыз керек. Музыка әуенімен тезірек жүгіріп лақтырамыз. Педагог балаларды екі топқа бөліп, допты белгіленген нысанаға лақтырудың негізгі нүктесін көрсетіп және қалай лақтыру керегін тағы да балалардың есіне салады. Доп лақтырушы балалар негізгі нүктеден шықпай, допты ережеге сай дәлдеп лақтырулары тиіс. Допты нысанаға дәлдеп лақтырған топтың балалары жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог балалардың назарын интербелсенді			сондай көңілдісіңдер!", "Жарқырап тұрсыңдар! дей отырып, интербелсенді тақтадан бейнежазба көрсетеді.— Кірпіге қараңдаршы, кіп-кішкентай, тікендері бар. — Қалай жүретіндерін көрдіңдер ме? Керемет. Кірпі кішкентай болса да, нық қадаммен жүреді. Жалпы дамыту жаттығулары (алақанға шақ текшелермен). Негізгі қимыл жаттығулары — бір аяқтан бір аяққа секіру; — допты алысқа лақтыру."Көңілді секіреміз" қимылды ойыны. Педагог балаларды екі топқа бөледі. Ойын жарыс түрінде өтеді. Балалар педагог белгілеген межеге дейін бір аяқтан бір аяққа секіріп жетуі керек. Белгіленген межеге жеткен кезде, еркін жүгіріп орындарына қайтады. Қай топтың балалары толықтай жүгіріп келеді, сол топ жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ Тыныс алу жаттығуы. Педагог балаларды шеңберге шақырады. Балалар әдемі шеңбер болып тұрады. Педагогтың көрсеткен іс-әрекеттерін балалар қайталап, тыныс алу жаттығуларын жасайды. Тік тұрып, аяқты қосу,
--	---	--	--	--	--

	- Балалар, бұл ойын сендерге таныс, енді сендер есейіп қалдыңдар, жылдамдықтарын бұрынғыдан да арта түсті. Сондықтан осы жолы бұрынғыданда керемет ойнайсыңдар деп сенемін. Педагог балаларды екі үлкен құрсауға тұрғызып, торғай болатындарын және мысықтың оларды аңдып, ұстап алса, жеп қоятындарын айтады. Педагог "Торғайлар серуенде" дегенде екі құрсаудағы балалар шығып, қанаттарын қағып, жерге отыра қап "жем" шоқи бастайды. Мысық пайда болған кезде педагог "Мысық" дегенде торғайлар құрсауларға қашып кірулері керек. Үлгере алмаса, мысықтың "жем" болады. ҚОРЫТЫНДЫ: Педагог балаларды бубеннің сигналы бойынша сапқа тұрғызады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: - Балалар, торғайдың қалай секіретінін көрдіңдер ғой. Біз құстарды аялаймыз!	тақтаға аударады: - Балалар, тақтада әртүрлі түсті 1-ден 5-ке дейінгі сандар тұр, сол сандар тақтадан біртіндеп өшкенше, сапқа тұрып үлгеріңдер. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: - Балалар, ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Біз бүгін кірпіні көрдік. Кірпі қалай жүреді екен, көрсетейікші, балалар! Алдымен кірпі қалай жүреді екен, тыңдап алайық. Қолдарымызбен дөңгелек жасаймыз ол кірпі, енді жүреміз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолымен дөңгелектің қимылдарын жасайды. - Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Жарайсыңдар! - Балалар, сендер кірпі сияқты әдемі жүрдіндер, мен риза болдым сендерге! Оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: әртүрлі бағыттарда жүгіруді; Түсінеді: нық қадаммен алға жүруді; Қолданады: допты көлденең нысанаға лақтыруды;			қолды жіберу; қолдарын жанына көтеріп одан кейін денесінің алдына қарай былғалау; демдерін тез шығару. Тыныс алу жаттығуларының соңында педагог оқу қызметінің аяқталғанын хабарлап, залдан балалармен бірге ақырын шығып кетеді. Күтілетін нәтиже: Орындайды: бір аяқтан бір аяққа секіруді; Түсінеді: қимылды ойынды; Қолданады: шапшандық ,икемділік дағдыларын;
--	---	---	--	--	---

	Қолдарымызды алдымызға алып, бос ұстаймыз, ақырын жүріп, саусақтарымызбен торғайларға жем шашайық. Саусақтарымызды сілкілейміз, тағы да жем шашайық. Енді қолдарымызды төмен жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен жем шашудың қимылдарын жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Тамаша! Енді, балалар, оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын; ; Түсінеді: тыныс алу жаттығуларын орындай білу шарттарын; Қолданады: дене шынықтыруға арналған киімдер.				
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі жылдам жүруді үйрету.	тәрбиеленушісі шығыршықты дәлдеп лақтыруды үйрету.			«Қазына»ересектер тобы тәрбиеленушісі допты дәлдеп лақтыруды үйрету.

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Толеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Бізді қоршаған әлем»

Уақыты: 31.01-04.02.2022 жыл І апта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 31.01.2022.	Сейсенбі 01.02.2022.	Сәрсенбі 02.02.2022.	Бейсенбі 03.02.2022.	Жұма 04.02.2022.
Ата-аналарға кеңес	Күнделікті үйде балаларымен бірлесе шынығу шараларын жасауды тапсыру	«Бала денсаулығына пайдалы» кеңестер беру			Үйдеде шынықтыру шараларын орындауды тапсыру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдерін айту	Спорттық сайысқа балаларды екі топқа бөліп жарыстыру жайлы айту.			Сайысқа керекті құралдарды әзірлеу.
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Домаланған кірпі» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; 1,5 м қашықтықта допты қақпа (ені 50 см) арқылы домалатуға үйрету; қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді жүру	Тақырыбы: «Сарбаз болам өскенде» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеуге; нық қадаммен артқа жүруге үйрету; қимылды ойындар арқылы допты алысқа лақтыру; допты көлденең нысанаға лақтыру дағдыларын дамыту. Оқу қызметінің барысы			Тақырыбы: «Аэродром» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды доғаның астымен өрмелеуге (еңбектеу) үйрету; нық қадаммен артқа; нық қадаммен алға жүру; қимылды ойын арқылы балаларда әртүрлі бағыттарда жүгіру дағдыларын жетілдіру; дене жаттығуларына қызығушылықтарын арттыру. Оқу қызметінің барысы Көркем сөз.

	дағдысын жетілдіру; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру. Оқу қызметінің барысы Оқу қызметі алдында педагог балалардың психологиялық көңіл-күйін көтеру мақсатында интербелсенді тақтадан кірпінің даладағы әрекетінен үзінді көрсетеді. - Балалар, қараңдаршы, кірпіні, кіп-кішкентай допқа ұқсайды, бірақ, тікендері бар? Қалай жорғалап жүретінін көрдіңдер ме? Керемет! Өзіне қауіп төнсе, жиырылып, тікендерін шығарып алады. Қауіп жоқ болса, домаланып жүре береді. Кірпіні көрсендер тиісуге болмайды, тікендері өте қауіпті. Сондықтан балалар, бір-бірімізге қарап: "Қауіпсіз өмір сүрейік!" - деп айтайықшы! Бүгін балалар, оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (алақанға шақ кубиктермен). Негізгі қимыл жаттығулары - 1,5 м қашықтықта допты қақпа (ені 50 см) арқылы домалату; - Қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді жүру."Допты дәлдеп лақтыр"	Педагог балалардың психологиялық көңіл-күйін көтеру мақсатында "Алуан-алуан кәсіп бар, таңдай біл де, талап қыл" дей отырып, интербелсенді тақтадан сурет көрсетеді.- Суретте не көріп тұрсындар? Балалардың жауаптары. - Иә, балалар. Бұл суретте әртүрлі мамандық иелері көрсетілген. - Балалар, сендер өскен кезде қай маман иесі болғыларын келеді? Балалар жауаптары. - Тамаша! Ол үшін әрдайым талмай еңбек ету керек. Сабақты жақсы оқып, алдымызға мақсат қоя білу керек. Жалпы дамыту жаттығулары(доппен). Негізгі қимыл жаттығулары Педагог балаларды бір қатарға тұрғызып нық қадаммен артқа қалай жүру керектігін көрсетеді. Қадамдарын нақты, нық басуларын талап етеді. Келесі педагог балаларға еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу жаттығуын көрсетеді. Балалар бірінің соңынан бірі құрсаудан еңбектейді. Педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл			Елден алғыс алатын Өскен кезде ер болам. Сәнді үйлер салатын Құрылысшы мен болам. (Абдрахман Асылбек) – Балалар, ал сендер қандай мамандық иелері болғыларын келеді? Жақсы. – Мамандықтың бәрі жақсы. Қане бәріміз бірге айтайықшы. Мамандықтың бәрі жақсы. Педагог балаларға интербелсенді тақтадан сурет көрсетеді де, мамандықтарды атап өтеді. Жалпы дамыту жаттығулары (доппен). Негізгі қимыл жаттығулары Педагог балаларға доғаның астымен өрмелеуге (еңбектеу) жаттығуын көрсетеді. Доғаға денелерін тигізбей, төрттағандап еңбектеу керектігін айтады. Педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Педагог балаларға "Жарайсындар!" деп шабыттандырып отырады. "Қасқыр мен қояндар" Педагог балалармен бірге "қасқырды" таңдайды. Қалған балалар "қояндар" болады. Педагог белгісінен кейін "қояндар" әртүрлі бағыттарда жүгіріп, қасқырдан қашады. "Қасқыр" ұстап алған "қояндар"" саны 5-6-ға жеткенде, "қасқыр" ауысады. ҚОРЫТЫНД
--	--	---	--	--	---

	қимылды ойыны - Балалар, тағы да ойын кезінде екі командамен орындаймыз. Қазір сендерге допты қалай лақтыру керек екеніе көрсетемін, допты жеңіл ұстап, дәлдеп лақтыруымыз керек. Музыка әуенімен тезірек жүгіріп лақтырамыз. Педагог балаларды екі командаға бөліп, допты белгіленген нысанаға лақтырудың негізгі нүктесін көрсетіп және қалай лақтыру керектігін тағы да балалардың есіне салады. Доп лақтырушы балалар негізгі нүктеден шықпай, допты ережеге сай дәлдеп лақтырулары тиіс. Допты нысанаға дәлдеп лақтырған команда балалары жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтаға аударады: - Балалар, тақтада әртүрлі түсті 5 саны тұр, сол сандар тақтадан біртіндеп өшкенше, сапқа тұрып үлгеріңдер. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: - Балалар, ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Біз бүгін кірпіні көрдік. Кірпі қалай жүреді екен, көрсетейікші, балалар! Алдымен кірпі қалай	бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. "Баскетбол" қимылды ойыны. Педагог балаларды екі топқа бөліп, баскетбол добына арналған торға белгіленген нысанадан аспай, допты көкірек тұсынан дәлдеп лақтыру керегін айтады. Қай топ балалары допты дұрыс және көп лақтырады, сол топ жеңеді. Ойын 2-3 айналымды құрайды. ҚОРЫТЫНДЫ Сұңгіуір" тыныс алу жаттығуы.- Балалар, судың астына түскен сұңгіуір терең дем алып, демін ұзақ ұстауға тырысады екен. Балалар терең дем алып, сұңгіуірлер секілді демін ұзақ ұстауға тырысады. Күтілетін нәтиже: Орындайды: допты көлденең нысанаға лақтыру дағдыларын ; Түсінеді: "Баскетбол" ойынының шартын; Қолданады: қимылды ойындар арқылы допты алысқа лақтыру дағдыларын.			Ы Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтаға аударады: – Балалар, тақтада үлкен жұдырықтың суреті тұр, сол жұдырықтағы саусақтар біртіндеп ашылып біткенше, сапқа тұрып үлгеріңдер. Показ большого кулака по интердоске (мультяшный вариант). Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: – Балалар, бүгін интербелсенді тақтадан ғарышқа ұшқан ұшқыштарымыздың өмірінен үзінді көрдіңдер. Ұшқыштар ауада қалықтап, жай қозғалып жүр. Біз де ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Ұшқыштар қалай қалықтайды екен, соны көрсетейікші, балалар! Қолдарымызбен тағы да самғап, ұшып жүреміз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолымен самғаған қимылдар жасайды. – Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Жарайсыңдар! – Балалар, бүгінгі оқу қызметі сендерге ұнады ма? Ғарышкерлер туралы не түсіндіңдер? Ғарыш әлемін шарлайды екен, солай ма, балалар? Оқу қызметі осымен
--	---	---	--	--	--

	жүреді екен, тындап алайық.Қолдарымызбен дөңгелек жасаймыз ол кірпі, енді жүреміз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен дөңгелектің қимылдарын жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Жарайсыңдар! - Балалар, сендер кірпі сияқты әдемі жүрдiңдер, мен риза болдым сендерге! Ал енді қу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіруді ; Түсінеді: саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын; Қолданады: қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді жүру дағдысын.				аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды:қимылды ойын арқылы балаларда әртүрлі бағыттарда жүгіру дағдыларын ; Түсінеді: тыныс алу жаттығуларын орындай білу шарттарын; Қолданады: нық қадаммен артқа; нық қадаммен алға жүруді.
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі <i>Аянаға</i> негізгі қимылдарды үйрету	тәрбиеленушісі <i>Гүлімге</i> допты дәлдеп шығыршыққа лақтыруды үйрету.			тәрбиеленушісі <i>Азаматқа</i> допты дәлдеп шығыршыққа лақтыруды үйрету.

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Бізді қоршаған әлем»

Уақыты: 07.02 – 11.02.2022 ж Папта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 07.02.2022	Сейсенбі 08. 02.2022.	Сәрсенбі 09.02.2022	Бейсенбі 10.02.2022.	Жұма 11.02.2022.
Ата-аналарға кеңес	Ата-аналарға спорттық киімдер туралы айту.	Үйде бала денсаулығына көңіл бөлу туралы кеңес беру.			Дамытушы жаттығуларды жиі жасауға кеңес беру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқа улықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Тәрбиешілермен бірлесе залды дайындау	Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдері айту			Балалардың спорт киімдерінің толық болуын қадағалу.
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Ұшқыш болам самғайтын» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; бір орында тұрып, арқаннан биікке секіріп, жерге табанмен түсуге үйрету; допты алысқа лақтыруда бастапқы тұру қалпын қабылдауға жаттықтыру; саптан шеңберге,	Тақырыбы: «Велосипедтер зырылдайды» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуге үйрету; нық қадаммен артқа; нық қадаммен алға жүру дағдыларын жетілдіру; шапшаңдықты дамыту. Оқу қызметінің барысы Педагог: - Балалар, көңіл-күйлерін қалай? Жақсы ма? Олай болса бәріміз,			Тақырыбы: Велосипед теуіп көрдіңдер ме? Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды допты тура нысанға оң қолмен көздеп лақтыруға үйрету; қимылды ойындар арқылы балаларда доғаның астымен өрмелеуге (еңбектеу); әртүрлі бағыттарда жүгіру дағдыларын жетілдіру; дене жаттығуларына қызығушылықтарын арттыру Оқу қызметінің барысы Педагог:

	шеңберден сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру. Оқу қызметінің барысы Оқу қызметі басталар алдында ұшақтың гүрілдеген дауысы естіледі. Педагог: - Балалар, ненің дыбысын естідіңдер? Ұшақтың. Жарайсыңдар! Балалардың психологиялық көңіл-күйін көтеру мақсатында интербелсенді тақтадан космосқа ұшқан ұшқыштарымыздың өмірінен үзінді көрсетеді. - Балалар, қарандаршы, космоста қандай керемет! Біздің ұшқыштарымыз ауада қалқып жүрген сияқты. Қолдарын бұлғап, сендерге сәлем айтады. Кәне, сендер де қолдарыңды бұлғап, "Аман келіңіздер!" - деп айтыңдаршы! Керемет! Сендердің ұшқыш болғыларың келе ме? Тамаша! Бізде болашақ ұшқыштар көп екен. Олай болса, балалар, бір-бірімізге қарап: "Аспанымыз ашық болсын!" - деп айтайықшы! Бүгін балалар, оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (алақанға шақ кубиктермен). Негізгі қимыл жаттығулары	"өте жақсы" деген белгіні көрсетеміз. - Тамаша! Балалар, сендердің сүйікті ойыншықтарың бар ма? Балалардың еркін жауабы. - Жақсы. - Балалар, айтыңдаршы, ал сендер велосипед теуіп көрдіңдер ме? - Велосипед тепкен сендерге ұнайды ма?- Қарандаршы, бұл адамдар отбасымен бірігіп велосипед тепкенді ұнатады екен. - Велосипедпен алыс жерге тезірек баруға болады. Велосипед тек ғана техника емес, сонымен көліктің бір түрі деуге болады. - Балалар, велосипедті қалай тебесіңдер? Тамаша! Олай болса, балалар, "Велосипедтер зырылдайды" деп айтайықшы. - Суреттегі қыз велосипед тепкен кезде епті болуды біледі. Сендер де осы қыз секілді епті болыңдар! Педагог балаларға гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу жаттығуын көрсетеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Жалпы дамыту			– Балалар, бәріміз амандасып алайық. Сәлеметсіңдер ме! – "Бүгінгі күн қандай керемет!"- дей отырып, балаларға төмендегі тапқакты айтқызады. Арайлап таң атты, Алтын сәуле таратты. Жарқырайды күніміз, Жарқырайды даламыз. – Жарайсыңдар! Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтадағы суреттерге аударады. – Балалар, не көріп тұрсыңдар? Теледидар, үтік, компьютер, тоңазытқыш, ұялы телефон. Жақсы. – Бір сөзбен қалай айтамыз? Техника деп атаймыз. Қайталаймыз. Тұрмыстық техника. Тамаша! Педагог балаларға интербелсенді тақтадан бейнежазба көрсетеді. – Балалар, бейнежазбада не көрдіңдер ? Бұл техникаларды тұрмыстық көмекшілер деп те атайды екен. Қайталаймыз. Тұрмыстық көмекшілер. Тамаша!Жалпы дамыту жаттығулары(алақанға шақ текшелермен). Негізгі қимыл жаттығулары Педагог балаларға допты тура нысанға оң қолмен көздеп лақтыру жаттығуын көрсетеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу
--	---	--	--	--	---

- Бір орында тұрып, арқаннан биікке секіріп, жерге табанмен түсу;

- Допты алысқа лақтыруда бастапқы тұру қалпын қабылдау. **"Допты дәлдеп лақтыр" қимылды ойыны ҚОРЫТЫНДЫ**

Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтаға аударады:

- Балалар, тақтада үлкен жұдырықтың суреті тұр, сол жұдырықтағы саусақтар біртіндеп ашылып біткенше, сапқа тұрып үлгеріндер. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог:

- Балалар, бүгін интербелсенді тақтадан космосқа ұшқан ұшқыштарымыздың өмірінен үзінді көрдіңдер. Ұшқыштар ауада қалықтап, жай қозғалып жүр. Біз де ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші!

Ұшқыштар қалай қалықтайды екен, соны көрсетейікші, балалар! Қолдарымызбен тағы да самғап, ұшып жүреміз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен самғау қимылдарын жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең

жаттығулары(алақанға шак текшелермен).

Негізгі қимыл жаттығулары

Педагог балаларға гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу жаттығуын көрсетеді.

Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. **"Қоңыздар" қимылды ойыны.**

Шарты: "Қоңыздар ұшты!" деген белгі бойынша немесе музыка ойнағанда балалар зал ішінде шашарай қашады. Ал "Қоңыздар құлап қалды" деген белгіде немесе басқа бір музыка ойнаса не дабылдың ырғағы өзгерсе, балалар шалқалап жатып алады да, аяқтары мен қолдарын көтереді, яғни, бұл "қоңыздар тырбындап жатыр"" дегенді білдіреді. "Қоңыздар ұшты!" деген белгі берілгенде немесе музыка ойнағанда балалар орындарынан тұрады, ойын бірнеше рет қайталанады.

ҚОРЫТЫНДЫ

Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог:

- Балалар, ақырын, асықпай

техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Педагог балаларға "Жарайсыңдар!" деп шабыттандырып отырады.

"Жеті лақ" . Педагог балалармен бірге "қасқырды" таңдайды. Қалған балалар "лақтар" болады. Педагог белгісінен кейін "лақтар" әртүрлі бағыттарда жүгіріп, қасқырдан қашады. "Қасқыр" ұстап алған "лақтар" саны 5-6-ға жеткенде, "қасқыр" ауысады.

ҚОРЫТЫНДЫ

Тыныс алу жаттығуы.

Ауа шары (қарынмен, төменгі тыныстау).бастапқы қалып-арқаға жатып, аяқты созып, денені бос ұстап, көзді жұмып қою. Бұл жаттығуды тұрыпта орындауға болады.

Баппен баяу тыныс алу, іш баппен жоғары көтеріліп, дөңгелек шарша үріледі. Ішті баппен арқаға тартып-баяу баппен тынысты шығару (4-10 рет қайталау).

Күтілетін нәтиже:

Орындайды: қимылды ойындар арқылы балаларда доғаның астымен өрмелеуге(еңбектеу); әртүрлі бағыттарда жүгіру дағдыларын ;

Түсінеді: икемділіктерін дамытатын жаттығуларын ;

Қолданады: тепе – теңдікті сақтап жүруді ;

	дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Жарайсыңдар! - Балалар, бүгінгі оқу қызметі сендерге ұнады ма? Ұшқыштар туралы не түсіндіңдер? Аспан әлемін шарлайды екен, солай ма, балалар? Оқу қызметі осымен аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже : Орындайды: сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіруді ; Түсінеді: нұсқаушының берген белгісіне жылдам әрекет ету керектігін ; Қолданады: саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын;	жүріп, қолдарымызды жоғары көтереміз. Енді, төмен түсіріп, саусақтарымыздың басын жыбырлатамыз, қолдарымыз шаршап қалды. Орнымызда тұрып, аяқтарымызды көрсетейікші, балалар! Аяғымыздың басын жыбырлатамыз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолымен тыныс алу жаттығуларын жасайды. - Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. - Балалар, бүгін оқу қызметі ұнады ма? Иә. Тамаша! Педагог балаларды шеңбер бойымен жүргізіп, залдан шығып кетеді. Күтілетін нәтиже: Орындайды: нық қадаммен артқа; нық қадаммен алға жүру дағдыларын ; Түсінеді: шапшаңдықты дамыту дағдыларын; Қолданады: жылдамдық пен ептілікті ;			
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				

Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі <i>Мадинаға</i> ойын ережесін үйрету	тәрбиеленушісі <i>Санжарға</i> допты лақтырып, тебуді үйрету.			тәрбиеленушісі <i>Адияға</i> жалпы дамыту жаттығуларын үйрету.
-----------------------	---	---	--	--	--

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Бізді қоршаған әлем» **Уақыты: 14.02 – 18.02.2022 ж Шапта**

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 14.02.2022.	Сейсенбі 15.02.2022.	Сәрсенбі 16.02.2022.	Бейсенбі 17.02.2022.	Жұма 18.02.2022.
Ата-аналарға кеңес	Балаларды ауа райына сай киіндіруге кеңес беру.	Ата-аналарға спорттық киімдер туралы айту.			Үйдеде шынықтыру шараларын орындауды тапсыру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Бірлесе спорттық сайыстарды жоспарлау.	Балалардың киіміне көңіл бөлу туралы әңгіме жүргізу			Тәрбиешілермен бірге спорттық құралдар жасау.
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Үш аяқты тұлпарым (велосипед)» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; отырған күйінде алшақ аяқтың арасынан допты домалатып, орнынан тұрып қуып жетуге үйрету; қойылған заттардың арасынан "жылан" жүріспен жүруге жаттықтыру; саптан шеңберге, шеңберден	Тақырыбы: «Шынықсақ - шымыр боламыз!» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды тура жолмен тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету; нық қадаммен артқа; нық қадаммен алға жүру дағдыларын жетілдіру; еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу, әртүрлі бағыттарда жүгіру дағдыларын дамыту; ептілікті дамыту. Оқу қызметінің барысы			Тақырыбы: «Кенгуру секілді секіреміз» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсуге үйрету; допты алысқа лақтыру; допты тура нысанаға оң қолмен көздеп лақтыру дағдыларын дамыту. Оқу қызметінің барысы Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтадағы бейнежазбаға аударады.

	сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру. Оқу қызметінің барысы Оқу қызметі басталар алдында педагог: - Балалар, велосипед теуіп көрдіңдер ме? Жарайсыңдар! Балалардың психологиялық көңіл-күйін көтеру мақсатында интербелсенді тақтадан балаларға арналған велосипед түрлерін көрсетеді. - Балалар, қараңдаршы, қандай көп велосипедтер! Бірінен бірі өтеді. Велосипед теуіп жүрген балаларды көрдіңдер ме? Біз де велосипедке мініп алып, зырылдап жүрсек те болады. Техника дамыған заманда біз де бірге дамиды екенбіз, балалар. Кәне, балалар, велосипедті қалай тебесіңдер, көрсетіңдерші? Тамаша! Олай болса, балалар, бір-бірімізге қарап: "Зырылдайық великпен!" - деп айтайықшы! Бүгін балалар, оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (доптармен) Негізгі қимыл жаттығулары - Отырған күйінде алшақ аяқтың арасынан допты домалатып, орнынан тұрып қуып жету; - Қойылған заттардың арасынан "жылан" жүріспен жүру. "Допты қуып жет" Ойын	Педагог балалардың психологиялық көңіл-күйлерін көтеру мақсатында "Шынықсаң шымыр боласың" дей отырып, қыс мезгілінде спортпен шұғылданып жүрген балалардың суретін көрсетеді. - Қараңдаршы, қыс мезгілінде балалар коньки теуіп жүр. - Коньки сендерге ұнайды ма? Жақсы. - Коньки тебу - қысқы демалыстың ең әдемі әрі ең қиын түрлерінің бірі. Сондай-ақ, пайдалы спорт түрі. - Таза ауада демалу адам ағзасы үшін өте пайдалы. Қыс кезіндегі белсенділік біздің ағзамыздың нығая түсуіне, тұмауға қарсы тұруға, жаз келгенше күш жинауға көмектеседі. Қыс кезінде коньки тебу арқылы адамдар денсаулығын жақсартып қана қоймай, көтеріңкі көңіл-күйде болады. - Балалар, спортпен шұғылдансаңдар, денсаулықтарың мықты болады. Әрбір адам өз денсаулығының мықты болу жолдарын қарастыру керек. Жалпы дамыту жаттығулары (алақанға шақ текшелермен). Негізгі			- Балалар, қараңдаршы, бала спортпен шұғылданып жүр. - Сендер спортпен шұғылдансаңдар, денсаулықтарың мықты болады. Әрі көңіл-күйлерін көтеріңкі болады. - Қане, қайталайықшы "Денсаулық-зор байлық!" "Тамаша!" Жалпы дамыту жаттығулары (секіртпемен). Негізгі қимыл жаттығулары: Нұсқаушы балаларға гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу жаттығуын көрсетеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Педагог балаларға "Жарайсыңдар!" деп шабыттандырып отырады. "Өрт сөндірушілер" Мақсаты: балалардың гимнастикалық қабырғаға көтерілу және қайтадан төмен түсу дағдыларын жетілдіру. Барысы: педагог балаларды екі қатарға бөледі. Балалар гимнастикалық қабырғадан 4-5 қадам алшақ тұрады. Педагогтің белгісі бойынша әр қатардан бір бала гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығу керек.
--	---	--	--	--	---

	басталмас бұрын педагог: - Балалар, бүгін қызық ойын бастайын деп тұрмыз. Қалай ойнау керектігін түсіндіремін. Педагог балаларды шеңберге тұрғызып, бір пысық баланы ортаға шығарып, ойынның шартын түсіндіреді. Ойынға қатысушы бала аяғын алшақ қойып тұзу тұрады, допты екі аяқтың арасына қояды . Педагог допты алға қарай домалатқан кезде бала жүгіріп, допты қуып жетуі керек. Белгілі нысанаға дейін допты жеткізбей қуып жетсе, жеңіске жетеді ҚОРЫТЫНДЫ Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтаға аударады: - Балалар, тақтаға қараңдаршы, ненің суретін көріп тұрсыңдар? Велосипедтердің, жарайсыңдар. Енді сол велосипедтер жан-жаққа бір-бірлеп зырылдап кеткенше, сендер сапқа тұрып үлгерулерің керек.Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: - Балалар, ақырын, асықпай жүріп, қолдарымызды жоғары көтереміз. Енді төмен түсіріп, саусақтарымыздың басын жыбырлатамыз, қолдарымыз шаршап қалды. Орнымызда тұрып, аяқтарымызды көрсетейікші, балалар!	қимыл жаттығулары Педагог балаларға тура жолмен жүру жаттығуын көрсетеді. Тура жолмен жүру жаттығуы кезінде тепе-теңдікті сақтау керектігін айтады. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Педагог балаларға "Жарайсыңдар!" деп шабыттандырып отырады. "Кұрсаудан өт" Педагог балаларды екі топқа бөледі. Педагогтің белгісінен кейін алдыда тұрған балалар тез жүгіріп, құрсаудан еңбектеп өтіп, өз командасына алақанмен ұрып, 3 эстафетаны береді, эстафета жалғаса береді. Біріші болып жеткен команда жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ Тыныс алу жаттығуы "Тыныш, ақырын, баппен тыныс аламыз". Мақсаты: балаларды физикалық жүктемеден, және қатты эмоциялық сезімнен кейін, өзін бос ұстап, ақзақты қалпына келтіре білуге, тыныс алуын реттей білуге		Гимнастикалық қабырға басында ілініп тұрған қоңырауды соғып, қайтадан төмен түседі де, қатардың соңына барып тұрады. Бірінші болған қатар жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ Аудиожазба бойынша тыныс алу жаттығулары жасалып, "Сабырлы доп" ойыны өткізіледі.Педагог балаларды залда шеңберге тұрғызып, бүгін сабақта барлық баланың доп сияқты көп жұмыс жасағанын, сондықтан сабақтың аяғына қарай сабырлы доптың кейпіне еніп, тыныс алып, тыныс шығарып, дем алу жаттығуларын жасау керегін айтады. Өзі балалармен бірге шеңберді айнала жүріп, жаттығуларды бірге орындайды. Соңында оқу қызметінің аяқталғанын хабарлап, балалармен қоштасады. Күтілетін нәтиже: Орындайды: гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді; Түсінеді: ойынның шартын; Қолданады: допты тура нысанаға оң қолмен көздеп лақтыру дағдыларын.
--	--	---	--	--

	Аяғымыздың басын жыбырлатамыз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен тыныс алу жаттығуларын жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. - Балалар, бүгін оқу қызметі ұнады ма? Иә. Сендер де оқу қызметіне жақсы қатыстыңдар, рақмет, бәріңе, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіруді ; Түсінеді: велосипедтің қалай тебілу керектігін ; Қолданады: саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын.	үйрету.Бастапқы қалып-тұрып, отырып (бұл алдында алған физикалық жүктемеге байланысты). Егерде отырып жасаса, арқаны түзу ұстап, көзді жұмып қою керек. Мұрын арқылы баппен тыныс алу. Кеуде сүйегі кеңейе бастағанда, тыныс алуды тоқтатып, үзіліс жасау керек, кім қанша жасай алғанша. Сонан соң баппен тынысты мұрын арқылы шығару 5-10 рет қайталау. Жаттығу өте баяу, артық дыбыссыз орындалуы қажет. Күтілетін нәтиже: Орындайды: еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу, әртүрлі бағыттарда жүгіру дағдыларын ; Түсінеді: акробатикалық жаттығуларды өздігінше орындай білу шарттарын; Қолданады: тапқырлықтары мен ептіліктерін .			
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі <i>Иманпалуанға</i> ойын ережесін үйрету	тәрбиеленушісі <i>Еркебұланға</i> жалпы дамыту жаттығуларын үйрету.			тәрбиеленушісі <i>Үмітке</i> допты лақтырып, қағып алдуды үйрету.

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Бізді қоршаған әлем»

Уақыты: 21.02 – 25.02.2022ж IVапта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 21.02.2022	Сейсенбі 22.02.2022	Сәрсенбі 23.02.2022	Бейсенбі 24.02.2022	Жұма 25.02.2022
Ата-аналарға кеңес	Балаларды ауа райына сай киіндірулерін сұрау.	Жұқпалы аурулардын алдын алу туралы кеңес беру.			Жалпақтабандылықтың алдын алу туралы кеңес.
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Педагогикалық кеңестерге, семинарларға, әдістемелік кеңес отырыстарына қатысу. Әртүрлі сайыстарға қатысу, басылымдарға мақала дайындау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Тәрбиешілермен бірігіп отырып көрнекі құралдар жасау.	Бірлесе спорт құралдарын әзірлеу			Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдері айту
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Салауатты өмір» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; отырған күйінде алшақ аяқтың арасынан допты домалатып, орнынан тұрып қуып жетуге үйрету; 3 м қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяқпен секіруді жаттықтыру; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын	Тақырыбы: «Қайратты боламыз» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды тақтай бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтауға үйрету; балаларда нық қадаммен артқа; нық қадаммен алға жүру дағдыларын одан әрі жетілдіру; қимылды ойындары арқылы бір аяқтан бір аяққа секіру; гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу дағдыларын жетілдіру;			Тақырыбы: « Биік секіреміз» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды жылдам (10-20 метр) қарқында жүгіру дағдысын қалыптастыру; үлкен допты екі қолмен қағып алуға үйрету; тақтай бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау дағдыларын жетілдіру. Оқу қызметінің барысы: Педагог: - Балалар, қазір жылдың қай мезгілі? Дұрыс айтасындар. Қазір жылдың көктем мезгілі. - Көктем мезгілі келіп, айналаның барлығын құлпырып кетті. -

	қалыптастыру. Оқу қызметінің барысыПедагог интербелсенді тақтадан спортпен айналысып жүрген балалардың әрекетін көрсетеді. - Балалар, қараңдаршы, қанша бала спортпен айналысып жатыр, көрдіңдер ме? Сендер де айналысасыңдар ма? Жарайсыңдар! Балалар үнемі қимыл үстінде жүрсе, денсаулықтары мықты болатындарын айтып, тағы да үзінді көрсетеді: - Балалар, қараңдаршы, қандай көп балалар! Бір-бірімен жарысып, спортпен айналысып жатыр. Велосипедке мініп алып, зырылдап жүрсек те денсаулыққа пайда болады екен. Кәне, балалар, велосипедті қалай тебесіңдер, көрсетіңдерші? Тамаша! Олай болса, балалар, бір-бірімізге қарап: "Шынықсақ - шымыр боламыз!" - деп айтайықшы! Бүгін балалар, оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (кішкентай доптармен). Негізгі қимыл жаттығулары - Отырған күйінде алшақ	ептілікті дамыту. Оқу қызметінің барысы- Балалар, бұл ненің дыбысы болды екен? Бұл құстардың дыбысы. - Құстар қалай дыбыстайды? Тамаша! - Көктем мезгілі келісімен құстар жылы жақтан ұшып келеді. - Қане, қанаттарымызды құстар секілді қағып көрейікші. Жарайсыңдар! - Көктем мезгілінің басқа қандай белгілерін білесіңдер? Балалардың жауаптары. Педагог балаларға интербелсенді тақтадан көктем мезгіліне байланысты суреттерді көрсетеді. Жалпы дамыту жаттығулары(сылдырмақтармен). Негізгі қимыл жаттығуларыПедагог балаларға тақтай бойымен жүру жаттығуын көрсетеді. Тақтай бойымен жүру жаттығуы кезінде тепе-теңдікті сақтау керектігін айтады. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Педагог балаларға		Ағаштар гүлдеп, жер ақырындап жасыл түске боя бастады. Күннің көзі де шуақ шашып тұр. Жалпы дамыту жаттығулары (сылдырмақтармен). Негізгі қимыл жаттығулары Педагог балаларға жылдам (10-20 метр) қарқында жүгіру жаттығуын көрсетеді. Педагог балаларға бастарын төмен түсірмей, шалынып кетпей, аяқ-қолды бірге қозғалтып жүгіру керектігін айтады. Келесі педагог балаларға үлкен допты екі қолмен қағып алу жаттығуын көрсетеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Педагог балаларға "Жарайсыңдар!" деп шабыттандырып отырады. "Әдемі жүреміз" аз қимылды ойыны. Педагог балаларды қатарға тұрғызады. Қатар бойымен тұрған балалар, кезек-кезек тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру қажет. ҚОРЫТЫНДЫ Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтың көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: – Балалар, ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Бәріміз қарлығаш сияқты қанатымызды
--	---	---	--	--

	аяқтың арасынан допты домалатып, орнынан тұрып қуып жету; - 3 м қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяқпен секіру; "Допты қуып жет" Ойын басталмас бұрын педагог: - Балалар, бүгін қызық ойын бастайын деп тұрмыз. Қалай ойнау керектігін түсіндіремін. Педагог балаларды шеңберге тұрғызып, бір пысық баланы ортаға шығарып, ойынның шартын түсіндіреді. Ойынға қатысушы бала аяғын алшақ қойып тұзу тұрады, допты екі аяқтың арасына қояды . Педагог допты алға қарай домалатқан кезде бала жүгіріп, допты қуып жетуі керек. Белгілі нысанаға дейін допты жеткізбей қуып жетсе, жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог: - Балалар, тақтаға қарасаңдар, допты көресіңдер, сол доптар біртіндеп экран бетінен кеткенше сапқа тұрып үлгереміз. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: - Балалар, ақырын, асықпай жүріп, қолдарымызды жоғары көтереміз. Енді төмен түсіріп, саусақтарымыздың басын жыбырлатамыз, қолдарымыз	"Жарайсыңдар!" деп шабыттандырып отырады. "Көңілді секіреміз" Педагог балаларды екі топқа бөледі. Ойын жарыс түрінде өтеді. Балалар педагог белгілеген межеге дейін бір аяқтан бір аяққа секіріп жетуі керек. Белгіленген межеге жеткен кезде, еркін жүгіріп орындарына қайтады. Қай топтың балалары толықтай жүгіріп келеді, сол топ жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ Тыныс алу жаттығуларын жасау кезінде педагог балалардың қолдарын жоғары көтеріп, дем алып, қолдарын төмен түсіріп, дем шығару жаттығуларын дұрыс жасауын қадағалайды. Балалар шеңбер бойымен ақырын жүре отырып, қолдарын, аяқтарын сілкілеп, ағзаның толық дем алуына мүмкіндік береді. Тыныс алу жаттығуларының соңына қарай педагог оқу қызметінің аяқталғанын хабарлайды. Күтілетін нәтиже: Орындайды: қимылды ойындары арқылы бір аяқтан бір аяққа секіруді ; Түсінеді: ; балаларда нық қадаммен артқа; нық қадаммен алға жүру дағдыларын одан әрі			кеңге жайып көрсетейікші, балалар! Екі қолды қанат жасап қағып жүреміз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолымен қанат қаққан қимыл жасайды. – Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Жарайсыңдар! Бүгін негізгі қимыл жаттығуларын жақсы меңгердіңдер, рақмет, балалар! Ал қазір, оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: жылдам (10-20 метр) қарқында жүгіру дағдысы; Түсінеді: адамгершілік қасиеттері дамитынын; Қолданады: тақтай бойымен жүру кезінде тепетендікті сақтау дағдыларын.
--	--	--	--	--	---

	шаршап қалды. Орнымызда тұрып, аяқтарымызды көрсетейікші, балалар! Аяғымыздың басын жыбырлатамыз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен тыныс алу жаттығуларын жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Оқу қызметінде жақсы белсенділік көрсеткендерің үшін, рақмет, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын ; Түсінеді: акробатикалық жаттығуларды өздігінше орындай білу шарттарын; Қолданады: отырған күйінде алшақ аяқтың арасынан допты домалатуды.	жетілдіруді; Қолданады: дене шынықтыруға арналған киімдер, музыкалық аппаратура.			
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі <i>Айаруға</i> жылдам жүруді үйрету.	<i>Мединаға</i> жалпы дамыту жаттығуларын үйрету.			тәрбиеленушісі <i>Расулға</i> допты - дәлдеп лақтыруды үйрету.

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра

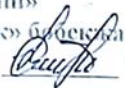
Өтпелі тақырып: «Салт-дәтүрлер мен фольклор»

Уақыты: 28.02-04.03. 2022 жыл І апта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 28.02.2022ж.	Сейсенбі 01.03.2022ж.	Сәрсенбі 02.03.2022ж.	Бейсенбі 03.03.2022ж.	Жұма 04.03.2022ж.
Ата-аналарға кеңес	Үйде бала денсаулығына көңіл бөлу туралы кеңес беру.	Жалпақ табандылықтың алдын алу туралы кеңес			Үйдеде шынықтыру шараларын орындауды тапсыру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Балалардың киіміне көңіл бөлу туралы әңгіме жүргізу	Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдері айту			Спорт киімдерін қадағалау.
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Қарлығаштай қайратты» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; еңкіс тақтайдың үстімен тізе мен саусақтарға сүйене отырып, төрт тағандап өрмелеуге үйрету; бір орында тұрып, арқаннан биікке секіріп, жерге табанмен түсуге жаттықтыру; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру	Тақырыбы: «Көктемгі жылғалар» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларға көлденең нысанаға допты домалатуды үйрету; қимылды ойындар арқылы жылдам қарқында жүгіру; әртүрлі бағыттарда жүгіру дағдыларын дамыту; дене жаттығуларына қызығушылықтарын арттыру; икемділікті дамыту. Оқу қызметінің барысы: Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтаға			Тақырыбы: Таза бұлақтай таза болайық! Мақсаты: Балаларды екі аяқпен секіруге үйрету (аяқтар бірге); қимылды ойындар арқылы жылдам қарқында жүгіру дағдыларын дамыту; дене жаттығуларына қызығушылықтарын арттыру; шапшаңдылықты дамыту. Оқу қызметінің барысы Көркем сөз. "Гүлдер" Гүлдер, гүлдер, шоқ гүлдер,

	Оқу қызметінің барысы:Педагог интербелсенді тақтадан көктемде құстардың ән салған дауысы мен бейнесін көрсетеді.Балалар, қараңдаршы, қанша құс ән салып жатыр, көрдіңдер ме? Сендерге ұнай ма? Жарайсыңдар! Балаларға жарты минуттық психогимнастика өткізу мақсатында педагог: -Балалар, бәрің көздеріңді жұмыңдаршы! Мен сендерге құстардың дауысын тыңдатамын, денелеріңді бос ұстап, ыңғайланып отырыңдар! Педагог интербелсенді тақтадан көктемде құстардың ән салған дауысын тыңдатады. Балалар, бәрің орманда жүргендей сезініңдер, бұл да денсаулыққа пайдалы болады екен. Кәне, балалар, көзімізді ашамыз, ұнады ма, сендерге? Тамаша! Олай болса, балалар, бір-бірімізге қарап: "Қарлығаштай қайратты боламыз!" - деп айтайықшы! Бүгін балалар, оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (сылдырмақтармен) Негізгі қимыл жаттығулары - Еңкіс тақтайдың үстімен тізе мен саусақтарға сүйене отырып, төрт тағандап өрмелеу; - Бір орында тұрып, арқаннан биікке секіріп, жерге табанмен түсу. "Пойыз" ойыны. ҚОРЫТЫНДЫ	аударарды. - Қараңдаршы, балалар, қар еріп, жылғалардан су ағып жатыр. - Жылғалардан ағып жатқан судың дыбысын естідіңдер ме? Сендерге ұнай ма? - Кәне, балалар, ағып жатқан бұлақтың дыбысын естіп көрейікші. - Бұлақ суы қатты ағады екен. Жақсы. - Көктемде табиғатта қандай өзгерістер болады? Балалардың жауаптары. - Көктем мезгілінде күн жылынады. Қар еріп кетеді, жылғалардан су ағады. Туған жерге құстар ұшып келеді. Ағаштар бүршік жарып, жапырақ жаяды бастайды. Жеміс ағаштары гүлдейді. Жалпы дамыту жаттығулары (шарлармен). Негізгі қимыл жаттығулары Педагог балаларға допты көлденең нысанаға домалату жаттығуын көрсетеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Педагог балаларға қолдау сөздерін айтуы керек. «Қасқыр мен қояндар» Педагог балалармен бірге «қасқырды» таңдайды. Қалған балалар «қояндар» болады. Педагог берген белгіден кейін «қояндар» әртүрлі бағытта жүгіріп қасқырдан қашады. «Қасқыр» ұстап алған «қояндар» саны 5-6-ға жеткенде,			Қызыл гүлдер, көк гүлдер, Тұра берші ырғалып, Тұра берші нұрланып! (Тұманбай Молдағалиев) Педагог балаларға көркем сөзді бірнеше қайтара айтқызады. – Балалар, гүлдер сендерге ұнайды ма? Иә. Көктем мезгілі келісімен гүлдер құлпырып өсе бастайды. Жалпы дамыту жаттығулары (шарлармен). Негізгі қимыл жаттығулары: - гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу; - тақтай бойымен жүру; - 4-6 м қашықтыққа тура бағытта еңбектеу. "Қоян секілді болайық" қимылды ойыны. - Балалар, қоян қалай секіретінін сендер өте жақсы білесіңдер. - Қазір бәріміз қоян секілді болып қос аяқтап, алға жылжи отырып секіреміз. Педагогтің белгісі бойынша балалар шеңбер бойымен алға жылжи отырып секіреді. ҚОРЫТЫНДЫ Аудиожазба бойынша педагог балалармен бірге жаттығуларды орындап, содан кейін ойын түрінде тапсырма береді. Алдымен балаларға шалқадан жерге жатып, қолдарын басқа жастанып, көздерін жұмып, қиялдау керегін айтады. Тыныш жатып, екі қолды екі жаққа
--	--	---	--	--	---

	Педагог: - Балалар, ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Бәріміз қарлығаш сияқты қанатымызды кеңге жайып, көрсетейікші, балалар! Қолдарымызбен желпиміз, енді жүреміз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен қаққан қанаттардың қимылдарын жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Жарайсыңдар! Бүгін негізгі қимыл жаттығуларын жақсы меңгердіңдер, рақмет, балалар! Ал қазір, оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: шеңберден сапқа ауысу дағдыларын ; Түсінеді: ойынның шартын; Қолданады: көрнекі құралдарды.	«қасқыр» ауысады. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог балаларға аудиожазбаны тыңдап отырып, судың дыбысымен ақырын жүруге шақырады.- Судың дыбысымен ақырын жүрейікші! Бәріміз су сияқты саусақтарымызды ырғақты қозғап көрсетейік. Тамаша! - Қолдарымызды қағамыз, енді жүреміз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолын қағады. - Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем аламыз. Қайтадан демімізді сыртқа шығарамыз. Бәрекелді! Күтілетін нәтиже: Орындайды: көлденең нысанаға допты домалатуды; Түсінеді: спорттың пайдалығын; Қолданады: дене жаттығуларына қызығушылықтарын.			жіберіп, саусақ бастарын қимылдату, тізені сәл бүгіп, екі аяқты кезекпен қозғау. Педагог өзі балалармен бірге ақырын орындарынан тұрып, шеңбер бойымен тыныс алу жаттығуларын жасап, балалармен залдан шығып кетеді. Күтілетін нәтиже: Орындайды: жылдам қарқында жүгіру дағдыларын ; Түсінеді: ойынның шартын; Қолданады: дене жаттығуларына икемділік ;
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі <i>Бекзат</i> қақолға арналған жаттығуларды үйрету	тәрбиеленушісі <i>Мансурға</i> допты дәлдеп лақтыруды үйрету			тәрбиеленушісі <i>Айсұлтанға</i> допты дәлдеп шығыршыққа лақтыруды үйрету.

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы

«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Толеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Салт- дәтүрлер мен фольклор»

Уақыты 07.03– 11.03.2022 ж

Папта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 07.03.2022ж.	Сейсенбі	Сәрсенбі 09.03.2022ж.	Бейсенбі 10.03.2022ж.	Жұма 11.03.2022ж.
Ата-аналарға кеңес					Дамытушы жаттығуларды жиі жасауға кеңес беру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс					Балалардың спорт киімдерінің толық болуын қадағалу.
Ұйымдастырылған оқу қызметтері					Тақырыбы: «Таза бұлақ» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін жетілдіру; 4-6 м қашықтыққа тура бағытта еңбектеуге үйрету; алға жылжи отырып, екі аяқпен секіруге жаттықтыру; отырған күйінде алшақ аяқтың арасынан допты домалатып, орнынан тұрып қуып жетуге жаттықтыру; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру. Оқу қызметінің барысы: Педагог: - Балалар, қазір музыка басталғанда әуенді тыңдай отырып, денемізді тік, әдемі ұстап

					жүреміз.Балалар музыка әуенімен сапта бірінің артынан бірі жүреді, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүреді, жәй қалыпқа түсіп, тез ойналған музыка әуенімен жүгіреді, бастарын төмен түсірмей, аяқтары шалыныспай, аяқ, қол қимылын сәйкестендіріп, еркін жүгіру қимылдары көрсетіледі. Жүріп келе жатып, шеңбер құрады және қайтадан сапқа тұрып, біртіндеп жүріп келе жатып жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрады.Жалпы дамыту жаттығулары (сылдырмақтармен) Негізгі қимыл жаттығулары - 4-6 м қашықтыққа тура бағытта еңбектеу; - Алға жылжи отырып, екі аяқпен секіру; "Сарбаздар" пысықтау ойынын өткізеді. Балалар шеңбер бойымен орындықтарда отырады. Педагог балаларға қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді еңбектеу жаттығуын тағы да қайталап көрсетеді. - Балалар, сендер болашақ сарбаздарсыңдар, әсіресе, ұл балалар. Сондықтан біз "Сарбаздар" ойынын өткіземіз. Қазір бәріміз шеңбер бойымен басымызды және денемізді тік ұстап, жүріп келе жатып, бір-бірден қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді еңбектеп өтуіміз қажет. Кім жаттығуды дұрыс орындайды, сол сарбаз болып есептеледі. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтаға аударады: - Балалар, тақтада үлкен жұдырықтың суреті тұр, сол жұдырықтағы саусақтар біртіндеп ашылып біткенше, сапқа тұрып үлгеріндер. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс
--	--	--	--	--	---

					алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: - Балалар, біз интербелсенді тақтадан жылғалардан аққан судың дыбысын естідік. Қазір интербелсенді тақта тағы да қосамын. Судың дыбысымен ақырын жүрейікші! Бәріміз су сияқты қолымыздың саусақтарын ырғақты қозғап, көрсетейікші, балалар! Қолдарымызбен желпиміз, енді жүреміз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен желпу қимылдарын жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Бәрекелді! Оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар, балалар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын; Түсінеді: 4-6 м қашықтыққа тура бағытта еңбектеуге үйретуді; Қолданады: бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс					тәрбиеленушісі Назымға допты лақтырып, тебуді үйрету.

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы

«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Толеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Салт- дәтүрлер мен фольклор»

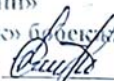
Уақыты: 14.03 – 18.03.2022 ж Шапта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 14.03.2022ж.	Сейсенбі 15.03.2022ж.	Сәрсенбі 16.03.2022ж.	Бейсенбі 17.03.2022ж.	Жұма 18.03.2022ж.
Ата-аналарға кеңес	Үйдеде шынықтыру шараларын орындауды тапсыру	Ата-аналарға спорттық киімдер туралы айту.			Балаларды ауа райына сай киіндірулерін сұрау.
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Бірлесе спорттық сайыстарды жоспарлау.				Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдері айту
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Наурыз құтты болсын!» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды өз бетінше сапқа тұруға үйрету; қимылды ойындар арқылы екі аяқпен секіру (аяқтар бірге) дағдыларын дамыту; Наурыз мерекесі туралы білімдерін толықтыру; оқу қызметіне деген қызығушылықтарын ояту; "Ақшамшық" ойынымен	Тақырыбы: Наурыз мерекесі келді Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтауға үйрету; қимылды ойындар арқылы жылдам қарқында жүгіру дағдыларын дамыту; ұлттық ойындарды ойнауға деген қызығушылықтарын ояу. Оқу қызметінің барысы: Педагог:			Тақырыбы: Наурыз келді, алақай! Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін жетілдіру; шеңбер бойымен қолдарынан ұстап жүгіруге үйрету; 4-6 м қашықтыққа тура бағытта еңбектеуге үйрету;

	таныстыру. Оқу қызметінің барысы:Педагог: – Балалар қазір жылдың қай мезгілі? Көктем. – Көктем мезгілінің қай айы? Наурыз. – Дұрыс айтасыздар. – Балалар, қазір көктем мезгілінің наурыз айы. – Көктем мезгілі үш айдан тұрады. – Олар Наурыз, Сәуір, Мамыр. Ай аттарын балалар бірге қайталайды. – Көктем мезгілінде табиғат қандай өзгеріске ұшырайды? – Көктемде қар еріп, күн жылынады, ағаштар бүршік жарып алғашқы гүл - бәйшешек шығады. – Көктемде үлкендердің көмегімен балабақша ауласында гүл егеміз, ағаштардың түптерін қопсытамыз. Көктем мезгілінің Наурыз айы адамдардың асыға күтетін мерекелерінің бірі. Жалпы дамыту жаттығулары (шарлармен). Негізгі қимыл жаттығулары - арқан бойымен жүру; - гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу. "Қоян секілді болайық" қимылды ойыны.	– Балалар, көктем мезгілінде адамдардың асыға күтетін қандай мерекесін білесіңдер? Наурыз меркесі. Тамаша. – Наурыз - достық, еңбек мерекесі. Ұлыстың ұлы күні адамдар бір-біріне деген реніштерін ұмытып өзіне де, өзгеге де жақсылық тілеген. Бұл күні күн мен түн теңеледі. Табиғат та, Жер Ана да, жан-жануарлар да түлейді. Адамзаттың бойында қан жүгіріп, тал-теректер бүршік жарадыЖалпы дамыту жаттығулары (шарлармен). Негізгі қимыл жаттығулары Педагог барлық балаға шеңбер бойымен қолдан ұстап жүгіру жаттығуын көрсетіп жаттықтырады. Жаттығуды жасау техникасын естеріне түсіреді. Жүгірген кезде бірін-бірі жұлқымай, бір мезгілде қолдан ұстап, бірге жүгіру керегін түсіндіреді. "Арқан тарту" қимылды ойыны. "Арқан тарту" ойынында педагог балаларды екі командаға бөліп, ортадан шекара сызығын бөледі. Екі топтың балалары екі жақта тұрып, ортадағы арқанды тартуы тиіс. Қай топтың балалары арқанды өздеріне қарай тартып кетеді, сол топ жеңген болып есептеледі.			саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру. Оқу қызметінің барысы: Педагог балаларды шеңберге тұрғызып, психогимнастика өткізеді: - Жарқын күн! (балалар қолдарымен үлкен шеңбер жасайды), - Алтын күн! (балалар қолдарын біріктіріп, алақандарына үреді). - Наурыз келді, (балалар қолдарын жанына жаяды), - Құтты күн! (балалар қолдарын жоғары көтереді). - Балалар, Наурыз мерекесі де келді, бұл мереке салт-дәстүріміздің мерекесі. Интербелсенді тақтадан Наурыз мерекесіне орай өткізілген шараны көрсетеді. Балалар, қараңдаршы, Наурыз мерекесінде қаншама адам жиналған? Сендерге ұнай ма? Ал бата беріп жатқан Қызыр ата! Иә, Наурыз мерекесінде бата береді екен. Жарайсыңдар! Тамаша! Олай болса, балалар, бір-бірімізге қарап: "Наурыз құтты болсын!" - деп айтайықшы! Бүгін балалар, сендерде мерекелік көңіл-күй,
--	--	--	--	--	--

	- Балалар, қоян қалай секіретінін сендер өте жақсы білесіңдер. - Қазір бәріміз қоян секілді болып қос аяқтап, алға жылжи отырып секіреміз. Педагогтің белгісі бойынша балалар шеңбер бойымен алға жылжи отырып секіреді. ҚОРЫТЫНДЫ – Қарандаршы, балалар "Қара жорға" биін билеп жатыр. – Сендердің де билегілерін келеді ме? Балалар қуана келіседі. – Олай болса, бәріміз "Қара жорға" билеп, сергіп алайық. Балалар педагогпен "Қара жорға" биін билейді. Соңында шеңбер бойымен жүріп, залдан шығып кетеді. Күтілетін нәтиже: Орындайды: қимылды ойындар арқылы екі аяқпен секіру (аяқтар бірге)дағдыларын; Түсінеді: өз бетінше сапқа тұруды; Қолданады: оқу қызметіне деген қызығушылықтарын ;	ҚОРЫТЫНДЫ– Қарандаршы, балалар "Қара жорға" биін билеп жатыр. – Бізде балалар секілді, билесек қалай қарайсыңдар? Тамаша! Балалар педагогпен "Қара жорға" биін билейді. Соңында шеңбер бойымен жүріп, залдан шығып кетеді. Күтілетін нәтиже: Орындайды: қимылды ойындар арқылы жылдам қарқында жүгіру дағдыларын ; Түсінеді: ойынның шартын; Қолданады: арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау			сондықтан оқу қызметінде ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (шариктермен) Негізгі қимыл жаттығулары - Шеңбер бойымен қолдарынан ұстап жүгіру; - 4-6 м қашықтыққа тура бағытта еңбектеу. "Арқан тарту" ойыны ҚОРЫТЫНДЫ Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтаға аударады: - Балалар, тақтаға қарандаршы, ненің суретін көріп тұрсыңдар? Велосипедтердің, жарайсыңдар. Енді сол велосипедтер жан-жаққа бір-бірлеп зырылдап кеткенше, сендер сапқа тұрып үлгерулерің керек. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтың көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: - Балалар, біз интербелсенді тақтадан Наурыз мерекесінде "Қара жорға" биінің флеш-мобын көрдік. Қазір интербелсенді тақта
--	---	--	--	--	--

					тағы да қосамын. Сол әуенмен ақырын жүрейікші! Бәріміз қолымыздың саусақтарын ырғақты қозғап, көрсетейікші, балалар! Қолдарымызбен желпиміз, енді жүреміз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен желпу қимылдарын жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Бәрекелді! Оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіруді; Түсінеді: нұсқаушының берген белгісіне жылдам әрекет ету керектігін ; Қолданады: 4 -6 м қашықтыққа тура бағытта еңбектеуді.
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі <i>Қолғанатқа</i> жалпы дамыту жаттығуларын үйрету.	тәрбиеленушісі <i>Көзайымға</i> кегелдерді дәлдеп құлатуды үйрету.			тәрбиеленушісі <i>Бекзатқа</i> кегелдерді дәлдеп құлатуды үйрету.

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы

«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Толеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Салт- дәтүрлер мен фольклор»

Уақыты: 23. 03– 25.03.2022ж IVапта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 21.03.2022	Сейсенбі 22.03.2022	Сәрсенбі 23.03.2022ж.	Бейсенбі 24.03.2022ж.	Жұма 25.03.2022ж.
Ата-аналарға кеңес					Балаларды ауа райына сай киіндірулерін сұрау.
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Педагогикалық кеңестерге, семинарларға, әдістемелік кеңес отырыстарына қатысу. Әртүрлі сайыстарға қатысу, басылымдарға мақала дайындау				
Тәрбиешілермен жұмыс					Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдері айту
Ұйымдастырылған оқу қызметтері					Тақырыбы: «Өнерлі балалармыз». Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды допты тәрбиешіден 1-1,5 метр арақашықтықта лақтыруға үйрету; өз бетінше сапқа тұруға дағдыландыру; допты көлденең нысанаға домалату дағдыларын дамыту. Оқу қызметінің барысы: - Қараңдаршы, өнерлі балалар би билеп жүр. - Балалар, "Өнер көзі - халықта" деп айтайықшы.

					Тамаша! Жалпы дамыту жаттығулары (жалаушалармен). Негізгі қимыл жаттығулары. Педагог балаларға допты 1-1,5 метр арақашықтықта лақтыру жаттығуын көрсетеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Педагог балаларға "Жарайсыңдар!" деп шабыттандырып отырады. "Допты домалат" қимылды ойыны. - Балалар, бұл ойынды тағы да екі топпен орындаймыз. Қазір сендерге допты қалай домалату керек екенін көрсетемін, допты жеңіл ұстап, дәлдеп домалатуымыз керек. Педагог балаларды екі топқа бөліп, допты белгіленген нысанаға домалатудың негізгі нүктесін көрсетіп және қалай домалату керекін тағы да балалардың есіне салады. Доп домалатушы балалар негізгі нүктеден шықпай, допты ережеге сай дәлдеп домалату тиіс. Допты нысанаға дәлдеп
--	--	--	--	--	---

					домалатқан топтың балалары жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ Тыныс алу жаттығуларын жасау кезінде педагог балалардың қолдарын жоғары көтеріп, дем алып, қолдарын төмен түсіріп, дем шығару жаттығуларын дұрыс жасауын қадағалайды. Балалар шеңбер бойымен ақырын жүре отырып, қолдарын, аяқтарын сілкілеп, ағзаның толық дем алуына мүмкіндік береді. Тыныс алу жаттығуларының соңына қарай педагог оқу қызметінің аяқталғанын хабарлайды. Күтілетін нәтиже: Орындайды: допты нұсқаушыдан 1-1,5 метр арақашықтықта лақтыруды ; Түсінеді: нұсқаушының берген белгісіне жылдам әрекет ету керектігін ; Қолданады: допты көлденең нысанаға домалату дағдыларын.
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс					тәрбиеленушісі <i>Айаруға</i> допты дәлдеп лақтыруды үйрету.

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Салт- дәтүрлер мен фольклор»

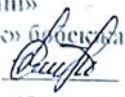
Уақыты: 28.03-01.04.2022 жыл ІІІ апта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 28.03.2022ж.	Сейсенбі 29.03.2022ж.	Сәрсенбі 30.03.2022ж.	Бейсенбі 31.03.2022ж.	Жұма 01.04.2022ж.
Ата-аналарға кеңес	«Бала денсаулығына пайдалы» кеңестер беру	Күнделікті үйде балаларымен бірлесе шынығу шараларын жасауды тапсыру			Үйдеде шынықтыру шараларын орындауды тапсыру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				
Тәрбиешілермен жұмыс	Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдерін айту	Спорттық сайысқа балаларды екі топқа бөліп жарыстыру жайлы айту.			Сайысқа керекті құралдарды әзірлеу.
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Аттап секіреміз» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларда нық қадаммен артқа; нық қадаммен алға жүру дағдыларын одан әрі жетілдіру; қимылды ойындары арқылы бір аяқтан бір аяққа секіру іскерліктерін дамыту; негізгі қимыл жаттығуларын пысықтау. Оқу қызметінің барысы: Көркем сөз. "Көктем" Бұлбұл сайран шат үнді,	Тақырыбы: «Айгөлек, би билейміз дөңгелеп!» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін жетілдіру; жіптен жанымен аттап секіруге үйрету; еңкіс тақтайдың үстімен төрт тағандап тізе мен саусаққа сүйеніп өрмелеуді үйрету; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру. Оқу қызметінің барысы: Оқу			Тақырыбы: «Айтшы, ғарыш алыс па?» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды тізені биікке көтере отырып жүруге үйрету; жылдам (10-20 метр) қарқында жүгіру дағдысын дамыту; доғаның астымен өрмелеу (еңбектеу) іскерліктерін жетілдіру; негізгі қимылдарды орындауға ынталандыру. Оқу қызметінің барысы: Педагог: – Балалар, көктем мезгілінде

	Ну тоғайға шақырды. Таудан аққан өзен де Бар даусымен "ақырды". Жайраңдасып жас-кәрі, Құстар келе бастады. Қыс киген ақ шапанды, Көктем жыртып тастады. (Көмек Ыбыраев) Жалпы дамыту жаттығулары Негізгі қимыл жаттығулары Педагог барлық балаға шеңбер бойымен бір-бірінің қолынан ұстап жүгіру жаттығуын көрсетіп жаттықтырады. Жүгірген кезде бір-бірін жұлқымай, бір мезгілде қолдан ұстап, бірге жүгіру керегін түсіндіреді. Педагог балаларға жіптен бір жанымен аттап секіру жаттығуын көрсетеді. Балалардың естеріне түсіреді. Екінші қиғаш тақтайдың үстімен төрт тағандап тізе мен саусаққа сүйеніп өрмелеу жаттығуларын орындайды. Педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Жіптен жанымен аттап секіру жаттығуын жасау кезінде балалардың денесін меңгере алмай, құлап қалмауына көңіл бөледі. Қиғаш тақтайдың үстімен төрт	қызметі алдында педагог балаларды шеңберге тұрғызып, "Айгөлек" әуенінің негізінде психогимнастика өткізеді:- Айгөлек, айдың жүзі дөңгелек! (балалар қолдарымен үлкен дөңгелек жасайды), - Айдан шыққан кезімде би билейміз дөңгелеп! (балалар орындарында тұрып айналады). - Көздерім "Күн" дейді, (балалар қолдарымен көздерін жабады), - Ауызым "Ай" дейді, (балалар қолдарымен ауызын көрсетеді). - Қолдарым "Айгөлек" дейді (балалар орындарында тұрып айналады). Жарайсыңдар! Балалар! Тамаша! Балалар, бір-бірімізге қарап: "Айгөлек, би билейміз дөңгелеп!" - деп айтып, орнымызда тұрып, айналайықшы! Бүгін балалар, сендерде мерекелік көңіл-күй, сондықтан оқу қызметінде ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (шариктермен) егізгі қимыл жаттығулары. - Жіптен жанымен аттап секіру; - Еңкіс тақтайдың үстімен төрт тағандап тізе мен саусаққа сүйеніп өрмелеу. "Арқан тарту" Педагог: - Балалар, өткен оқу қызметінде Наурыз мерекесіне байланысты		несше ай бар? Үш ай бар. – Қазір көктем мезгілінің қай айы? Сәуір. Дұрыс айтасыңдар. – Сәуір айында қандай мерекелер болады? – Ғарышкерлердің мерекесі. 12 сәуір- Ғарышкерлер күні. – Балалар, ғарышқа ұшатын адамды кім дейміз? Ғарышкерлер. Дұрыс. - 12 сәуір күні біз Ғарышкерлер күнін атаймыз. Ғарышкерлер ғарышқа ұшып, оны зерттейді. Юрий Гагарин, Тоқтар Аубакиров, Талгат Мусабаев - ғарышқа тұңғыш ұшқан ғарышкерлер. - Ғарышкер болу үшін, көп шынығу керек. Жатып орындалатын жаттығулар. Негізгі қимыл жаттығулары -Жылдам жүгіру (10-20 метр). -Доғаның астымен өрмелеп өту. "Доға астынан" Педагог балаларды екі топқа бөледі. Педагогтің белгісінен кейін балалар доға астынан еңбектеп өтеді де, артқа қайтады. Өз командасына алақанмен ұрып, эстафетаны береді. Біріші болып доғадан толықтай өткен топ балалары жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ
--	---	---	--	--

	тағандап тізе мен саусаққа сүйеніп өрмелеу жаттығуын жасау кезінде дене тепе-теңдігін сақтап, епті болуды ескертеді. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Ептісіңдер!", "Жылдамсыңдар!" және "Тамаша!", "Бәрекелді!" деген сөздер айтып, шабыттандырып отырады. "Көңілді секіреміз" қимылды ойыны. ҚОРЫТЫНДЫ Тыныс алу жаттығуы. "Бір мұрын қуысымен тыныста". Мақсты: балаларды тыныс алу бұлшық еттерін, жоғарғы және мұрын қуыстарындағы тыныс алу жолдарын шынықтыра білуге үйрету. Бастапқы қалып - отырып, тұрып, денені тұзу, бос ұстау. Оң қолдың сұқ саусағымен он мұрын қуысын жауып, сол мұрын қуысымен ақырын ұзақ тыныс алу (төмен, орташа, жоғары тыныспен) Тыныс алып болған соң, мұрынның оң қуысын ашып, сол қолдың сұқ саусағымен сол мұрын қуысын жауып, оң мұрын қуысымен ұзақ тынысты сыртқа шығару керек, қарында «шұқыр» болғанша. 3-4 рет. (осылайша келесі мұрын қуысымен де).	"Арқан тарту" ойынын ойнадық. Бір команданың күші аздау болып қалды. Сол команда бүгін қайтадан күшін сынамақшы. Ол үшін бәрің де күштеріңді жинап, мықты болуларың керек, әсіресе, ұл балалар, арқан тартуға дайынсыңдар ма? "Арқан тарту" ойынында педагог балаларды екі командаға бөліп, ортадан шекара сызығын бөледі. Екі команданың балалары екі жақта тұрып, ортадағы арқанды тартулары тиіс. Қай команданың балалары арқанды өздеріне қарай тартып кетеді, сол команда жеңген болып есептеледі. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог: - Балалар, біз интербелсенді тақтадан "Айгөлек" биін көрдік. Қазір интербелсенді тақта тағы да қосамын. Сол әуенмен ақырын жүрейікші! Бәріміз қолымыздың саусақтарын ырғақты қозғап, көрсетейікші, балалар! Қолдарымызбен желпиміз, енді жүреміз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен желпу қимылдарын жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Тамаша! Бәрің де керемет белсенді болдыңдар, рақмет! Сау болыңдар! Күтілетін нәтиже:		"Бір мұрын қуысымен тыныста" тыныс алу жаттығуы. Мақсты: балаларды тыныс алу бұлшық еттерін, жоғарғы және мұрын қуыстарындағы тыныс алу жолдарын шынықтыра білуге үйрету. Бастапқы қалып - отырып, тұрып, денені тұзу, бос ұстау. Оң қолдың сұқ саусағымен он мұрын қуысын жауып, сол мұрын қуысымен ақырын ұзақ тыныс алу (төмен, орташа, жоғары тыныспен) Тыныс алып болған соң, мұрынның оң қуысын ашып, сол қолдың сұқ саусағымен сол мұрын қуысын жауып, оң мұрын қуысымен ұзақ тынысты сыртқа шығару керек, қарында «шұқыр» болғанша. 3-4 рет. (осылайша келесі мұрын қуысымен де) Күтілетін нәтиже: Орындайды: жылдам (10-20 метр) қарқында жүгіру дағдысын ; Түсінеді: тізені биікке көтере отырып жүруді; Қолданады: іскерлік , шапшаңдық , ептілік дағдыларын;
--	---	---	--	---

	Күтілетін нәтиже: Орындайды: нық қадаммен артқа; нық қадаммен алға жүру дағдыларын ; Түсінеді: нұсқаушының берген белгісіне жылдам әрекет ету керектігін ; Қолданады: негізгі қимыл жаттығуларын пысықтауды.	Орындайды: сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіруді ; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: кішкентай шариктер кішкентай шариктер.			
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі <i>Әділжанға</i> негізгі қимылдарды үйрету	тәрбиеленушісі <i>Ерханға</i> жалпы дамыту жаттығуларын үйрету			тәрбиеленушісі <i>Адинаға</i> допты дәлдеп шығыршыққа лақтыруды үйрету.

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Толеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Табиғаттың гүлденуі»

Уақыты: 04.04-08.04. 2022 жыл I апта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 04.04.2022ж.	Сейсенбі 05.04.2022ж.	Сәрсенбі 06.04.2022ж.	Бейсенбі 07.04.2022ж.	Жұма 08.04.2022ж.
Ата-аналарға кеңес	Жалпақ табандылықтың алдын алу туралы кеңес	Үйде бала денсаулығына көңіл бөлу туралы кеңес беру.			Үйде дене шынықтыру шараларын орындауды тапсыру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Ғарыш деген ғажайып» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларда екі аяқпен тура секіру дағдыларын қалыптастыру; тізені биікке көтере отырып жүру дағдыларын дамыту; қимылды ойын арқылы допты екі қолмен домалату дағдыларын жетілдіру. Оқу қызметінің барысы: – Қараңдаршы, түнгі аспан қандай әдемі! – Сендерге түнгі аспан ұнайды ма? Маған да ұнайды. – Қалай ойлайсыңдар жұлдыз деген не? Олар неге ұқсайды? Балалардың жауаптары. – Біз жұлдыздарға қарағанда олар кішкентай ұсақ болып көрінеді. Өйткені олар өте	Тақырыбы: «Ғажайып ғарыш» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; жіптен екі аяқпен секіруге үйрету; орындықтың үстімен тізені жоғары көтеріп жүруге үйрету; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру. Оқу қызметінің барысы: - Балалар, қараңдаршы, қаншама ғарыш кереметтерін көріп тұрсыңдар? Сендерге ұнай ма? Жарайсыңдар! Балаларға жарты минуттық психогимнастика өткізу мақсатында педагог: -Балалар, бәрің көздеріңді			Тақырыбы: «Жер-Ананы қадірлейік!» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды екі аяқпен секіруге (аяқтар алшак) үйрету; тізені биікке көтере отырып жүру дағдыларын дамыту; қимылды ойын арқылы допты тордан өткізе лақтыру іскерліктерін дамыту. Оқу қызметінің барысы: Педагог балаларды шаттық шеңберіне шақырады. – Балалар, қане, бәріміз әдемі болып шеңберге тұрайық. Шаттық шеңбері. Кел достарым, келіндер, Қолдарыңды беріндер. Шаттық толы шеңберге, Қуанышпен еніңдер. Шақырамын сендерді, Жолдастарым кел бері Толтырайық шаттыққа

	биік жоғарыда орналасқан. Суреттер көрсету. – Суретте не көріп тұрсыңдар? Зымыран, күн, жұлдыз, ай. – Зымыран, күн, жұлдыз, ай барлығы қайда орналасқан? Аспан әлемінде. – Аспан әлеміне, ғарышқа немен ұшады? Зымыранмен. Жақсы. – Ғарышқа саяхатқа шығу үшін, біз күнді денемізді шынықтыруымыз керек. Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен). Негізгі қимыл жаттығулары Педагог балаларға екі аяқпен тура секіру жаттығуын көрсетеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Ептісіңдер!", "Жылдамсыңдар!" және "Керемет!", "Жарайсыңдар!" деген сөздер айтып, шабыттандырып отырады. "Қолмен допты домалату" қимылды ойыны. Топты екі командағы бөлеміз.	жұмындаршы! - Ғарыш, ғарыш (балалар қолдарын жоғары көтереді), - Бізден алыс (балалар қолдарымен беттерін жабады). - Ғарыш, ғарыш (балалар қолдарын жоғары көтереді), - Бару алыс (балалар қолдарымен беттерін жабады). Мен сендерге ғарыштың дыбысын тыңдатамын, денелеріңді бос ұстап, ыңғайланып отырыңдар! Педагог интербелсенді тақтадан ғарыштың өзіне тән дыбысын тыңдатады. Жалпы дамыту жаттығулары (жалаушалармен) негізгі қимыл жаттығулары Жіптен екі аяқпен секіру; - Орындықтың үстімен тізені жоғары көтеріп жүру. "Кенгуру" Педагог балаларды екі командаға тұрғызып, сызық бойымен аттап секіру керектігін айтады. Әр командадан шыққан бала ережеге сай тапсырмаларда орындаулары керек. Балалардың қайсысы ережеге сай және сызық бойымен аттап секіреді, сол балалар жеңген болып есептеледі. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог балаларды бубеннің сигналы бойынша сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу		Дөңгеленген шеңберді. – Біздің туған жеріміз қалай аталады? Қазақстан. – Туған жер туралы мақал-мәтел білесіңдер ме? Мақал-мәтел. Туған жер - тұғырың, Туған ел - қыдырың. Жалпы дамыту жаттығулары "Зырылдауық" жаттығуы. – Бастапқы қалып: аяқ сәл алшақ, қол төмен. – қолды екі жаққа созу. – екі қолды кеуде тұсына әкеліп, бір-бірінен айналдырып, "p-p-p" деп айту. – қолды екі жаққа созу. – бастапқы қалыпқа келіп, "төмен"деу. – бастапқы кезде қолды ақырын айналдыру, біртіндеп жылдам айналдыру Негізгі қимыл жаттығулары Педагог балаларға екі аяқпен секіруге (аяқтар алшақ) жаттығуын көрсетеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Ептісіңдер!", "Жылдамсыңдар!" және "Керемет!", "Жарайсыңдар!" деген сөздер айтып, шабыттандырып отырады.
--	---	--	--	--

	Бірінің артына бірі тұрады. Әр команданың алдында бір-бір доптан тұрады. Педагогтің белгісімен алдында тұрған бала допты домалатып, 5-6 м жердегі затты айналып өтіп өз командасына береді. Қай команда бірінші бітсе сол команда жеңеді. ҚОРЫТЫНДЫ "Өз тынысымызды тындайық" тыныс алу жаттығуы. Тыныштықта балалар өз тыныстарына құлақ салып тындайды және оны ажыратады. – ауа қайдан шығып, қайда (түседі) барады; – тыныс алғанда және тынысты шығарғанда қандай дене мүшелері қозғалысқа келеді (қарын, кеуде сүйегі, иық және барлық дене мүшелері-толқын тәріздес); – қандай тыныс (жеңіл немесе терең) – тыныс алудың жиілігі: тыныс алу мен шығару жиі-жиі немесе баппен белгілі бір ара қашықтықпен (автоматтық үзіліспен). Күтілетін нәтиже: Орындайды: екі аяқпен тура секіру дағдыларын; Түсінеді: қимылды ойын арқылы допты екі қолмен домалатуды; Қолданады: өзіне-өзі қызмет	жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: – Балалар, ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Біз бүгін ғарышты көрдік. Ғарыштағы денелер қалай қозғалады екен, көрсетейікші, балалар! Қолдарымызбен ақырын қимылдар жасаймыз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен ғарыш денелерінің қимылдарын жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Жарайсыңдар! Бүгінгі оқу қызметінде жақсы белсенділік көрсеттіңдер, рақмет, балалар! Ал қазір сабақ аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіруді; Түсінеді: жіптен екі аяқпен секіруді; Қолданады: саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын;			"Секіреміз" қимылды ойыны. Педагог балаларды екі топқа бөледі. Ойын жарыс түрінде өтеді. Балалар педагог белгілеген межеге дейін екі аяқпен секіріп (аяқтар алшақ) жетулері керек. Белгіленген межеге жеткен кезде, еркін жүгіріп орындарына қайтады. Қай топтың балалары толықтай жүгіріп келеді, сол топ жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ "Ауа шары" тыныс алу жаттығуы. Бастапқы қалып-арқаға жатып, аяқты созып, денені бос ұстап, көзді жұмып қою. Бұл жаттығуды тұрып та орындауға болады. Баппен баяу тыныс алу, іш баппен жоғары көтеріліп, дөңгелек шарша үріледі. Ішті баппен арқаға тартып-баяу баппен тынысты шығару (4-10 рет қайталау). Күтілетін нәтиже: Орындайды: екі аяқпен секіруді (аяқтар алшақ) Түсінеді: тізені биікке көтере отырып жүру дағдыларын; Қолданады: қимылды ойын арқылы допты тордан өткізуді;
--	--	---	--	--	--

	көрсетудің бастапқы дағдыларын				
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Тәрбиешілермен жұмыс	Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдері айту	Балалардын киіміне көңіл бөлу туралы әңгіме жүргізу			Спорт киімдерін қадағалау.
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі <i>Амир</i> қолға арналған жаттығуларды біледі.	тәрбиеленушісі <i>Әділжан</i> допты дәлдеп лақтыруды біледі.			тәрбиеленушісі <i>Адия</i> допты дәлдеп шығыршыққа лақтыруды біледі.
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Толеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Біз еңбекқор баламыз»

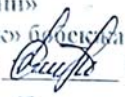
Уақыты: 11.04– 15.04.2022 ж Папта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 11.04.2022ж.	Сейсенбі 12.04.2022ж	Сәрсенбі 13.04.2022ж.	Бейсенбі 14.04.2022ж.	Жұма 15.04.2022ж.
Ата-аналарға кеңес	Жалпақ табандылықтың алдын алу туралы кеңес	Үйде бала денсаулығына көңіл бөлу туралы кеңес беру.			Дамытушы жаттығуларды жиі жасауға кеңес беру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Туған жер – тұғырың» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды допты тура нысанға оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп лақтыру; нық қадаммен алға, нық қадаммен артқа жүру, тізені биікке көтере отырып жүру дағдыларын дамыту; қимылды ойындар арқылы әртүрлі бағыттарда жүгіру техникаларын арттыру; оқу қызметін пысықтау. Оқу қызметінің барысы: Көркем сөз. "Туған жер" Туған жер, алтын бесігім, Тербетгің мені төсінде. Жүреді сенің есімің Ержеткен кезде есімде. (Қуандық Шаңғытбаев)	Тақырыбы: «Жер-Ана құшағында» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; қапшаны басына қойып, тіке жүруге үйрету; жіптен жанымен аттап секіруге үйрету; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру. Педагог интербелсенді тақтадан жердің қасиеті туралы көрініс көрсетеді. Балалар, қараңдаршы, жердің қасиетті екенін көріп тұрсыңдар? Жер бізге анамыз сияқты. Біз жерде бәрін аламыз. Су, тамақ, көкөніс, жеміс сияқты			Тақырыбы: «Талшыбықтай майысып» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды шеңбердегі өз орнын табу (бағдары бойынша) дағдыларын қалыптастыру; еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу дағдыларын дамыту; ептілікті дамыту; оқу қызметін пысықтау Оқу қызметінің барысы: Көркем сөз. "Торғай ағаш қорғайды". Шыр, шыр еткен торғайды Қорғамасаң болмайды. Кіп-кішкентай торғайлар Ағаштарды қорғайды. (Қабылхан Күзембай) – Балалар, тапқта не туралы айтылған? Торғай ағаштарды қорғайды дейді. – Иә, тек торғайлар емес, бізде ағаштарды қорғау керекпіз.

	Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен). Негізгі қимыл жаттығулары Педагог балаларға допты тура нысанға оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп лақтыру жаттығуын көрсетеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Ептісіңдер!" және "Керемет!", "Жарайсыңдар!" деген сөздер айтып, шабыттандырып отырады. "Көлік пен торғайлар" қимылды ойыны. Әр бала "торғай" болып орындықта отырады. Педагог "көлік" болады. Педагог белгісі бойынша "торғайлар" залдың ортасында кез-келген бағытта жүгіріп ойнайды. Педагогтің "Көлік келе жатыр. "Абай болыңдар" деген белгісінен кейін балалар жүгіріп орындарына "ұяларына" бару керек. Ойын 4-5 айналымды құрайды. ҚОРЫТЫНДЫ "Бір мұрын қуысымен тыныста" тыныс	көп нәрсе жерде өндіріледі. Сендерге ұнай ма? Жарайсыңдар! Балаларға жарты минуттық психогимнастика өткізу мақсатында педагог: - Жер-Ана! (балалар қолдарын жоғары көтереді), - Кең дала! (балалар қолдарын жанына жібереді), - Құшағың (балалар қолдарын жоғары көтеріп, үлкен шеңбер жасайды), - Иен дала! (балалар қолдарын жанына жібереді). - Балалар, жер қандай болады? Ү-ү-үлкен шар сияқты болады екен! Кәне, бәріміз үлкен шарды көрсетейікші! Тамаша! Бүгін балалар, оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (жалаушалармен) Негізгі қимыл жаттығулары - Қапшаны басына қойып, тіке жүру; - Жіптен жанымен аттап секіру. "Мысық пен тышқан" "Мысық пен тышқан" ойынында педагог балаларды шеңберге тұрғызады. Бір бала мысықтың, екінші бала тышқанның рөлінде ойнаулары қажет. Қалған балалар тышқанның інін жасап, шеңбер бойымен тұрады. Тышқан інінің ішінде,		– Балалар, ағаштар туралы не білесіңдер? Иә, ағаштар далада, орманда, аулада өседі. – Ағаштарды өсімдіктерге жатқызамыз. Дала өсімдіктері аса күтімді қажет етпейді. Ал, бақша өсімдіктеріне көп күтім қажет. Оларды суарамыз, суарудың да көптеген әдістері бар. Ағаштың діңін ағашқа құрт түспеуі үшін ақтаймыз. Тыңайтқыштар береміз. Өйткені күтімді уақытылы жасаса жемісті мол береді. Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтадағы бейнежазбаға аударады. ысып» Жалпы дамыту жаттығулары (орамалдармен). Негізгі қимыл жаттығулары: Педагог балаларға шеңбердегі өз орнын табу жаттығуын көрсетеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Ептісіңдер!", "Жылдамсыңдар!" және "Керемет!", "Жарайсыңдар!" деген сөздер айтып, шабыттандырып отырады. "Құрсаудан өт" қимылды ойыны. Педагог балаларды екі топқа бөледі. Педагогтің белгісінен кейін алдыда тұрған балалар тез жүгіріп, құрсаудан еңбектеп өтіп, өз командасына алақанмен ұрып,
--	--	---	--	---

	алу жаттығуы. Мақсты: балаларды тыныс алу бұлшық еттерін, жоғарғы және мұрын қуыстарындағы тыныс алу жолдарын шынықтыра білуге үйрету. Бастапқы қалып - отырып, тұрып, денені тұзу, бос ұстау. Оң қолдың сұқ саусағымен он мұрын қуысын жауып, сол мұрын қуысымен ақырын ұзақ тыныс алу (төмен, орташа, жоғары тыныспен) Тыныс алып болған соң, мұрынның оң қуысын ашып, сол қолдың сұқ саусағымен сол мұрын қуысын жауып, оң мұрын қуысымен ұзақ тынысты сыртқа шығару керек, қарында «шұқыр» болғанша. 3-4 рет. (осылайша келесі мұрын қуысымен де). Күтілетін нәтиже: Орындайды: нық қадаммен алға, нық қадаммен артқа жүру, тізені биікке көтере отырып жүру; Түсінеді: қимылды ойындар арқылы әртүрлі бағыттарда жүгіру техникаларын; Қолданады: қимылды ойындар арқылы әртүрлі бағыттарда жүгіруді;	мысық шеңбер сыртында жүреді. Балалар қолдарынан ұстап шеңбер жасап, мысық кіріп кетпес үшін отырады, балалар орындарынан тұрған кезде мысық ебін тауып ішке кіріп, тышқанды ұстап алуы қажет. Тышқан шеңберден серуенге шыққанда мысық оны аңдып ұстап алуға әрекет жасайды, тышқан мысықтан қашып, қайтадан ініне кіріп кетуіне болады. Мысық пен тышқанның рөліне педагог алғашқыда пысық балаларды тағайындауы тиіс. Егер тышқан мысыққа ұстатпай ойын ұзаққа созылатын болса, педагог балаларды ауыстырады" ҚОРЫТЫНДЫ Педагогтің дауысы шығады: 1, 2, 3, 4, 5. Бұл әдіс балаларға таныс. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: - Балалар, ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Біздің Жер-Анамыз да асықпай, жұмыстардың тындырымды жасалғанын жақсы көреді. Жер айналғанда шеңбер сияқты ақырын қозғалады екен, сол қимылды көрсетейікші, балалар! Қолдарымызбен ақырын үлкен шеңбер жасаймыз және бірнеше дөңгелек қимылдар жасаймыз.		эстафетаны береді, эстафета жалғаса береді. Біріші болып жеткен команда жеңіске жетеді. "Кім бірінші" (доппен) қимылды ойыны. Балаларды екі топқа бөліп бірінің артынан бірі тұрады. Тізбектердің алдына сөре сызығы сызылады, олардың 2-3 м қашықтықта сызық сызылады. Бұл сызықта әр топтан капитан командасы қарама-қарсы тұрады. Бергі берісімен капитан командасы допты өз командасындағы бір ойыншыға лақтырады, ол допты қайтадан капитанға лақтырып отырады, ойын осылай жалғаса береді. Кім бірінші болып ойынды бітірсе, сол команда жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог ойыннан кейін балаларды сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Күтілетін нәтиже: Орындайды: еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу; Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: шеңбердегі өз орнын табу;
--	--	--	--	--

		Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен шеңбер жасағандай қимылдар жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Бәрекелді! Бүгін оқу қызметі ұнады ма, сендерге? Иә. Маған да ұнады. Қандай жаттығулар жасадық, балалар? Жарайсыңдар! Оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: жіптің жанымен аттап секіруді; Түсінеді: қапшаны басына қойып, тіке жүруді; Қолданады: саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын;			
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Тәрбиешілермен жұмыс	Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдері айту	Тәрбиешілермен бірлесе залды дайындау			Балалардың спорт киімдерінің толық болуын қадағалу.
Балалармен жеке жұмыс	Тәрбиеленушісі <i>Қолғанат</i> жалпы дамыту жаттығуларын біледі.	тәрбиеленушісі <i>Мансур</i> жалпы дамыту жаттығуларын біледі.		.	тәрбиеленушісі <i>Гүлімге</i> допты лақтырып, тебуді үйрету.
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау.				

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Біз еңбекқор баламыз»

Уақыты: 18.04 – 22.04.2022 ж Шапта

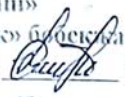
Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 18.04.2022ж.	Сейсенбі 19.04.2022ж.	Сәрсенбі 20.04.2022ж.	Бейсенбі 21.04.2022ж.	Жұма 22.04.2022ж.
Ата-аналарға кеңес	Үйдеде шынықтыру шараларын орындауды тапсыру	Ата-аналарға спорттық киімдер туралы айту.			Балаларды ауа райына сай киіндірулерін сұрау.
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Таңғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Өзін-өзі жетілдіру	Өзіндік білім жетілдіру жоспары бойынша құралдар дайындау.				
Тәрбиешілермен жұмыс	Бірлесе спорттық сайыстарды жоспарлау.	Балалардың киіміне көңіл бөлу туралы әңгіме жүргізу			Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдері айту

Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Талшықтай талшыбық» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларда арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау; жылдам (10-20 метр) қарқында жүгіру; тізені биікке көтере отырып жүру дағдыларын жетілдіру; қимыл белсенділігін дамыту. Оқу қызметінің барысы: Миға шабуыл. – Қазір жылдың қай мезгілі? – Көктем мезгілінде неше ай бар? – Қазір қандай ай? – Көктемде қандай өзгерістер болады? – Көктемде қандай жұмыстар жасалады? Балалардың жауаптары. Педагог балалардың жауаптарын толықтырады. Жұмбақ жасыру. Қыста киімін тастайды, Көктемде киіне бастайды. (ағаш) Жалпы дамыту жаттығулары (орамалдармен). Негізгі қимыл жаттығулары Педагог балаларға арқан бойымен жүру жаттығуын көрсетеді. Арқан бойымен жүру кезінде балаларға	Тақырыбы «Талшыбық» Оқу қызметінің мақсаты:Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; бір жағы 20-30 см биік еңкіс тақтайдың үстімен жүруге жаттықтыру; тұрған заттың басына тию арқылы жоғары секіруге жаттықтыру; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру. Оқу қызметінің барысыПедагог шапалақ сигналымен балалардың назарын өзіне аударады да: – Балалар, музыка басталғанда менің соңымнан бәрің белсенді түрде жүресіңдер, келістік пе? Балалар музыка әуенімен сапта бірінің артынан бірі жүреді, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүреді, жәй қалыпқа түсіп, тез ойналған музыка әуенімен жүгіреді, "жылан" жүріспен ирелеңдеп жүреді, бастарын төмен түсірмей, аяқтары шалыныспай, аяқ, қол қимылын сәйкестендіріп,			Тақырыбы: «Ұлттар достығы» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларда допты тәрбиешіден 1-1,5 метр арақашықтықта лақтыру техникаларын дамыту; бір аяқтан бір аяққа секіру, екі аяқпен секіру дағдыларын дамыту; қимыл белсенділігін дамыту мен үйлестіру. Оқу қызметінің барысы: Педагог балалардың назарын өзіне аударып: – Балалар, біздің ұлтымыз қандай? Қазақ. – Біз қай тілде сөйлейміз? Қазақ тілінде сөйлейміз. – Балалар, біздің мемлекетімізде қазақ ұлтынан басқа 130-дан астам ұлт өкілдері мекен етеді. – Қараңдаршы, өзге ұлт өкілдерімен біз бәріміз доспыз. Бейнежазба көрсету. – 1 мамыр - Қазақстан Халықтарының ынтымағы мен бірлігі күні мерекесі. – Қазақстан халқының өзінің қазақ тілі, ұлттық киіміміз, салт - дәстүріміз бар. Педагог балаларға мақал-мәтел айтқызып, соңынан сапқа тұруға шақырады. Мақал-мәтел. "Бірлік болмай тірлік болмас". Жалпы дамыту жаттығулары (текшелермен). Негізгі қимыл жаттығулары: Педагог балаларға допты 1-1,5 метр арақашықтықта лақтыру
--	---	---	--	--	---

	тепе-теңдікті сақтау керектігін ескертеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Ептісіңдер!", "Жылдамсыңдар!" және "Керемет!", "Жарайсыңдар!" деген сөздер айтып, шабыттандырып отырады. "Жұбыңды тап" қимылды ойыны. Ойыншылар қабырға бойында тұрады. Педагог әр балаға жалаушадан таратып береді. Педагог белгісі бойынша балалар жан-жаққа қарай жүгіре бастайды. Келесі "Жұбыңды тап" белгісі бойынша, бірдей түсті жалаушалары бар балалар, жұп болады. Балалар саны тақ санға тең келу керек. Әр айналым сайын бір бала жұпсыз қалу керек. ҚОРЫТЫНДЫ Ойыннан кейін педагог балаларды сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу	еркін жүгіру қимылдары көрсетіледі. Жүріп келе жатып, шеңбер құрады және қайтадан сапқа тұрып, біртіндеп жүріп келе жатып жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрады. Жалпы дамыту жаттығулары (орамалшалармен) Негізгі қимыл жаттығулары - Бір жағы 20-30 см биік еңкіс тақтайдың үстімен жүру; - Тұрған заттың басына тию арқылы жоғары секіру. "Қап тасиық" Педагог балаларды екі командаға тұрғызып, қолдарындағы қапшаларын бастарына қойып, ағаш егу үшін торға салу керектігін айтады. Әр командадан шыққан бала ережеге сай тапсырмаларда орындаулары керек. Балалардың қайсысы ережеге сай және қапшаларды тез жеткізсе, сол команда балалары жеңген болып есептеледі. ҚОРЫТЫНДЫ Ойыннан кейін педагог балаларды сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог:			жаттығуын көрсетеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Ептісіңдер!", "Керемет!", "Жарайсыңдар!" деген сөздер айтып, шабыттандырып отырады. "Көңілді секіреміз" қимылды ойыны. Педагог балаларды екі топқа бөледі. Ойын жарыс түрінде өтеді. Балалар педагог белгілеген межеге дейін бір аяқтан бір аяққа секіріп жетуі керек. Белгіленген межеге жеткен кезде, еркін жүгіріп орындарына қайтады. Қай топтың балалары толықтай жүгіріп келеді, сол топ жеңіске жетеді. Қорытынды: "Бір мұрын қуысымен тыныста" тыныс алу жаттығуы. Мақсты: балаларды тыныс алу бұлшық еттерін, жоғарғы және мұрын қуыстарындағы тыныс алу жолдарын шынықтыра білуге үйрету. Бастапқы қалып - отырып, тұрып, денені тұзу, бос ұстау. Күгілетін нәтиже: Орындайды: допты
--	---	--	--	--	---

	жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: – Балалар, "Талшыбықтай майысып", осы қимылды көрсетейікші. Тағы да көрсетеміз, керемет, балалар! Қолдарымызды ақырын екі жаққа жаямыз және саусақтарымызды айналдырып, қимылдар жасаймыз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолымен шеңбер жасағандай қимылдар жасайды. – Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Бәрекелді! Рақмет, балалар, бүгін де жақсы белсенділік көрсеттіңдер! Оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтауды; Түсінеді: ойын шартарын; Қолданады: қимыл белсенділігін;	- Балалар, "Талшыбықтай майысып", сол қимылды көрсетейікші, балалар! Тағы да көрсетеміз, керемет, балалар! Қолдарымызбен ақырын жайқаламыз және саусақтарымызды айналдырып, қимылдар жасаймыз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп сілкілейміз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен шеңбер жасағандай қимылдар жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Бәрекелді! Рақмет, балалар, бүгін де жақсы белсенділік көрсеттіңдер! Оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: бір жағы 20-30 см биік еңкіс тақтайдың үстімен жүруді; Түсінеді: ойын шартарын; Қолданады: саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын;			тәрбиешіден 1-1,5 метр арақашықтықта лақтыру техникаларын; Түсінеді: ойын шартарын; Қолданады: шапшаңдық, икемділік қасиеттерін;
--	--	--	--	--	---

Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі <i>Иманпалуан</i> кегелдерді дәлдеп құлатуды біледі.	Тәрбиеленушісі <i>Ерхан</i> жалпы дамыту жаттығуларынбіледі.			тәрбиеленушісі <i>Айсұлу</i> кегелдерді дәлдеп құлатуды біледі.

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Біз еңбекқор баламыз»

Уақыты: 25.04-29.04.2022 жыл IV апта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 25.04.2022ж.	Сейсенбі 26.04.2022ж.	Сәрсенбі 27.04.2022ж.	Бейсенбі 28.04.2022ж.	Жұма 29.04.2022ж.
Ата-аналарға кеңес	Күндіктігі үйде балаларымен бірлесе шынығу шараларын жасауды тапсыру	«Бала денсаулығына пайдалы» кеңестер беру			Үйдеде шынықтыру шараларын орындауды тапсыру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				

Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Достық күндей жарқырайды» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларда еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу дағдыларын дамыту; қимылды ойындар арқылы әртүрлі бағыттарда жүгіру техникаларын жетілдіру. Оқу қызметінің барысы Шаттық шеңбері "Достық". Ортақ жұтар ауамыз, Ортақ жарық күніміз. Достық туған анамыз, Жердің қызы, ұлымыз. (Маштакова Жаннат) Жалпы дамыту жаттығулары (гүлдермен). Негізгі қимыл жаттығуларыПедагог балаларға еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу жаттығуын көрсетеді. Балалар өздеріне	Тақырыбы: «Достық шеңберінде» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; құрсауға секіруге және құрсаудан секіруге үйрету; қапшаны басына қойып, тіке жүруге жаттықтыру; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру. Оқу қызметінің барысы - Балалар, бір шаңырақ деген сөз - бір отбасы немесе мемлекет деген мағынаны білдіреді. Сендердің өз отбасыларың бар. Басқа ұлттардың да өз отбасылары бар, барлығымыз бір мемлекетте тұрамыз. Мына көріністе мемлекетімізде өмір			Тақырыбы: Соқ, барабан! Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды баяу (50-60сек.) қарқында жүгіру; терендікке (15–20 см биіктіктен) секіру дағдыларын қалыптастыру; допты алысқа лақтыру іскерліктерін жетілдіру. Оқу қызметінің барысы:Балалардың психологиялық көңіл күйлерін көтеру үшін "Солдаттармыз бәріміз, көңілді біздің әніміз!"деп айта отырып, интербелсенді тақтадан Отан қорғаушылар өмірінен қысқаша көрініс көрсету; солдаттар туралы шағын әңгіме. – Балалар, қараңдаршы, қанша сарбаз көріп тұрсыңдар? Қалай салтанатты адымдайды, керемет! Сендерге ұнай ма? Жарайсыңдар! Осы айда Отан қорғаушылар күні екенін білесіңдер ме? Бәрекелді, балалар!
--	---	---	--	--	--

	берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Ептісіңдер!", "Керемет!", "Жарайсыңдар!" деген сөздер айтып, шабыттандырып отырады. "Еңбектейік қане біз" қимылды ойыны. Педагог балаларды екі топқа бөледі. Әр топтың алдында, белгілі арақашықтықта бір жалаудан тұрады. Балалар еңбектеп жалауға дейін жету керек. Қай топтың балалары бірінші болып, түгелдей жалауға дейін еңбектеп жетсе сол топтың балалары жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ "Өз тынысымызды тындайық" тыныс алу жаттығуы. Тыныштықта балалар өз тыныстарына құлақ салып тындайды және оны ажыратады. – ауа қайдан шығып, қайда (түседі) барады; – тыныс алғанда және тынысты шығарғанда қандай дене мүшелері қозғалысқа келеді (қарын, кеуде сүйегі, иық және барлық дене мүшелері-толқын тәріздес);	сүретін басқа ұлт өкілдерін көріп отырсыңдар. Бәрекелді! Балаларға жарты минуттық психогимнастика өткізу мақсатында педагог: - Бір шаңырақ астында (балалар оң және сол қолдарын көрсетеді), - Тату-тәтті тұрамыз (балалар қолдарын біріктіреді). - Көңілдіміз, бәріміз (балалар оң және сол қолдарының шынтағын жоғары көтереді), - Жарасады әніміз (балалар қолдарын қауыштырады). - Балалар, бұл бір шаңырақ асты! Тамаша! Бүгін балалар, оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (орамалшалармен) Негізгі қимыл жаттығулары - Құрсауға секіру және құрсаудан секіру; - Қапшаны басына қойып, тіке жүру. "Көңілді секіреміз" қимылды ойыны. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог: - Балалар, "Бір шаңырақ астында", бәріміз жиналып, үлкен шеңбер жасаймыз. Енді үлкен шеңберді қолдарымызбен көрсектейікші, балалар! Тағы да көрсетеміз, керемет, балалар!			Балаларға жарты минуттық психогимнастика өткізу мақсатында педагог: – Дауылпаздың дабылы (балалар қолдарын шапалақтайды), – Дүңгір-дүңгір етеді (балалар қолдарын екі жаққа кезек шапалақтайды). – Сарбаздардың бар үні (балалар қолдарын екі жаққа жібереді), – Ғарышқа алыс кетеді (балалар қолдарын жоғары көтереді). Жалпы дамыту жаттығулары(гүлдермен). Негізгі қимыл жаттығулары Педагог балаларға баяу (50-60сек.) қарқында жүгіру; тереңдікке (15–20 см биіктіктен) секіру, допты алысқа лақтыру жаттығуларын көрсетеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Ептісіңдер!", "Жылдамсыңдар!" және "Керемет!", "Жарайсыңдар!" деген сөздер айтып, шабыттандырып отырады. "Қолмен допты домалат" қимылды ойыны. ҚОРЫТЫНДЫ Тыныс алу жаттығулары. Жаттығу шеңбер арқылы ұйымдастырылады. — Балалар, мен шеңбер бойымен
--	--	--	--	--	---

	– қандай тыныс (жеңіл немесе терең) – тыныс алудың жиілігі: тыныс алу мен шығару жиі-жиі немесе баппен белгілі бір ара қашықтықпен (автоматтық үзіліспен) Күтілетін нәтиже: Орындайды: негізгі қимылды жаттығуларды; Түсінеді: қимылды ойындар арқылы әртүрлі бағыттарда жүгіруді; Қолданады: еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу дағдыларын дамытуды;	Қолдарымызбен ақырын жайқаламыз және саусақтарымызды айналдырып, қимылдар жасаймыз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп, тағы да жайқаламыз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен шеңбер жасағандай қимылдар жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Бәрекелді! Қандай кереметсіңдер, балалар! Белсенді, ақылды, жігерлі екенсіңдер ғой, бәрің! Оқу қызметін жақсы өткіздіңдер, рақмет, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: құрсауға секіруге және құрсаудан секіруді; Түсінеді: саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын; Қолданады: қапшаны басына қойып, тіке жүруді;			қандай қимылдар жасап өтемін, сол қимылдарды жасай отырып, маған жетіп алуға тырысыңдар. Педагог қолдарын жоғары көтеріп, төмен түсіріп, дем алу, дем шығару жаттығуларын жасайды. Сол арқылы балалар да педагогқа еліктеп, жаттығуларды қайталайды. Жарайсыңдар, балалар! Педагог оқу қызметінің аяғында балаларға ризашылығын білдіріп, оқу қызметінің аяқталғанын хабарлайды. Күтілетін нәтиже: Орындайды: баяу (50-60сек.) қарқында жүгіруді; Түсінеді: тереңдікке (15–20 см биіктіктен) секіру дағдыларын; Қолданады: допты алысқа лақтыруды;
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Тәрбиешілермен жұмыс	Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдерін айту	Спорттық сайысқа балаларды екі топқа бөліп жарыстыру жайлы айту.			Сайысқа керекті құралдарды әзірлеу.
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі <i>Аян</i> жалпы дамыту жаттығуларын біледі.	тәрбиеленушісі <i>Азамат</i> жалпы дамыту жаттығуларын біледі.			тәрбиеленушісі <i>Ерхан</i> допты дәлдеп шығыршыққа лақтыруды біледі.
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Туған өлкенің табиғаты»

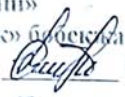
Уақыты: 03.05-06.05. 2022 жыл I апта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 02.05.2022ж.	Сейсенбі 03.05.2022ж.	Сәрсенбі04. 05.2022ж.	Бейсенбі 05.05.2022ж.	Жұма 06.05.2022ж.
Ата-аналарға кеңес		Үйде бала денсаулығына көңіл бөлу туралы кеңес беру.			Үйдеде шынықтыру шараларын орындауды тапсыру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Соғамын барабанымды» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды баяу (50-60сек.) қарқында жүгіруге үйрету; қимылды ойын арқылы гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу дағдыларын дамыту; оқу қызметін пысықтау. Оқу қызметінің барысы: Педагог: – Балалар есімізге жыл мезгілдерін түсіріп алайық. – Бір жылда неше мезгілі бар? Төрт жыл мезгілі бар. – Көктем мезгілінде неше ай бар? Үш ай бар. Наурыз, сәуір, мамыр. – Қазір қандай ай? Мамыр айы. – Мамыр айында қандай	Тақырыбы: «Барабан дабылы» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; жүріп келе жатып белгі бойынша тоқтау және отыруға үйрету; тұрған заттың басына тию арқылы жоғары секіруге жаттықтыру; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру Оқу қызметінің барысы: Барабанның "бум-бум-бум" деген дыбысы естіледі. Балалар еледеп қалады. Педагог: – Балалар, ненің дыбысын естідіңдер? Барабанның. – Балалар, бұл әскери барабанның дыбысы, естідіңдер ме? Дауысы			Тақырыбы: Гүлдей жайнап бәріміз Оқу қызметінің мақсаты: Балаларда нық қадаммен алға, нық қадаммен артқа жүру, тізені биікке көтере отырып жүру; баяу (50-60сек.) қарқында жүгіру дағдыларын дамыту; доғаның астымен өрмелеу(еңбектеу) іскерліктерін жетілдіру. Оқу қызметінің барысы Көркем сөз. "Гүлдер" Гүлдер, гүлдер, көп гүлдер, Қызыл гүлдер, көк гүлдер, Жайнар кезім келді-деп, Қанаттарың желбіреп, Таңмен бірге оянып, Күн нұрына боянып, Көрік бердің балаға. Гүлдер, гүлдер не түрлі

	мерекелерді атап өтеміз? 1 мамыр - достық, бірлік күні, 7 мамыр - Отан Қорғаушылар күні, 9 мамыр - Жеңіс күні.Көркем сөз. "Жеңіс" Жеңіс дейміз жалауымыз желбіреп, Көктем күні нұрын төксе елжіреп, Тап осындай бейбіт күнге жеткізген Әкелер мен ағалар ғой ержүрек. (Абдрахман Асылбек) – Тыныш жылдар, бақытты өмір сыйлаған ата-бабаларымыздың ерлігі ұмыттырмақ емес! Ерлердің есімі - ел есінде мәңгілік сақталады.Жалпы дамыту жаттығулары (гүлдермен) Негізгі қимыл жаттығулары Педагог балаларға баяу (50-60сек.) қарқында жүгіру жаттығуын көрсетеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Ептісіңдер!", "Керемет!", "Жарайсыңдар!" деген сөздер айтып, шабыттандырып отырады. "Түлкі мен балапандар" Бұл ойынға	катал шығып жатыр. Педагог интербелсенді тақтадан Отан қорғаушылар күніне арналған салтанатты шарадан көрініс көрсетеді. - Балалар, қарандаршы, қаншама біздің сарбаздарымызды көріп тұрсыңдар? Қалай салтанатты адыммен жүреді, керемет! Сендерге ұнай ма? Жарайсыңдар Осы айда Отан қорғаушылар күні екенін білесіңдер ме? Бәрекелді, балалар! Балаларға жарты минуттық психогимнастика өткізу мақсатында педагог: -Барабанның дабылы (балалар қолдарын шапалақтайды), - Дүңгір, дүңгір етеді (балалар қолдарын екі жақтарына кезек шапалақтайды), - Сарбаздардың бар үні (балалар қолдарын жанына жібереді). - Ғарышқа алыс кетеді (балалар қолдарын жоғары көтереді). Балалар, бәрің байқадаңдар ма? Біздің сарбаздарымыз нағыз батырлар екен, балалар, ұнады ма, сендерге? Бізді бейбітшілік қорғанында сақтап жүрген сарбаздарымыз осы, балалар. Тамаша! Бүгін балалар, оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (жалаушалармен) Негізгі қимыл жаттығулары-		Құлпырды да, жетілді. (Тұманбай Молдағалиев) Жалпы дамыту жаттығулары (заттарсыз орындалатын жалпы дамытатын жаттығулар) Негізгі қимыл жаттығулары. Педагог балаларға доғаның астымен өрмелеу(еңбектеу) жаттығуын көрсетеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Ептісіңдер!", "Керемет!", "Жарайсыңдар!" деген сөздер айтып, шабыттандырып отырады. "Доға астынан" қимылды ойыны. Педагог балаларды екі топқа бөледі. Педагогтің белгісінен кейін балалар доға астынан еңбектеп өтеді де, артқа қайтады. Өз командасына алақанмен ұрып, эстафетаны береді. Біріші болып доғадан толықтай өткен топ балалары жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ Тыныс алу жаттығулары. "Тура жолмен жүрейік" ойыны. Жаттығу тура жолмен жүру
--	--	--	--	--

	балалар 7-8 ден бөлініп ойнайды. Топ ішінде бір баланы "түлкі" етіп сайлап, қалған балаларды балапандар деп әрқайсысына бетпердке кигізіп ойын ойналады. Ойында балапандар түлкі кейіпкеріне ұсталып қалмауы үшін, тәрбиеші көмегімен белгі бойынша ойынды бастап аяқтауы тиіс. Балалар шапшаң кең бөлмені айнала қашуы тиіс. ҚОҒАМДЫҚ Педагог: – Балалар, ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Біз бүгін сарбаздарымыздың салтанатты адымдағанын көрдік. Сарбаздарымыз қалай адымдайды екен, көрсетейікші, балалар! Аяқтарымызбен ақырын қимылдар жасаймыз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп, еркін адымдаймыз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, қол мен аяқты үйлестіріп, адымдау жаттығуларын жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Тағы да қайталаймыз. Бәрекелді! – Балалар, болашақта сендер Отан қорғаушы боласыңдар, сондықтан тәртіпті, ержүрек болуларың керек. Бүгін оқу қызметі көңілді өтті. Рақмет,	Жүріп келе жатып белгі бойынша тоқтау және отыру; - Тұрған заттың басына тию арқылы жоғары секіру. "Сарбаздар" Қазір бәріміз шеңбер бойымен басымызды және денемізді тік ұстап, жүріп келе жатып белгі бойынша тоқтау және отыру жаттығуын жасауымыз қажет. Кім жаттығуды дұрыс орындайды, сол сарбаз болып есептеледі. ҚОҒАМДЫҚ Педагог оқу қызметінің соңында балаларды барабанның дыбыс сигналы бойынша сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: - Балалар, ақырын, асықпай, байсалды жүрейікші! Біз бүгін сарбаздарымыздың салтанатты адымдарын көрдік. Сарбаздарымыз қалай адымдайды екен, көрсетейікші, балалар! Аяқтарымызбен ақырын қимылдар жасаймыз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп, еркін адымдаймыз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен аяқ үйлесімділігін келтіріп, адым жаттығуларын жасайды. Балалар демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Тағы да		арқылы дем алу, дем шығару мақсатында ұйымдастырылады. – Балалар, мен қандай қимылдар жасап өтемін, сол қимылдарды сендер де жасай отырып, денемізді дем алдырамыз. Педагог қолдарын жоғары көтеріп, саусақтарын жалау сияқты желбіретіп, дем алу мен дем шығару жаттығуларын жасайды. Соңында оқу қызметінің аяқталғанын хабарлап, балалармен қоштасады. Күтілетін нәтиже: Орындайды: доғаның астымен өрмелеуді (еңбектеу); Түсінеді: баяу (50-60сек.) қарқында жүгіру Қолданады: сапқа тұру дағдыларын;
--	--	--	--	---

	балалар, сау болындар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: қимылды ойын арқылы гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу Түсінеді: ойын шарттарын; Қолданады: жаттығуларды орындау ретін ;	қайталаймыз. Бәрекелді! - Балалар, болашақта сендер Ота қорғаушы боласыздар, сондықтан тәртіпті, ержүрек болуларың керек. Бүгін оқу қызметі көңілді өтті. Рақмет, балалар, сау болындар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: тұрған заттың басына тию арқылы жоғары секіруді; Түсінеді: саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысуды; Қолданады: жүріп келе жатып белгі бойынша тоқтау және отыруға			
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Тәрбиешілермен жұмыс	Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдері айту	Балалардың киіміне көңіл бөлу туралы әңгіме жүргізу			Спорт киімдерін қадағалау.
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі <i>Аяна</i> қолға арналған жаттығуларды біледі.	тәрбиеленушісі <i>Үміт</i> допты дәлдеп лақтыруды біледі.			тәрбиеленушісі <i>Көзайым</i> допты дәлдеп шығыршыққа лақтыру біледі.
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Толеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Туған өленкенің табиғаты»

Уақыты: 10.05– 13.05.2022 ж Папта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 09.05.2022ж.	Сейсенбі 10.05.2022ж	Сәрсенбі 11.05.2022ж.	Бейсенбі 12.05.2022ж.	Жұма 13.05.2022ж.
Ата-аналарға кеңес		Ата-аналарға спорттық киімдер туралы айту.	Үйде бала денсаулығына көңіл бөлу туралы кеңес беру.		Дамытушы жаттығуларды жиі жасауға кеңес беру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Ұйымдастырылған оқу қызметтері		Тақырыбы: «Көркі ғажап көктем» Оқу қызметінің мақсаты: Балаларда әртүрлі бағыттарда жүгіру; тереңдікке (15–20 см биіктіктен) секіру; допты тәрбиешіден 1-1,5 метр арақашықтықта лақтыру дағдыларын дамыту; оқу қызметін пысықтау. Оқу қызметінің барысы Педагог балалардың назарын интербелсенді тақтадағы бейнежазбаға аударады. Бейнежазба көрсету. – Қараңдаршы, көктемгі гүлдер сондай әдемі! Балаларға көркем сөз айтқызу.			Тақырыбы: «Көктемгі гүлдер» Мақсаты: Балаларды сапта біріні артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; команда бойынша берілген бағытқа бірінің артынан бірі жүгіру және шашырап жүгіруге үйрету; жүріп келе жатып белгі бойынша тоқтау және отыруға жаттықтыру; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру. Оқу қызметінің барысы Оқу әрекеті алдында педагог интербелсенді тақтадан көктемде даланы құлпыртып жайнап тұрған гүлдердің бейнесін көрсетеді. – Балалар, қараңдаршы, қаншама

		Көркем сөз. "Гүлдер" Гүлдер, гүлдер, көп гүлдер, Қызыл гүлдер, көк гүлдер, Жайнар кезім келді-деп, Қанаттарың желбіреп, Таңмен бірге оянып, Күн нұрына боянып, Көрік бердің балаға. Гүлдер, гүлдер не түрлі Құлпырды да, жетілді. (Тұманбай Молдағалиев) Жалпы дамыту жаттығулары(заттарсыз орындалатын жалпы дамытатын жаттығулар) Негізгі қимыл жаттығулары. Педагог балаларға допты 1-1,5 метр арақашықтықта лақтыру жаттығуын көрсетеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Елтісіңдер!" және "Керемет!", "Жарайсыңдар!" деген сөздер айтып, шабыттандырып отырады. "Қасқыр мен қояндар" қимылды ойыны. Педагог балалармен бірге "қасқырды" таңдайды. Қалған балалар "қояндар" болады.		гүлдерді көріп тұрсыңдар? Қандай керемет! Сендерге ұнай ма? Жарайсыңдар! Алғашқы көктемгі гүлдерді білесіңдер ме? Бәрекелді, балалар! Балаларға жарты минуттық психогимнастика өткізу мақсатында педагог: - Гүлдей жайнап бәріміз (балалар қол білезіктерін айналдырады), - Жарасады сәніміз (балалар қолдарын екі жаққа жаяды), - Көктем келді тамаша (балалар қолдарын жанына жібереді). - Ән саламыз, бәріміз (балалар қол білезіктерін айналдырады). Балалар, көктемгі гүлдер ұнады ма, сендерге? Тамаша! Бүгін балалар, оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (жалаушалармен). Негізгі қимыл жаттығулары. - Команда бойынша берілген бағытқа бірінің артынан бірі жүгіру және шашырап жүгіру; - Жүріп келе жатып белгі бойынша тоқтау және отыруға үйрету. "Мені қуып жет" қимылды ойыны Нұсқаушы: - Балалар, "Мені қуып жет" ойынында екі командаға бөлінесіңдер және ойын барысында кезек алмасып, ойнайсыңдар. Педагог балаларды
--	--	--	--	---

		Педагог белгісінен кейін "қояндар" әртүрлі бағыттарда жүгіріп, қасқырдан қашады. "Қасқыр" ұстап алған "қояндар" саны 5-6-ға жеткенде, "қасқыр" ауысады. ҚОРЫТЫНДЫ Тыныс алу жаттығуы. Педагог балаларды шеңберге шақырады. Балалар әдемі шеңбер болып тұрады. Педагогтың көрсеткен іс-әрекеттерін балалар қайталап, тыныс алу жаттығуларын жасайды. Тік тұрып, аяқты қосу, қолды жіберу; қолдарын жанына көтеріп одан кейін денесінің алдына қарай былғалау; демдерін тез шығару. Тыныс алу жаттығуларының соңында педагог оқу қызметінің аяқталғанын хабарлап, залдан балалармен бірге ақырын шығып кетеді. Күтілетін нәтиже: Орындайды: тереңдікке (15–20 см биіктіктен) секіру; Түсінеді: жаттығулардың орындау ретін; Қолданады: секіру мен лақтыру дағдыларын;		екі командаға бөледі. Екі команданың балалары екі жақта тұрып, педагогтің белгі беруі бойынша тапсырмаларды орындаулары тиіс. Педагог белгі бергенде қолына гүл ұстаған бір команда баласы қашады, екінші команда баласы оны қуып жетуі керек. Қуып жете алмаса, ол команданың ұпайы кемиді. Қай команданың балалары тапсырманы дұрыс орындайды, сол команда жеңген болып есептеледі. Педагог: - Балалар, интербелсенді тақтаға қараңдаршы! 5 қызғалдақтың суреті тұр. Сендер сапқа тұрам дегенше, қызғалдақтар бір-бірлеп экраннан өше бастайды. Сондықтан сендер де тез қиылдап үлгеріңдер. Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: - Балалар, бүгін бәрің шаршадыңдар, ақырын, асықпай, жүрейікші! Біз бүгін гүлдердің далада қалай жайқалып, өсіп тұрғандарын көрдік. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Тағы да қайталаймыз. Керемет! Оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: негізгі қимылдарды орындайды;
--	--	---	--	--

					Түсінеді: қимылды ойын шарттарын; Қолданады: саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын;
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Тәрбиешілермен жұмыс		Тәрбиешілермен бірлесе залды дайындау			Балалардың спорт киімдерінің толық болуын қадағалу.
Балалармен жеке жұмыс		тәрбиеленушісі <i>Азамат</i> жалпы дамыту жаттығуларын біледі.			тәрбиеленушісі <i>Гүлім</i> жалпы дамыту жаттығуларын біледі.
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау.				

«Келісемін»
«Айгөлек» бөбекжайы МКҚК
әдіскері:  С.Б.Жаңбыршина

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Туған өлкенің табиғаты»

Уақыты: 16.05 – 20.05.2022 ж Шапта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 16.05.2022ж.	Сейсенбі 17.05.2022ж.	Сәрсенбі 18.05.2022ж.	Бейсенбі 19.05.2022	Жұма 20.05.2022ж.
Ата-аналарға кеңес	Үйдеде шынықтыру шараларын орындауды тапсыру	Ата-аналарға спорттық киімдер туралы айту.			Балаларды ауа райына сай киіндірулерін сұрау.
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Шаршағанымызды басайық» Мақсаты: Балаларда баяу (50-60сек.) қарқында жүгіру; қимылды ойындар арқылы допты тура нысанға оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп лақтыру; еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу дағдыларын дамыту; оқу қызметін пысықтау. Оқу қызметінің барысы Әңгіме жүргізу. – Балалар қазір жылдың қай мезгілі? Қазір жылдың көктем мезгілі. – Көктем мезгілінің неше айы бар? Үш айы бар. – Кім көктем мезгілдерін атап береді? Айта ғой, Динара. – Дұрыс айтасың. Көктем мезгілінің наурыз, сәуір, мамыр айлары бар. – Қазір қай ай? Мамыр. Тамаша!	Тақырыбы: «Егіншілік» Мақсаты: Балаларда нық қадаммен алға, нық қадаммен артқа жүру, тізені биікке көтере отырып жүру; қимылды ойындар арқылы әртүрлі бағыттарда жүгіру; гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу дағдыларын дамыту; оқу қызметін пысықтау. Оқу қызметінің барысы Педагог интербелсенді тақтадан көктемде егістікте жұмыс істеп жүрген адамдарды көрсетеді. – Балалар, бейнежазбадан не көрдіңдер? Адамдар еңбек етіп, егіншілікпен айналысып жатыр. Қандай керемет!			Тақырыбы: «Зырылдайды трактор» Мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; гимнастикалық доғаға кезек адыммен өрмелеп шығуға үйрету; құрсауға секіру және құрсаудан секіруге жаттықтыру; саптан шеңберге шеңберден сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру. Оқу қызметінің барысы Педагог интербелсенді тақтадан көктемде егістік жұмыстары көрсетіледі. – Балалар, қараңдаршы, қаншама адамдар еңбектеніп

	– Қараңдаршы, балалар не істеп жатыр? Мектеп ауласын тазалап жатыр. Аулаға гүлдер егіп жатыр екен. – Көктем мезгілінде адамдар айналаның бәрін тазалайды. – Бізде балабақшаның айналасына гүлдер, ағаштар отырғыздық. – Ағаштар мен гүлдер әдемі болып өсу үшін қандай көмек көрсете аламыз? Балалардың еркін жауаптары. Балалар өз ойларын айтады. – Ауладағы гүлдерді жұлуға болмайды, ағаштарды сындыруға болмайды. Өйткені үлкен кісілердің еңбегін бағалай білуіміз керек. – Айналамызды таза ұстау - біздің басты міндетіміз, себебі айнала таза болса, біз демалатын ауа да таза болады. Балалар музыка әуенімен сап түзеп бірінің артынан бірі жүреді, педагогтің белгі беруі бойынша шашырап жүреді, жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен шашырап жүгіреді, бастарын төмен түсірмей, шалынып кетпей, аяқ-қолды бірге қозғалтып, еркін жүгіру қимылдарын көрсетеді. Аяқтың ұшымен жүріп келе жатып, жартылай отырады, жай қалыпқа түсіп, шеңбер құрады және қайтадан сапқа тұрып, біртіндеп жүріп келе жатып жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрады.	Балаларға жарты минуттық психогимнастика өткізу мақсатында педагог: – Күліп көкте күніміз (балалар қолдарын жоғары көтереді), – Жарасады үніміз (балалар қол білезіктерін айналдырады). – Қуат берсін баршаға (балалар қолдарын екі жанына қарай жібереді), – Ашық болсын күніміз (балалар қол білезіктерін айналдырады). – Балалар, көктемгі егістік сендерге ұнады ма? Тамаша! Балалар, бүгін оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (заттарсыз) Негізгі қимыл жаттығулары: Педагог балаларға екі аяқпен тура секіру жаттығуын көрсетеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Ептісіңдер!", "Жылдамсыңдар!" және "Керемет!", "Жарайсыңдар!" деген сөздер		жатыр, көріп тұрсыңдар ма? Қандай керемет! Сендерге ұнай ма? Жарайсыңдар! Осы еңбектің қадірін бағалай білесіңдер ме? Бәрекелді, балалар! Балаларға жарты минуттық психогимнастика өткізу мақсатында педагог: - Күліп көкте күніміз (балалар қолдарын жоғары көтереді), - Жарасады үніміз (балалар қол білезіктерін айналдырады), - Қуат берсін баршаға (балалар қолдарын жанына жібереді). - Ашық болсын күніміз (балалар қол білезіктерін айналдырады). Балалар, көктемгі егістік ұнады ма, сендерге? Тамаша! Бүгін балалар, оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз сапқа тұруға дайындаламыз. Жалпы дамыту жаттығулары (шариктермен). Негізгі қимыл жаттығулары. - Гимнастикалық доғаға кезек адыммен өрмелеп шығу. - Құрсауға секіру және құрсаудан секіру.
--	---	--	--	---

	Жалпы дамыту жаттығулары. (сылдырмақпен) Негізгі қимыл жаттығулары: Педагог балаларды екі топқа бөледі. Бірінші топқа допты тура нысанға оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп лақтыру, екінші топқа еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу жаттығуларын көрсетеді. Жаттығу аяқталғанда екі топ келесі жаттығу түрін жасау үшін ауысады. Екі топ өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Ептісіңдер!", "Жылдамсыңдар!" және "Керемет!", "Жарайсыңдар!" деген сөздер айтып, шабыттандырып отырады. "Құрсаудан өт" қимылды ойыны. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог: – Балалар, шаршағанымызды басып, дем алдыратын жаттығулар жасайықшы! Қолдарымызбен ақырын қимылдар жасаймыз. Қолдарымызды екі жанымызға қарай жіберіп, тағы да жаямыз. – Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Тағы да қайталаймыз. Бәрекелді! Бүгін оқу қызметінде жақсы белсенді болдыңдар, балалар! Сол үшін	айтып, шабыттандырып отырады. "Ұйқыдағы түлкі!" қимылды ойыны. Шарты: балалар арасынан "түлкі" сайланады. Ол алаңның бұрышына тұрады да, ұйқыға кеткендей кейіп танытады. Балалар алаңда жан-жаққа шашырап жүгіріп ойнайды. Жүргізуші: "Түлкі оялды" дегенде, барлық бала "түлкіден" сызықтың арғы жағындағыт "үйге" қашады. "Түлкі" оларды қуалап ұстауға тырысады. ҚОРЫТЫНДЫ Тыныс алу жаттығуы. Педагог балаларды шеңберге шақырады. Балалар әдемі шеңбер болып тұрады. Педагогтың көрсеткен іс-әрекеттерін балалар қайталап, тыныс алу жаттығуларын жасайды. Тік тұрып, аяқты қосу, қолды жіберу; қолдарын жанына көтеріп одан кейін денесінің алдына қарай былғалау; демдерін тез шығару. Тыныс алу жаттығуларының соңында педагог оқу қызметінің аяқталғанын хабарлап, залдан балалармен бірге ақырын шығып кетеді. Күтілетін нәтиже: Орындайды: нық қадаммен		"Бақ-бақ" ойыны. Педагог балалардың негізгі қимыл жаттығуларын қалай игергендерін тексеру мақсатында "Бақ-бақ" пысықтау ойынын өткізеді. Педагог: - Балалар, "Бақбақ" ойыны жаңа ойын болғандықтан сендерге қызықты болады. Ол үшін алдымен ойынның ережесімен тағы да танысып алайық. Балаларды екі командаға бөліп, екі үлкен құрсауға отырғызады. Педагог балаларға "Бақбақ" деп белгі бергенде балалар құрсаулардан жүгіріп шығып, жердегі шашылып жатқан бақбақ гүлдерін себетке жинап, жарысулары тиіс. Екі командаға екі себет беріледі. Ойын аяқталғанда педагог себеттегі жиналған гүлдерді санап, қай команда жеңгендерін айтады. ҚОРЫТЫНДЫ Педагог балалардың назарын егістікте жүрген трактордың дыбысына аударады: - Балалар, трактордың дыбысы біткенше, тез сапқа тұрып үлгеріңдер! Балалар бірінің артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің
--	---	---	--	---

	бәріңе рақмет, оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: баяу (50-60сек.) қарқында жүгіру; Түсінеді: ; қимылды ойындар арқылы допты тура нысанға лақтыруды; Қолданады: икемділік пен шапшаңдықты;	алға, нық қадаммен артқа жүру, тізені биікке көтере отырып жүру ; Түсінеді: қимылды ойын шартын; Қолданады: гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу дағдыларын;			көрсетуі бойынша орындайды. - Балалар, біз бүгін егістікте адамдардың қалай жұмыс жасап, қалай шаршағандарын көрдік. Сол сияқты сендер де шаршадыңдар, балалар! Бүгін оқу қызметінде жақсы белсенді болдыңдар, балалар! Сол үшін бәріңе рақмет, оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: гимнастикалық доғаға кезек адыммен өрмелеп шығуды; Түсінеді: қимылды ойын шартын; Қолданады: құрсауға секіру және құрсаудан секіру жаттығуын;
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Тәрбиешілермен жұмыс	Бірлесе спорттық сайыстарды жоспарлау.	Балалардың киіміне көңіл бөлу туралы әңгіме жүргізу			оқу қызметіне киетін киімдері айту
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі <i>Мадина</i> кегелдерді дәлдеп құлатуды біледі.	тәрбиеленушісі <i>Бекзат</i> жалпы дамыту жаттығуларын біледі.			тәрбиеленушісі <i>Әмірхан</i> кегелдерді дәлдеп құлатуды біледі.
Өзін-өзі жетілдіру	Өзіндік білім жетілдіру жоспары бойынша құралдар дайындау.				

Дене шынықтыру нұсқаушысының жұмыс уақытының циклограммасы
«Айгөлек бөбекжайы» МКҚК Дене шынықтыру нұсқаушысы: Төлеуова Жадыра

Өтпелі тақырып: «Туған өлкенің табиғаты»

Уақыты: 23.05-27.05.2022 жыл IV апта

Іс-әрекет түрі	Дүйсенбі 23.05.2022ж.	Сейсенбі 24.05.2022ж.	Сәрсенбі 25.05.2022ж.	Бейсенбі 26.05.2022ж.	Жұма 27.05.2022ж.
Ата-аналарға кеңес	Күнделікті үйде балаларымен бірлесе шынығу шараларын жасауды тапсыру	Отбасындағы балалардың дене шынықтыру тәрбиесі» кеңестер беру			Үйдеде шынықтыру шараларын орындауды тапсыру
Ойындар, ҰОҚ дайындық	Танғы жаттығу. Ұйымдастырылған оқу қызметіне залды және спорттық құрал-жабдықтарды дайындау (желдету, жабдықтарды дайындау).				
Құжаттармен жұмыс	Құжаттарды толтыру, ертеңгі ұйымдастырылған оқу қызметіне дайындық. Ақпараттық бұрышты әдістемелік әдебиетпен жабдықтау. Денсаулық бұрышына материалдарды, педагогтарға, ата-аналарға арналған кеңес құжаттарын дайындау.				
Ұйымдастырылған оқу қызметтері	Тақырыбы: «Жадырайды жанымыз» Мақсаты: Балаларда бір аяқтан бір аяққа секіру, тура секіру; қимылды ойындар арқылы үлкен допты екі қолмен тордан өткізе лақтыру дағдыларын жетілдіру; оқу қызметін пысықтау. Оқу қызметінің барысы Көркем сөз. "Көбелек" Көбелек-ау, көбелек, Әдемісің керемет! Гүлге келіп қона ғой, Өзің де гүл бола ғой.	Тақырыбы: «Шомыламыз мәз болып».Мақсаты:Балаларда тақтай бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау дағдыларын дамыту; қимылды ойындар арқылы екі аяқпен секіру (аяқтар алшақ); доғаның астымен өрмелеу (еңбектеу) дағдыларын дамыту.Оқу қызметінің барысы– Балалар, суретте жылдың қай мезгілі бейнеленген? Жаз мезгілі. Дұрыс айтасыңдар. – Суреттегі балалар не істеп? Суға шомылып, доппен ойын ойнап жүр. – Сендерге жаз мезгілі ұнайды			Тақырыбы: «Шынығамыз жазда» Мақсаты: Балаларды сапта бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; жүріп келе жатып белгі бойынша тоқтау және отыруға жаттықтыру; орнынан ұзындыққа секіруге үйрету; саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын қалыптастыру. Оқу қызметінің барысы Педагог: - Міне, балалар, жадырап жаз да келді. Барлық адамдар үшін нағыз шынығатын мезгіл. Жазда

	(Тұрсын Елеусізұлы) Педагог балаларға көркем сөзді бірнеше қайтара айтқызады. – Балалар, жаз мезгілі келісімен айналада көбелектер көбейе бастайды. – Сендерге көбелектер ұнайды ма? Тамаша! – Балалар, ал сендер білесіңдер ме, әсем көбелектердің ғұмыры қысқа. – Көбелектерден басқа жаз мезгілінің қандай ерекшеліктерін білесіңдер? Балалардың еркін жауаптары. Тамаша! – Олай болса балалар, мен сендерді көбелектер секілді, жеңіл жаттығулар жасауға шақырамын. Педагог: – Балалар, жаз келіп, бізде жайдарымыз, солай ма? Жазда шынығып, көп күш жинауымыз керек, балалар. Олай болса, музыка әуенімен жаттығулар жасауға кірісеміз. Балалар музыка әуенімен сап түзеп бірінің артынан бірі жүреді,	ма? Тамаша! – Жаз мезгілі сендерге несімен ұнайды? Балалардың еркін жауаптары. Жақсы. Педагог балаларға көркем сөзді бірнеше рет қайтара айтқызады. – Жаз қандай болады, балалар? Ыстық болады. – Жаз - өте ыстық жыл мезгілі. Жаз айлары - маусым, шілде, тамыз. Жазда күн ұзақ, түн қысқа болады. Жазда балалар демалады. – Жаз - мезгілі өте тамаша жыл мезгілі. Біздің сулу табиғатымызды көруге, жеріміздің түпкір - түпкірінен демалуға келеді. Жалпы дамыту жаттығулары. (сылдырмақпен) Бастапқы қалып - аяқтарыңдың деңгейінде, қолдарыңда сылдырмақ. Сылдырмақтарды қолдарыңа алып, екі жаққа соғып, жоғары көтеру, сылдырлату, төмен түсіру, қайтадан алғашқы қалыпқа оралу. Бастапқы қалып - аяқтарыңдың деңгейінде, қолдарыңда сылдырмақтар. Еңкейіп, сылдырмақтарын аяқтың саусақтарына тигізу,		балалар қалай шынығады екен, көрейікші, балалар! Интербелсенді тақтадан жазда суға шомылып жүрген балалардың көңілді сәттерін көрсетеді. - Балалар, қараңдаршы, қаншама балалар суға шомылып жатыр, көріп тұрсыңдар ма? Қандай керемет! Біреулері күнге қыздырынып жатыр, енді басқалары су жағасында ойнап жатыр. Сендерге ұнай ма? Жарайсыңдар! Осы жазда сендер де ата-аналарыңмен суға шомылуға барасыңдар ма? Бәрекелді, балалар! Бәріміз шеңбер жасап тұрайықшы! Балаларға жарты минуттық психогимнастика өткізу мақсатында педагог: - Жадырайды жанымыз (балалар қолдарын жанына жібереді), - Көңілдіміз бәріміз (балалар қол білезіктерін айналдырады), - Шомыламыз мәз болып (балалар қолдарын жанына жібереді). - Дем аламыз бәріміз (балалар қол білезіктерін айналдырады). - Балалар, жаз айы ұнай ма, сендерге? Тамаша! Бүгін балалар, оқу қызметінде сендер ептілік көрсетулерің керек! Қазір бәріміз сапқа тұруға дайындаламыз. Педагог: - Балалар, жаз келіп, бізде
--	--	---	--	--

	педагогтің белгі беруі бойынша шашырап жүреді, жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен шашырап жүгіреді, бастарын төмен түсірмей, шалынып кетпей, аяқ-қолды бірге қозғалтып, еркін жүгіру қимылдарын көрсетеді. Жүріп келе жатып, шеңбер құрады және қайтадан сапқа тұрып, біртіндеп жүріп келе жатып жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрады. Жалпы дамыту жаттығулары (заттарсыз) Негізгі қимыл жаттығулары: Педагог балаларға бір аяқтан бір аяққа секіру және тура секіру жаттығуларын көрсетеді. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Ептісіңдер!",	тік тұру.Негізгі қимыл жаттығулары: Педагог балаларға тақтай бойымен жүру жаттығуын көрсетеді. Тақтай бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау керектігін айтады. Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс меңгере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Ептісіңдер!", "Жылдамсыңдар!" және "Керемет!", "Жарайсыңдар!" деген сөздер айтып, шабыттандырып отырады. "Көңілді секіреміз" қимылды ойыны. Педагог балаларды екі топқа бөледі. Ойын жарыс түрінде өтеді. Балалар педагог белгілеген межеге дейін бір аяқтан бір аяққа секіріп жетуі керек. Белгіленген межеге жеткен кезде, еркін жүгіріп орындарына қайтады. Қай топтың балалары толықтай жүгіріп келеді, сол топ жеңіске жетеді. ҚОРЫТЫНДЫ Аудиожазба бойынша педагог балалармен бірге жаттығуларды орындап, содан		жайдарымыз, солай ма? Енді ауылға немесе басқа мемлекетке ата-аналарыңмен барып дем алуға да болады. Жазда шынығып, көп күш жинауымыз керек, балалар. Олай болса, музыка әуенімен жаттығуларды жасауға кірісеміз. Балалар музыка әуенімен сапта бірінің артынан бірі жүреді, педагогтің белгі беруі бойынша шашырап жүреді, жәй қалыпқа түсіп, тез ойналған музыка әуенімен шашырап жүгіреді, бастарын төмен түсірмей, аяқтары шалыныспай, аяқ, қол қимылын сәйкестендіріп, еркін жүгіру қимылдары көрсетіледі. Жүріп келе жатып, шеңбер құрады және қайтадан сапқа тұрып, біртіндеп жүріп келе жатып жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрады. Жалпы дамыту жаттығулары (шариктермен). Негізгі қимыл жаттығулары - Жүріп келе жатып белгі бойынша тоқтау және отыруға үйрету. - Орнынан ұзындыққа секіру. "Кенгуру" пысықтау ойыны. ҚОРЫТЫНДЫ Оқу қызметі соңында педагог балаларды бубеннің сигналы бойынша сапқа тұруға шақырады. Балалар бірінің
--	---	---	--	---

	"Жылдамсыңдар!" және "Керемет!", "Жарайсыңдар!" деген сөздер айтып, шабыттандырып отырады. Кеглилерді құлату ойыны. ҚОРЫТЫНДЫ Аудиожазба бойынша педагог балалармен бірге жаттығуларды орындап, содан кейін ойын түрінде тапсырма береді. Алдымен балаларға шалқадан жерге жатып, қолдарын басқа жастанып, көздерін жұмып, қиялдау керегін айтады. Тыныш жатып, екі қолды екі жаққа жіберіп, саусақ бастарын қимылдату, тізені сәл бүгіп, екі аяқты кезекпен қозғау. Педагог өзі балалармен бірге ақырын орындарынан тұрып, шеңбер бойымен тыныс алу жаттығуларын жасап, балалармен залдан шығып кетеді. Күтілетін нәтиже: Орындайды: тақтай бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтауды ; Түсінеді: қимылды ойын шартын; Қолданады: доғаның астымен өрмелеу (еңбектеу) дағдыларын;	кейін ойын түрінде тапсырма береді. Алдымен балаларға шалқадан жерге жатып, қолдарын басқа жастанып, көздерін жұмып, қиялдау керегін айтады. Тыныш жатып, екі қолды екі жаққа жіберіп, саусақ бастарын қимылдату, тізені сәл бүгіп, екі аяқты кезекпен қозғау. Педагог өзі балалармен бірге ақырын орындарынан тұрып, шеңбер бойымен тыныс алу жаттығуларын жасап, балалармен залдан шығып кетеді. Күтілетін нәтиже: Орындайды: тақтай бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтауды ; Түсінеді: қимылды ойын шартын; Қолданады: доғаның астымен өрмелеу (еңбектеу) дағдыларын;		артынан бірі тұрып, тыныс алу жаттығуларын педагогтің көрсетуі бойынша орындайды. Педагог: - Балалар, біз бүгін балалардың қалай суға шомылып, қалай шаршағандарын көрдік. Сол сияқты сендер де бүгін оқу қызметінде шаршадыңдар, балалар! Шаршағанымызды басып, дем алдыратын жаттығулар жасайықшы! - Қолдарымызбен ақырын қимылдар жасаймыз. Қолдарымызды екі жанымызға жіберіп, тағы да жайқалтамыз. Педагог балалармен бірге жүріп келе жатып, екі қолдарымен аяқ үйлесімділігін келтіріп, ырғақтық жаттығулар жасайды. Балалар, демімізді ішке тартып, терең дем алып, қайтадан ақырын демімізді сыртқа шығарамыз. Тағы да қайталаймыз. Жарайсыңдар! Ендіі балалар, сендер де жазда дем аласыңдар. Оқу қызметіне жақсы қатысқандарың үшін рақмет! Жақсы да қызықты дем алыңдар, сау болыңдар! Күтілетін нәтиже: Орындайды: орнынан ұзындыққа секіруді ; Түсінеді: қимылды ойын шартын; Қолданады: саптан шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын;
--	--	--	--	--

	допты екі қолмен тордан өткізе лақтыру дағдыларын;				
Залды жинау	Спорттық құрал-жабдықтарды орнына қою, желдету.				
Тәрбиешілермен жұмыс	Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметіне киетін киімдерін айту	Спорттық сайысқа балаларды екі топқа бөліп жарыстыру жайлы айту.			Сайысқа керекті құралдарды әзірлеу.
Балалармен жеке жұмыс	тәрбиеленушісі <i>Ерхан</i> негізгі қимылдарды біледі.	тәрбиеленушісі Адина жалпы дамыту жаттығуларын біледі.			тәрбиеленушісі <i>Айару</i> допты дәлдеп шығыршыққа лақтыруды біледі.
Өзін-өзі жетілдіру	Әдістемелік нұсқаулықты, журналдар қарау				