

**Дене шынықтыру үйлестірілген қызметі мектептің даярлық топтарына арналған атқарылатын іс-шараларының тізімі**

Уақыты Топтар	ҮК мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҮК барысы
01.09 № 12 11.20-11.50	Балаларды ыршытқан жоғары лақтырып, көк қолмен қалып алуды, гимнастикалық қабырғаға өрмеленіп түсуді үйрету. Елтіліктерін, құш-қуаттарын дамыту	Доп, кетлі, басқыш	Кіріспе бөлім: Заттар өрмемен, алдымен алты хәрфті жүру, тұрғы жыламықпен жүту. ЖДЖ орындау 1 кешені Негізгі бөлім: 1) Допты еденнен ирпініптеп жоғары лақтырып, көк қолмен қалып алу (4-5 рет). 2) Қолбеу басқышпен өрмеленіп, гимнастикалық қабырғаға өтіп, саядадан ұстай отырып қалта түсу 3) Ойын: «Кім тез саяқа тұрады» Қортынды бөлім: Саяқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтаңба.
02.09 № 6 16.00-16.30	Балаларды ыршытқан жоғары лақтырып, көк қолмен қалып алуды, гимнастикалық қабырғаға өрмеленіп түсуді үйрету. Елтіліктерін, құш-қуаттарын дамыту	Доп, кетлі, басқыш	Кіріспе бөлім: Заттар өрмемен, алдымен алты хәрфті жүру, тұрғы жыламықпен жүту. ЖДЖ орындау 1 кешені Негізгі бөлім: 1) Допты еденнен ирпініптеп жоғары лақтырып, көк қолмен қалып алу (4-5 рет). 2) Қолбеу басқышпен өрмеленіп, гимнастикалық қабырғаға өтіп, саядадан ұстай отырып қалта түсу 3) Ойын: «Кім тез саяқа тұрады» Қортынды бөлім: Саяқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтаңба.

Әріскер: 

д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Дене шынықтыру үйірмелестірілген қызметі мектеп иелік дәйрелік топтарында арналған ағартылымдық программасы

Қаңтар айы 05.09.2022 – 09.09.2022

Уақыты топтар	ҰК мақсаты	Құрыл-жабылуы	ҰК бағысы
05.09 № 6 <b>16.00-16.30</b> 08.09 № 12 <b>11.20-11.50</b>	Бағаларды допты қабырғата ұрып, еденнен ырпылғын қолмен қалып алуды орындайды. Көс пәкіпен зағтар арасымен секіру. Егіліктерін, нәжділіктерін, шапшаңдылықтарын дамыту.	Доп, жип қолға	Кіріспе бөлім: Түрлі қарқынмен жүру және жүгіру ЖДЖ орындау I кешен Негізгі бөлім: 1) Орындақ үстімен текшелерден аттан жүру. 2) Допты қабырғата ұрып және еденнен ырпылғын, көс қолмен қалып алу, 3) Көс аяқтал зағтар арасымен секіру «бос орынд» ойыны Қортынды бөлім: «Ізде-ізде» ойыны Сапақ түру. ҰК қортындысы: Қолғаусу.
06.09 № 6 <b>10.50-11.20</b> № 12 <b>11.25-11.55</b>	Бағаларды допты қабырғата ұрып, еденнен ырпылғын қолмен қалып алуды үйрету. Он және сол жақ бүйірімен топталып, күрсаудың ішінен өтуді үйрету Егіліктерін дамыту.	Доп, күрсаудың	Кіріспе бөлім: Жүру мен жүгіруді қайталап кезектестіру. ЖДЖ орындау I кешен Негізгі бөлім: 1) Допты қабырғата ұрып және еденнен ырпылғын көс қолмен қалып алу. 2) Он және сол жақ бүйірімен топталып, күрсаудың ішінен өту. 3) «Вақалыңа таазарту» ойыны Қортынды бөлім: Аз қимылды ойын «Текіс толқымды бір» Сапақ түру. ҰК қортындысы: Қолғаусу.
09.09 № 12 <b>15.00-15.30</b> № 6 <b>16.00-16.30</b>	Бағаларды ырпылғын жоғары дақтырып, көс қолмен қалып алуды, гимнастикалық қабырғата ермелеп мініп түсуді үйрету. Егіліктерін, күш-қуаттарын дамыту.	Доп, күшпен	Кіріспе бөлім: Саптақ бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкпеммен жүру, жүгіру. ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1) Түрлі арасына қапшықты қысып, көс аяқтал секіру. 2) Допты екі қолмен зағтар арасымен домалату (аракшылықтағыд м). Қортынды бөлім «Текіс толқымды» Сапақ түру. ҰК қортындысы: Қолғаусу.

Әдіскер: 

д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С

Дене шынықтыру ұйымына берілген оқу нәтижесі негізінде балаларлық топтарына арналған ағартылым циклограммасы

Қыркүйек 12.09.2022 -16.09.2022

Уақыты Топтар	ҮК мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҮК бағысы
12.09 № 6 <b>16.00-16.30</b> 15.09 № 12 <b>11.20-11.50</b>	Балаларды дотты жипте асырын дақтыруды, алға жылжып өскіруді үйрету. Егтіліктерін, нәселдіктерін, шапшаңдықтарын дамыту.	Құраулылар, қашық	Кіріспе бөлім: Аяқтан ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен – біуу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5-2 мин тоқтаусыз жүтіру. ЖДЖ орындау 2 кешен <u>Негізгі бөлім:</u> 1) Оң және сол жақ бүгірімен топталып, құраудың ішінен оту. 2) 2-2,5 м арақашықтықты нысанаға хум сүйенген қашықты, асықты дөңден дақтыру. 3) «Жасқар орада» ойыны <u>Қортынды бөлім:</u> «Бүгі-бүгіне» жаттығуы Салпа түру. ҮК қортындысы. Қолтағу.
13.09 № 6 <b>10.50-11.20</b> № 12 <b>11.25-11.55</b>	Балаларды дотты зәт арақшымен домалату, көс дақтып өскіруді үйрету. Егтіліктерін, нәселдіктерін, шапшаңдықтарын дамыту.	Доп, қашық	Кіріспе бөлім: Салпа бір қатармен, аяқтан ұшымен, оқиымен жүру, шапырып, жұптасып жүтіру. ЖДЖ орындау 2 кешен <u>Негізгі бөлім:</u> 1) Төменгі арақшына қашықты қысып, көс аяқтан өскіру. 2) Дотты аяқшымен төрт тараптан өнбектеу. 3) Ойын: «Балалар мен балықшы» <u>Қортынды бөлім:</u> «Күш мен түйе» ойыны Салпа түру. ҮК қортындысы. Қолтағу.
16.09 № 12 <b>15.00-15.30</b> № 6 <b>16.00-16.30</b>	Балаларды ыршатып жоғары дақтырып, көс қолмен қанып алууды, гимнастикалық қабырғата ормелет мінсіп түсуді үйрету. Егтіліктерін, күш-қуаттарын дамыту.	Доп, қашық	Кіріспе бөлім: Салпа бір қатармен, аяқтан ұшымен, оқиымен жүру, жүтіру. ЖДЖ орындау 2 кешен <u>Негізгі бөлім:</u> 1) Төменгі арақшына қашықты қысып, көс аяқтан өскіру. 2) Дотты екі қолмен зәттар арақшымен домалату (арақашықтықтың м). <u>Қортынды бөлім:</u> «Теніс толқуында» Салпа түру. ҮК қортындысы. Қолтағу.

Әніскер:



д/ш Ісүкәуітіысы Жаубасар Д.С

**Денешиликтеги үйымдастрылган кызмети менен алы даярлык топтарына арилган анта-лык инспекциясы**  
**Кыргыздес 19.09.2022 – 23.09.2022**

Уақыты топтаp	ҮК менен	Курал-жабдуктаp	ҮК баpасы
19.09 № 6	Балаларды дотты жогары тактыpын катып аудап, биктикке секiry даярларын калыптастыp; Ертиктерин, икемдиктерин, шапандылыктаpын дамытуу.	Дот	Кипине бейле: Тизден бүтүлгел аякты жогары котерип жүpү және иашыpан, жүптасып жүтiry. ЖДЖ орындауу 1 кешен Нерти бейле: 1) Бир орынан биктикке секiry. 2) Кое: котмен дотты жогары даярлап, катып аду 3) «Бекетаны коктапты тазыpу» ойенал. Коркатылды бейле: Ал кимиди ойенг оКун мен түш Салка түpү. ҮК коркатылды. Кошпачу.
20.09 № 6	Топе-тендик сактап жүpүд.Биктикке секiryге Балаларды үйретуу.	Келip- бүдүp тактап	Кипине бейле: Турап катыпдан жүpү және бир саякка кобыланы заттар арсымен ожалтанып иренкеден жүтiry. ЖДЖ орындауу 1 кешен Нерти бейле: 1) Келip- бүдүp тактап үшмен тепе-тендикти сактап жүpү. 2) Бир орынан биктикке секiry. Мэ3) Ойенг: «Асыу катыp» Коркатылды бейле: «Тенг толканде аз кимиди ойенг Салка түpү. ҮК коркатылды. Кошпачу.
10.50-11.20 № 12	Ертиктерин, икемдиктерин, шапандылыктаpын дамытуу		
11.25-11.55			
23.09 № 12	Балаларды биктикке секiryд. жп астынан сибектен өтүдү үйретуу.	Биктикке секiryтпн курапдар, жпн	Кипине бейле: Заттардан арсымен жүpү және заттарды аттан, бир саякка кобыланы заттар арсымен жүтiry. ЖДЖ орындауу 1 кешен Нерти бейле: 1) Бир орынан биктикке секiry. 2) Биктиг 40 см жпн астынан сибектеу. 3) «Балыктар мен балыкшы» Коркатылды бейле: «Шарша, кою, бүрүчкө» Салка түpү. ҮК коркатылды. Кошпачу.
15.00-15.30 № 6	Ертиктерин, күш-күчтарабын дамытуу.		
16.00-16.30			

Диккер:



Д/ш Нусекашасы Жыбасар Д.С.

гүлөмөчүлүкчүлүк мезгилинде өсүшүндө муздак мезгилде өсүшүндө муздак мезгилде өсүшүндө муздак мезгилде өсүшүндө

Денеиниكتеүдү үйрөткөндүктөгүлүк күлөмөтү өрөөк топтарында арналган аялалык инк.тограммасы

Кыргызстан 26.09.2022 – 30.09.2022

Убакыты топтар	ҮК максаты	Курал-жабдыктар	ҮК берилеси
26.09 № 6	Жилтин астынан өсөөктөгү, секирүү, даялдарын камалткычтаруу.	Жил, доптар, келтирер	Күрөңгө бөлүм: Сапка бир-бирден, аяктын үшүмөн, өкүлөмөн жүрүү жана ийилерин жүтүү. ЖДЖ орындауу 1 кешен
16.00-16.30 29.09 № 12	Егиткичтерин, икемдүүлүктөрүн, шапшаандыктарын дамытуу.		Негизги бөлүм: 1) Бөлүктөгү 40 см жылтын астынан өсөөктөгү. 2) Аягы карай жылкып секирүү. 3) «Каскыр ордо» Коркындагы бөлүм: Аз кыялдуу ойын «Күн мен түн» Сапка түрү. ҮК коргунданын Коштосу.
27.09 № 6	Орпундук үстүнө өсөөктөгүлүк кол, аяктарын дурмек коюуда, допты жоюурун локтирүлүк үйрөтүү. Егиткичтерин, икемдүүлүктөрүн, шапшаандыктарын дамытуу.	Гимнастикалык орындук, доптар	Күрөңгө бөлүм: Тизени жоюурун көтөрүп жүрүү, 1 минут бойы токтоосуз жүтүү. ЖДЖ орындауу 1 кешен Негизги бөлүм: 1) Гимнастикалык орындагытан өсөөктөгү. 2) Допты жоюурун локтирү. 3) Ойын «Бос үй» Коркындагы бөлүм: «Шеруу, жови, бүтүнкө» Сапка түрү. ҮК коргунданын Коштосу.
10.50-11.20 № 12	Орпундук үстүнө өсөөктөгүлүк кол, аяктарын дурмек коюуда, допты жоюурун локтирүлүк үйрөтүү. Егиткичтерин, икемдүүлүктөрүн, шапшаандыктарын дамытуу.	Гимнастикалык орындук, доптар	Күрөңгө бөлүм: Түрдү тапсырмалармен жүтүү: шапшаан жана башуу кыркымен, жетексүймөн ачыса отырып жүтүү. Негизги бөлүм: 1) 8 м дейинги калдыктыкта заптар араалыкпен түрдү багыт бойынша тургунданып өсөөктөгү. 2) 1.5 м калдыктыктан титнен нысанын локтир локтирү. 3. Ойын: «Балыктар мен балыкшы» Коркындагы бөлүм: Сапка түрү. ҮК коргунданын Коштосу.
30.09 № 12	Орпундук үстүнө өсөөктөгүлүк кол, аяктарын дурмек коюуда, допты жоюурун локтирүлүк үйрөтүү. Егиткичтерин, икемдүүлүктөрүн, шапшаандыктарын дамытуу.	Гимнастикалык орындук, доптар	Күрөңгө бөлүм: Түрдү тапсырмалармен жүтүү: шапшаан жана башуу кыркымен, жетексүймөн ачыса отырып жүтүү. Негизги бөлүм: 1) 8 м дейинги калдыктыкта заптар араалыкпен түрдү багыт бойынша тургунданып өсөөктөгү. 2) 1.5 м калдыктыктан титнен нысанын локтир локтирү. 3. Ойын: «Балыктар мен балыкшы» Коркындагы бөлүм: Сапка түрү. ҮК коргунданын Коштосу.
15.00-15.30 № 6	Орпундук үстүнө өсөөктөгүлүк кол, аяктарын дурмек коюуда, допты жоюурун локтирүлүк үйрөтүү. Егиткичтерин, икемдүүлүктөрүн, шапшаандыктарын дамытуу.	Гимнастикалык орындук, доптар	Күрөңгө бөлүм: Түрдү тапсырмалармен жүтүү: шапшаан жана башуу кыркымен, жетексүймөн ачыса отырып жүтүү. Негизги бөлүм: 1) 8 м дейинги калдыктыкта заптар араалыкпен түрдү багыт бойынша тургунданып өсөөктөгү. 2) 1.5 м калдыктыктан титнен нысанын локтир локтирү. 3. Ойын: «Балыктар мен балыкшы» Коркындагы бөлүм: Сапка түрү. ҮК коргунданын Коштосу.
16.00-16.30	Орпундук үстүнө өсөөктөгүлүк кол, аяктарын дурмек коюуда, допты жоюурун локтирүлүк үйрөтүү. Егиткичтерин, икемдүүлүктөрүн, шапшаандыктарын дамытуу.	Гимнастикалык орындук, доптар	Күрөңгө бөлүм: Түрдү тапсырмалармен жүтүү: шапшаан жана башуу кыркымен, жетексүймөн ачыса отырып жүтүү. Негизги бөлүм: 1) 8 м дейинги калдыктыкта заптар араалыкпен түрдү багыт бойынша тургунданып өсөөктөгү. 2) 1.5 м калдыктыктан титнен нысанын локтир локтирү. 3. Ойын: «Балыктар мен балыкшы» Коркындагы бөлүм: Сапка түрү. ҮК коргунданын Коштосу.

Эликкер:

Д/ш нускаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру ұйымдастырылған қызметі мектеп алды даярлық топтарына арналған аптадық инклюзивтілік программасы**  
**Қазан 03.10.2022 – 07.10.2022**

Уақыты топтар	ҰК мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҰК барысы
03.10 № 6 <b>16.00-16.30</b> 06.10 № 12 <b>11.20-11.50</b>	Орындық үстінде енбектеуді қол, аяқтарын дұрыс қоюды, допты дағдыларын қалыптастыру. Елгіліктерін, икемділіктерін, шапшаңдылықтарын дамыту.	Доп	Кіріспе бөлім: Қозғалыс қарқынды өзгертіп жүру, заттардың арасымен жүгіру. ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1) Иминативтік орындықтан енбектеу. 2) Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату. 3) «Балықтар мен балықшы» Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Тініз толқиды» Сапқа тұру. ҰК қортындысы: Қолтабу.
04.10 № 6 <b>10.50-11.20</b> № 12 <b>11.25-11.55</b>	Тене-тендік сақтап жүруді, биіктікке секіруге бағаларды үйрету. Елгіліктерін, икемділіктерін, шапшаңдылықтарын дамыту.	Кедір-бұдыр тақтай	Кіріспе бөлім: Аяқтың ұшымен, өкшемен жүру, кедергілерден аттап жүгіру. ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1) Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату 2) Доға астымен енбектеу 3) Ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды бөлім: «Күн мен түн» аз қимылды ойын Сапқа тұру. ҰК қортындысы: Қолтабу.
07.10 № 12 <b>15.00-15.30</b> № 6 <b>16.00-16.30</b>	Бағаларды биіктікке секіруді, жіп астынан енбектеп өтуді үйрету. Елгіліктерін, күш-қуағтарын дамыту.	Доға, қапшық	Кіріспе бөлім: Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен жүру, шашырап жүгіру. ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1) Доғаның астымен енбектеу. 2) Тізеңін арасына қапшықты қысып, қос аяқтан секіру. 3) Ойын «Бос үй» Қорытынды бөлім: «Шарша, қол, бұршік» Сапқа тұру. ҰК қортындысы: Қолтабу.

Әдіскер:



д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Дене шынықтыру ұйымдастырылған кезеңі мектеп аяғы даярлық топтары

Дене шынықтыру ұйымдастырылған кезеңі мектеп аяғы даярлық топтарына арналған апталық шығармасы

Қазан 10.10.2022 – 14.10.2022

Уақыты топтар	ҮК мазмұны	Құрап-жабылдықтар	ҮК бағасы
10.10 № 6	Бөлшегілі даярлық топтарды дайындау, балаларды қызықтыру, балаларды қызықтыру.	Доп, бөліктің секірісін құрап	Кіріспе бөлімі: Қолтың қорқыныш өлгеріні жүру, заттардың арасымен жүтіру. ЖДЖ орындау: Ікешен Нәтижі бөлімі: 1) Бөліктің 40 см жігін астымен өткізету. 2) Көз қозғалысы даярлық топтарды, қалта қалып алу. 3) Ойын: «Бос орын» Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын «Әрмекші» Салпа тұру.
16.00-16.30 № 12	Ертінкілерін, ікешендіктерін, шынықтыруларын дайындау.	Келіп-бұзыр тақта, гимнастикалық сабақтарға	ҮК қорытындысы: Қолтың қорқыныш өлгеріні жүру, шынықтыру жүтіру. Кіріспе бөлімі: Төмен жоғары көтеріп жүру, шынықтыру жүтіру. ЖДЖ орындау: 1) Келіп-бұзыр тақта үстінде жүру. Нәтижі бөлімі: 2) Гимнастикалық қимылдарға өткізету 3) Ойын: «Гимнастикалық қимылдарға өткізету» Қорытынды бөлімі: «Төңір толқанды» ат қимылды ойын Салпа тұру.
11.20-11.50 № 6	Төмен-теңізді сақтап жүруді, бөліктің секіруге бағаларды үйрету. Ертінкілерін, ікешендіктерін, шынықтыруларын дайындау.	Келіп-бұзыр тақта, гимнастикалық сабақтарға	ҮК қорытындысы: Қолтың қорқыныш өлгеріні жүру, шынықтыру жүтіру. Кіріспе бөлімі: Төмен бүгілген аяқты жоғары көтеріп, заттарды алып жүру, бір саясқа қойылған заттар арасымен оқалыпшырап жүтіру. ЖДЖ орындау: 1) Келіп-бұзыр тақта үстінде жүру. Нәтижі бөлімі: 2) Гимнастикалық қимылдарға өткізету. 3) Ойын: «Төмен бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру» Қорытынды бөлімі: «Шырыш, қоян, бұғының» Салпа тұру.
14.10 № 12	Балаларды гимнастикалық қимылдарға оқыту, балаларды қызықтыру, балаларды қызықтыру.	Гимнастикалық орындар, жетпістер	ҮК қорытындысы: Қолтың қорқыныш өлгеріні жүру, шынықтыру жүтіру. Кіріспе бөлімі: Төмен бүгілген аяқты жоғары көтеріп, заттарды алып жүру, бір саясқа қойылған заттар арасымен оқалыпшырап жүтіру. ЖДЖ орындау: 1) Келіп-бұзыр тақта үстінде жүру. Нәтижі бөлімі: 2) Гимнастикалық қимылдарға өткізету. 3) Ойын: «Төмен бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру» Қорытынды бөлімі: «Шырыш, қоян, бұғының» Салпа тұру.
15.00-15.30 № 6	Балаларды гимнастикалық қимылдарға оқыту, балаларды қызықтыру, балаларды қызықтыру.	Гимнастикалық орындар, жетпістер	ҮК қорытындысы: Қолтың қорқыныш өлгеріні жүру, шынықтыру жүтіру. Кіріспе бөлімі: Төмен бүгілген аяқты жоғары көтеріп, заттарды алып жүру, бір саясқа қойылған заттар арасымен оқалыпшырап жүтіру. ЖДЖ орындау: 1) Келіп-бұзыр тақта үстінде жүру. Нәтижі бөлімі: 2) Гимнастикалық қимылдарға өткізету. 3) Ойын: «Төмен бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру» Қорытынды бөлімі: «Шырыш, қоян, бұғының» Салпа тұру.
16.00-16.30 № 6	Балаларды гимнастикалық қимылдарға оқыту, балаларды қызықтыру, балаларды қызықтыру.	Гимнастикалық орындар, жетпістер	ҮК қорытындысы: Қолтың қорқыныш өлгеріні жүру, шынықтыру жүтіру. Кіріспе бөлімі: Төмен бүгілген аяқты жоғары көтеріп, заттарды алып жүру, бір саясқа қойылған заттар арасымен оқалыпшырап жүтіру. ЖДЖ орындау: 1) Келіп-бұзыр тақта үстінде жүру. Нәтижі бөлімі: 2) Гимнастикалық қимылдарға өткізету. 3) Ойын: «Төмен бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру» Қорытынды бөлімі: «Шырыш, қоян, бұғының» Салпа тұру.

Әрікесер: 

д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Денешынықтыру үйымшылтығын кызметі мектеп алды даярлық топтарына арналған апталык инклюзивтілігі

Қазан 17.10.2022 – 21.10.2022

Уақыты топтар	ҮК мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҮК барысы
<p>17.10 № 6 16.00-16.30 20.10 № 12 11.20-11.50</p>	<p>Қапышықты аяқ арасына қысып секіру дағдыларын қалыптастыру. Егтіліктерін, нкөмділіктерін, шапшаңдылықтарын дамыту.</p>	<p>Қапышықтар доптар, кегілер</p>	<p>Кіріспе бөлім: Түрлі қарқынды бір қатармен, қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жыланша» ирелендеп, келергілер арасымен жүтіру. ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1)Тізісін арасына қапышықты қысып, қос аяқтап секіру. 2) Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату. 3)Ойын: «Тарышкерлер» Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Ормекші». Сапақтау. ҮК қортындысы. Қолтауу.</p>
<p>18.10 № 6 10.50-11.20 № 12 11.25-11.55</p>	<p>Допты домалатуды, Қапышықты дөңсен дақтыруды үйрету. Егтіліктерін, нкөмділіктерін, шапшаңдылықтарын дамыту.</p>	<p>Қапышықтар доптар,</p>	<p>Кіріспе бөлім: Заттардан арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүтіру. ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1)Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату. 2)2-2,5 м арақашықтықтағы нысанға құм салынған қапышықты дөңсен дақтыру 3)Ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды бөлім: «Күн мен түн» аз қимылды ойын Сапақтау. ҮК қортындысы. Қолтауу.</p>
<p>21.10 № 12 15.00-15.30 № 6 16.00-16.30</p>	<p>Бағаларды бір аяқпен секіруді, допты бір-біріне дақтыруды үйрету; егтіліктерін, күш-қуштарын дамыту.</p>	<p>Кегілер, доптар</p>	<p>Кіріспе бөлім: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, шапырап, жұптасып жүтіру. ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім:1) Оң және сол аяқтарымен кезектесіп заттар арасымен секіру. 2)Көуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне дақтыру. Ойын : «Бақшаны тазарту» Қорытынды бөлім: Ойын«Шыраша, қоян, бүршік» Сапақтау ҮК қортындысы. Қолтауу.</p>

Әдіскер:



д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.



**Дене шынықтыру үйымдастырылган кызметі мектеп аянда даярлық топтарында арналган жылдық инвентаризациясы**  
 Кезеңі 26.10.2022 – 28.10.2022

Уақыты топтаp	ҮК мақсаты	Күрделілік деңгейі	ҮК баpсeмe
27.10 № 12 <b>11.20-11.50</b>	Балаларды дoптa жoғapы лақтырып қатып алуды, бeлiктiккe сeкiрy дaлдaстыpып қалыптастыру; Егiлiктерiн, нeмeдiлiктерiн, шапшаңдылықтарын дамыту.	Дoпт, қалыңдастар	Кiрiсiпe бeлiм: Қoғaмды қарқынды өзгepтiп жүрy, заттардың арасымен жүгiрy, ЖДЖ орындау 1 кeшeн Нeтiздi бeлiм: 1) Бiр орыннан бeлiктiккe сeкiрy. 2) Дoптa eкi қолмен бiр-бiрiнeсi арқақашықтығы 1.5-2м) бeлeнaнacыpa лaқтырy, 3) Ойын: «Бiрeс eмeн» Қoғaмдaғы бeлiм: Аз кeмeлдiлe ойын «Ормexшiлi» Сaпқa тyрy. ҮК қoғaмдaғыcы. Қoғaмcы.
28.10 № 12 <b>15.00-15.30</b> № 6 <b>16.00-16.30</b>	Тeпe-тeңiлiк cактaн жyрyдi бeлiктiккe сeкiрyгe бeлiшiрдeлy үйрeтy. Егiлiктерiн, нeмeдiлiктерiн, шапшаңдылықтарын дамыту.	Дoптaр, apқaн	Кiрiсiпe бeлiм: Тyрiп қарқынды жүрy жeнe бiр cызыққа қoйылғaн заттар арасымен «жыланыш» иреленiсiн жүгiрy. ЖДЖ орындау 1 кeшeн Нeтiздi бeлiм: 1) Дoптa бeлeмeн итepiн eтiбeктeу. 2) Арқaн бoйымен бiр жaқ жaнымен қарындап тeпe-тeңдiктi сактaп (өкшeнi арқaнғa, аяқ ұшып eлeнгe) жүрy 3) Ойын: «Ажy қaлдap» Қoғaмдaғы бeлiм: «Тeгiз тoлқылды» аз кeмeлдiлe ойын Сaпқa тyрy. ҮК қoғaмдaғыcы. Қoғaмcы. Кiрiсiпe бeлiм: Аяқтың ұшымен, бeлeмeн, заттар арасымен жyрy, жүгiтiлiсiн, заттарды аттап жүгiтiрy. ЖДЖ орындау 1 кeшeн Нeтiздi бeлiм: 1) Бiр орыннан бeлiктiккe сeкiрy. 2) Гимнaстикaлық oрындықтың үстiнeн eтiбeктeу. 3) Ойын «Кiм тeз cапқa тyрaды» Қoғaмдaғы бeлiм: ойын «Шыpшa, қoғaн, бyрiшкe» Сaпқa тyрy. ҮК қoғaмдaғыcы. Қoғaмcы.

Әңiскep: 

Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Демеушылықты ұйымдастырылған қызметі мектепалды даярлық топтарында арналған алғашық шикіотграммасы

Қарағанды 31.10.2022 – 04.11.2022

Уақытты топтар	ҮК мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҮК бағысы
31.10 № 6 16.00-16.30 03.10 № 12 11.20-11.50	Қапшықты аяқ арасына қысып секіру дәлдігіарын қалыптастыру; Еңгіліктерін, іксемдіктерін, шашандылықтарын дамыту.	Қапшықтар доптар, кестілер	Кіріспе бөлімі: Тұрып қарқанды бір қатармен, қолында бағытына өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жылапана» презентация, кестелерімен арасымен жүтуру. ЖДЖ орындау 2 кешпен Негізгі бөлімі: 1)Тізгенің арасына қапшықты қысып, қос аяқтан секіру; 2)Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату. 3) Ойын: «Арышкерлер» Қорытынды бөлімі: Ау қуышылы ойын «Күн мен түн»№12 Сапақа тұру. ҮК қортындысы: Қолтағу.
01.11 № 6 10.50-11.20 № 12 11.25-11.55	Допты домалатуыды, Қапшықты дәлденді аяқтыруды Үйрету.Еңгіліктерін, іксемдіктерін, шашандылықтарын дамыту.	Қапшықтар доптар.	Кіріспе бөлімі: Заттардың арасымен, аяқтың үшпенмен жүру, тұрып қалыптамықпен жүтуру.ЖДЖ орындау 2 кешпен Негізгі бөлімі: 1)Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату. 2)2-2.5 м арақашықтықтағы нысанға құм салыптан қапшықты дәлденді аяқтыру 3) Ойын: «Ауқу жандар» №2 Қорытынды бөлімі: «Теніс-толқанды» аз қимылды ойын №13 Сапақа тұру; ҮК қортындысы: Қолтағу.
04.11 № 12 15.00-15.30 № 6 16.00-16.30	Балаларды бір аяқпен секіруді, допты бір-біріне аяқтыруды Үйрету, еңгіліктерін, күш- қуыштарын дамыту.	Кестілер, доптар	Кіріспе бөлімі: Қолында бағытына өзгертіп жүру, шашыран, жұптасып жүтуру. ЖДЖ орындау 2 кешпен Негізгі бөлімі: 1) Ой және сол аяқтарымен кезектесіп заттар арасымен секіру; 2)Күште тұрған қос қолмен допты бір-біріне аяқтау; 3) Ойын: «Арышкерлер» №4 Қорытынды бөлімі: ОйынШығарма, қоян, бүршік №11 Сапақа тұру. ҮК қортындысы: Қолтағу.

Әдіскер:



А.Ш. Пусқаушылы Жаубасар Д.С.

Демеушіліктың ұйымдастырылған қызметі мектептегі даярлық топтарында арнайы аталық инспекциямен  
Қараша 07.11.2022 – 11.11.2022

Уақыты топтар	ҮК мазманы	Құрал- жабдықтар	ҮК бағыты
07.11 № 6 16.00-16.30 10.11 № 12 11.20-11.50	Кимел-коллажға дәрікелерін қалыптастыру. Елтіліктер ін, ікемділіктерін, шашандылықтарын дамыту.	сежіртпе, қапшықтар	Кіріспе бөлімі: Тікелей бүтіннен аяқты жетергі көтеріп жүру және шашырап, жүгірмей жүтіру.. ЖДЖ орындау. Ікеннен Негізгі бөлімі: 1) Ұзын және қысқа қоспа сежіртпемен қос аяқтап сежіру. 2) Ұзын арақалықтықтан қапшықты тік некеңінен аяқтап ақырып, он және сол қолмен дақтыру. 3) Ойын: «Бос орын» Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын «Әрмекші» Сабақ қортындысы ҮК қортындысы: Қолтабу
08.11 № 6 10.50-11.20 № 12 11.25-11.55	Темел-темілік саяхат жүруді, биіктікке сежіртпе бағаларын ұйрету. Елтіліктерін, ікемділіктерін, шашандылықтарын дамыту.	Доптар, арзан	Кіріспе бөлімі: Тураі қорында жүру және бір саяхатқа қойылған заттар арасымен «жылпизы» араландып жүтіру. ЖДЖ орындау 1 келінен Негізгі бөлімі: 1) Допты басымен ітеріп еңбектеу. 2) Арзан бөлімінен бір жақ жанымен келірілген темел-темілікті саяхат (өкпені арқалып, аяқ ұшы еленге) жүру 3) Ойын: «Ақсу қалдар» Қорытынды бөлімі: «Темел-темілі» аз қимылды ойын Сабақ қортындысы ҮК қортындысы: Қолтабу
11.11 № 12 15.00-15.30 № 6 16.00-16.30	Бағаларды пминастивналық кайыртпа өрмешелуді, он, сол аяқпен сежіруді, ұйрету. Елтіліктерін, құл- қуағтарын дамыту.	Пминастивна лік орындақ, келі ілер	Кіріспе бөлімі: Аяқпен ұшырып, өкпенен, заттар арасымен жүру, жұптап, заттарды аяқтап жүтіру. ЖДЖ орындау 1 келінен Негізгі бөлімі: 1) Бір орыннан биіктікке сежіру. 2) Пминастивналық орындақтан, үстінен еңбектеу. 3) Ойын: «Кім тез сипқа тұрады» Қорытынды бөлімі: «Шырына, қоян, бұрыш» Сабақ қортындысы ҮК қортындысы: Қолтабу

Әдіскер:



А/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Денсаулықтық сабағының мектеп алды даярлық топтарына арналған апталық инслюграммасы**

**Қараша 14.11.2022 – 18.11.2022**

Уақыты топтар	ҰОК мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҰОК барысы
14.11 № 6 16.00-16.30 17.11 № 12 11.20-11.50	Жіптің астынан өткізету, секіру, дағдыларын қалыптастыру. Елтіліктерін, икемділіктерін, шапшаңдылықтарын дамыту.	Секіртпелер, қапшықтар	Кіріспе бөлімі: Белгі бойынша бір қатармен бір-бірімен жүру және заттарды алып өтіп жүтіру. ЖДЖ орындау. Іскінен <u>Негізгі бөлімі:</u> 1) Уақыт және кәсіп секіріспенен қос аяқтап секіру. 2) 4 м арқаишықтықтан қапшықты тік нысанға шыққан азырын, он және сол қолмен дақтыру. 3) Ойын: «Екі Ақса» <u>Қорытынды бөлімі:</u> Аз ымығалды ойын «Күм мен түм» Салқа тұру. ҰОК қортындысы: Қолтағу.
15.11 № 6 10.50-11.20 № 12 11.25-11.55	Ореңдық үстінде еңбектеуі жол, аяқтарын дұрыс қояды, допты жоғары дақтыруды үйрету. Елтіліктерін, икемділіктерін, шапшаңдылықтарын дамыту.	доптар, кәділдер	Кіріспе бөлімі: Заттарды арақсымен жүру; кедергілерді арақсымен жүтіру. ЖДЖ орындау. 1 кешен <u>Негізгі бөлімі:</u> 1) Тұры қарсында жүру және бір сөздіккі қойылған заттар арақсымен «жылынаша» іреленісіп жүтіру. 2) Допты басымен ігеріп еңбектеу. 3-4 доптың астынан еңбектеп оту. 3) Ойын: «Ақсу қақпақ» <u>Қорытынды бөлімі:</u> «Теміз төпқимы» аз ымығалды ойын Салқа тұру. ҰОК қортындысы: Қолтағу.
18.11 № 12 15.00-15.30 № 6 16.00-16.30	Тізенің арақсына қапшықты қасып, қос аяқтап секіру. 2-2,5 м арқаишықтықтағы нысанға құм салынған қапшықты дәлісіп дақтыру.	Қапшықтар	Кіріспе бөлімі: Тұры қарсында бір қатармен, қозғалыс бағыттан өзгертіп, заттар арақсымен жүру; «жылынаша» іреленісіп, кедергілер арақсымен жүтіру. ЖДЖ орындау. 2 кешен <u>Негізгі бөлімі:</u> 1) Тізенің арақсына қапшықты қасып, қос аяқтап секіру. 2) 2-2,5 м арқаишықтықтағы нысанға құм салынған қапшықты дәлісіп дақтыру. 3) Ойын: «Балықтар мен балықшы» <u>Қорытынды бөлімі:</u> Ойын: Шырша, қоян, бұрышқа Салқа тұру. ҰОК қортындысы: Қолтағу.

Әдіскер:



ӘІШ нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Денешыныктыру сабатынын мектеп алды даярлык топтарына арналган аялалык инструкторлардын

Караша 21.11.2022 – 25.11.2022

Уақытты топтар	УОК максаты	Күрөл-жабыктыктар	УОК барысы
21.11 № 6 16.00-16.30 24.11 № 12 11.20-11.50	Капшыкты аяк арасына кысып секиреді, торптастандап себөктөйді, Егтіліктерін, икемділіктерін, шапшаңдыктарын дамыту.	Кегіштер, секирітпелер күресулар	Кіріспе бөлім: Түрлі қарсылда бір қатармен, қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жыландар» иреленіп, келергілер арасымен жүту, ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1) Уағын және қысқа секирітпелермен қос аяқтап секиру, 2) Қарсыдан қойылған сатының тақтайшалары арасынан себөктен өту, 3) Ойын: «Тарышкерлер» Қорытынды бөлім: ойын «Шырша, қоян, бұршақ» Сапқа тұру, УОК қортындысы, Қолтағу.
22.11 № 6 10.50-11.20 № 12 11.25-11.55	Дөңгыз домалатады, Капшыкты дәлдендіріледі, Егтіліктерін, икемділіктерін, шапшаңдыктарын дамыту.	Капшыктар дөңгыз,	Кіріспе бөлім: Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, Түрлі жылдамдықпен жүту, ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1) Дөңгыз бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату, 2) 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанға құм салынған капшыкты дәлдендіріледі Қорытынды бөлім: «Аққу қаздар» 3) Ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды бөлім: «Тегіз ойқала» аз қимылды ойын Сапқа тұру, УОК қортындысы, Қолтағу.
25.11 № 12 15.00-15.30 № 6 16.00-16.30	Тізенін арасына капшыкты қысып, қос аяқтап секиру, 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанға құм салынған капшыкты дәлдендіріледі.	Капшыктар	Кіріспе бөлім: Түрлі қарсылда бір қатармен, қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жыландар» иреленіп, келергілер арасымен жүту, ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1) Тізенін арасына капшыкты қысып, қос аяқтап секиру, 2) 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанға құм салынған капшыкты дәлдендіріледі Қорытынды бөлім: Ойын «Шырша, қоян, бұршақ» Сапқа тұру, УОК қортындысы, Қолтағу.

Әдіскер:



Ә/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Дене шынықтыру сабағының мектеп алды даярлық топтарына арналған

Программасы

Дене шынықтыру сабағының мектеп алды даярлық топтарына арналған апталық инструкторлармасы  
 Караша 28.11.2022 – 02.12.2022

Уақыты топтар	ҰҚ мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҰҚ барысы
28.11 № 6 16.00-16.30 01.12 № 12 11.20-11.50	Дене шынықтыруға баулу,дененің физикалық сапаларын: жылдамдық, шыдамшылық, икемділікті дамыту.	Арқан, доп	Кіріспе бөлім: Түрлі қарқынды бір қатармен,қозғалыс бағыттың өзгертіп, зәттар араcымен жүру, «жылпанып» ирелендісіп, көдергілер араcымен жүту. ЖІДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Арқаннан секіру 2) Допты лақтыру және аяғы қарай жылжып қалып алу. 3) Ойын: « Қу түзілі » Қорытынды бөлім: ойын «Доп кімде » Сапқа тұру.
29.11 № 6 10.50-11.20 № 12 11.25-11.55	Дене шынықтыруға баулу,дененің физикалық сапаларын: жылдамдық, шыдамшылық, икемділікті дамыту.	Қапшықтар доптар,	ҰҚ қортындысы. Қолтасу. Кіріспе бөлім: Түрлі қарқынды бір қатармен,қозғалыс бағыттың өзгертіп, зәттар араcымен жүру, «жылпанып» ирелендісіп, көдергілер араcымен жүту. ЖІДЖ орындау Негізгі бөлім: 1)Допты бір қатарға қойылғаны зәттар араcымен домқалау. 2)2-2,5 м арақашықтықтағы нысанға құм салынған қапшықты лапшен лақтыру 3)Ойын: «Ит пен қоян » Қорытынды бөлім: «Доп кімде » аз қимылды ойын Сапқа тұру.
02.12 № 12 15.00-15.30 № 6 16.00-16.30	Дене шынықтыруға баулу,дененің физикалық сапаларын: жылдамдық, шыдамшылық, икемділікті дамыту.	Доп, гимнастикалық қабырға	ҰҚ қортындысы. Қолтасу. Кіріспе бөлім: Түрлі қарқынды бір қатармен,қозғалыс бағыттың өзгертіп, зәттар араcымен жүру, «жылпанып» ирелендісіп, көдергілер араcымен жүту. ЖІДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Бір қолмен (он және сол қолды аймақтыру) допты қалты алу. 2) Гимнастикалық қабырғадан өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысқан өрмелеу. 3) Ойын: «Шортан мен балықтар » Қорытынды бөлім: Ойын « Еуи мен түрі » Сапқа тұру.

Әдіскер:



Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С

**Денешынықтыру сабағының мектеп алды даярлық топтарына арналған аталық инструкторлардың  
Жестөксен 05.12 – 09.12.2022**

Уақыты топтар	ҮК мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҮК бағасы
05.12 № 6 16.00-16.30 08.12 № 12 11.20-11.50	Балалардың дене қалыптарының дұрыс дамуын қалыптастыру.	Доп, тақтай	Кіріспе бөлім: Сапқа үшеу/ден жүру. ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Кедір-бүгір тақтаймен үше-төудік сақтан жүру. 2) Жалтін үстінен лақтыру және екі қолмен бағын алу. Ойын: «Түгі мен балалар» Қорытынды бөлім: «Аз қимылды ойын» «Жез көбіке» Сапқа тұру. ҮК қортындысы: Қолтағу.
06.12 № 6 10.50-11.20 № 12 11.25-11.55	Балалардың дене қалыптарының дұрыс дамуын қалыптастыру.	Доп	Кіріспе бөлім: Қосалқы қолмен аяға кұрай жүру. ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Оң және сол аяқты айналыстырып секіру. 2) Допты екі қолмен қағып алу (арқалықтың 4-5 метр). Ойын: «Кім жылдам» Қорытынды бөлім: «Жез көбіке» аз қимылды ойын Сапқа тұру. ҮК қортындысы: Қолтағу.
09.12 № 12 15.00-15.30 № 6 16.00-16.30	Балалардың дене қалыптарының дұрыс дамуын қалыптастыру.	Қағаз	Кіріспе бөлім: Келергіндерден өзү аралды зерттей жолдамалықпен – бауу жүгіру. ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Тізенің арқасына қолшықты қысып алып секіру. 2) Табы мен алақанға сүйеніп төрт тағамды етбеткеу. Қорытынды бөлім «Доп кімде?» Сапқа тұру. ҮК қортындысы: Қолтағу.

Әдіскер:



Д/ш нұсқаушысы Жауғасар Д.С.

Денешындықты ұйымдастырылған іс-әрекетті мектепалды топтарына арналған апталық инклюграммасы  
Желтоқсан 12.12-15.12.2022

Уақыты топтар	ҰҚ мақсаты	Құрал-жабдықтар	Әдістемелер қабылдау
<p><b>12.12</b> №6 16.00-16.30 <b>15.12</b> №12 11.20-11.50</p>	<p>Балалардың спортқа деген қызығушылықты арттыру.</p>	<p>Доп,секіртпе</p>	<p>Әдістемелер қабылдау Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1)Допты еденнен ырыштып жоғары лақтырып, көс қолмен қағып алу 2) Әртүрлі қарқында секірілген аттап жүру. 3) Ойын: «Шортан мен балықтар» Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « Күн мен түн » Сапқа тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтағу.</p>
<p><b>13.12</b> №6 10.50-11.20 №12 11.25-11.55</p>	<p>Балалардың спортқа деген қызығушылықты арттыру.</p>	<p>Кегль, доп.</p>	<p>Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Кегльдердің арасымен жүру. Сызықтан секіру 2) Допты лақтыру және алға қарай жылжып қағып алу 3) Ойын: « Кү түлікі » Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « Доп кімде? » Сапқа тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтағу.</p>

Әдіскер:



д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.



**Денсаушылықты рухани дамытуға бағытталған іс-әрекетті мектеп балалар топтарына арналған ағартушық дидактикалық материалдар**  
**Желтоқсан 19.12-23.12.2022**

Уақыты топтар	ҮҚ мақсаты	Күрделі-жабықтықтар	ҮҚ бағыты
19.12 №6 16.00-16.30 22.12 №12 11.20-11.50	Дене шынықтыруға баулу. Дененің физикалық сапаларын: жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту.	Доптар	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Баскетбол элементтері. Кезде тұсынан екі қолмен допты бір-біріне лақтыру. 2) Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. 3) Ойын: «Қу түлкі» Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын «Күн мен түн» Сапаға тәуір. ҮҚ қортындысы: Қолтабу.
20.12 №6 10.50-11.20 №12 11.25-11.55	Дене шынықтыруға баулу. Дененің физикалық сапаларын: жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту.	Доптар	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Қосалқы қолмен (өңшесі арқанға, аяқ ұшымен елесте жою) жүру. 2) Допты жоғары, жігітін үстінен лақтыру және екі қолмен қатып алу. 3) Ойын: «Ыбығана» Қорытынды бөлімі: «Доп кімде?» аз қимылды ойын Сапаға тәуір. ҮҚ қортындысы: Қолтабу.
23.12 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Дене шынықтыруға баулу. Дененің физикалық сапаларын: жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту.	Кеспілер, доптар	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Сап түзеуден бір және екі, үш қатармен қайта тұру. 2) Футбол. Берілген бағытта допты оң және сол аяқпен доқдалату. 3) Ойын: «Түлкі мен баулапандар» Қорытынды бөлімі: Ойын «Допты қатып ал» Сапаға тәуір. ҮҚ қортындысы: Қолтабу.

Әдіскер: 

д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекеті мектепалды топтарына арналған апталық инклюзивтілік программасы**  
**Желтоқсан 26.12-30.12.2022**

Уақыты топтар	ҮК мақсаты	Күрделілік деңгейі	ҮК бағысы
26.12 №6 16.00-16.30 29.12 №12 11.20-11.50	Бағаларды санау түру, дененің физикалық сапаларын: жылдамдық, пайдалымдылық, икемділікті дамыту.	Дөңгілер, таян.	Кіріспе бөлімі: ЖТДК орындау Негізгі бөлімі: 1) Түтөспілікте бір-бірімен және екі-екіден дөңгімен сырғанау. 2) Дөңгі таянның айналдырып жүргізу. 3) Ойын: « Райондалық » Қорытынды бөлімі: Аз жылдамдық ойын « Күн мен түн ». Санау түру. ҮК қорытындысы: Қолтаңбау. Кіріспе: ЖТДК орындау Негізгі бөлімі: 1) Дөңгі таянмен итерген жүру. 2) Аз жылдамдық арасында қолтаңбау қылып алмап соғысу. 3) Ойын: « Райондалық » Қорытынды бөлімі: « Дөңгі таян » аз жылдамдық ойын Санау түру. ҮК қорытындысы: Қолтаңбау.
27.12 №6 10.50-11.20 №12 11.25-11.55	Бағаларды санау түру, дененің физикалық сапаларын: жылдамдық, пайдалымдылық, икемділікті дамыту.	Қолтаңбау, дөңгілер	Кіріспе бөлімі: ЖТДК орындау Негізгі бөлімі: 1) Дөңгі таянмен итерген жүру. 2) Дөңгі таянмен итерген жүру еңбегі. 3) Ойын: « Райондалық » Қорытынды бөлімі: Аз жылдамдық ойын « Күн мен түн ». Санау түру. ҮК қорытындысы: Қолтаңбау.
30.12 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Бағаларды санау түру, дененің физикалық сапаларын: жылдамдық, пайдалымдылық, икемділікті дамыту.	Дөңгілер	Кіріспе бөлімі: ЖТДК орындау Негізгі бөлімі: 1) Дөңгі таянмен итерген жүру еңбегі. 2) Дөңгі таянмен итерген жүру және екі қолмен қолтаңбау алу 3) Ойын: « Күн мен түн » Қорытынды бөлімі: Аз жылдамдық ойын « Күн мен түн ». Санау түру. ҮК қорытындысы: Қолтаңбау.

Әзіскеңер: 

И/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Денешыныктыру уйымдастырылган ис-арекети мектепалды топтарына арналган агтагык программасы

Кантар 04.01-06.01.2023

уакыты топтар	УК максаты	Курал-жабдыктар	УК барысы
05.01 №12 11.20-11.50	Кумыл-хозгалис тажирибесин калыптастыру.	Доптар, курсуу.	<p>Кирисе бейли: ЖДЖ орындау</p> <p>Нотари бейли:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Бир аякпен және кос аякпен курсаудан курсауа секиру</li> <li>2) Кос колмен допты иактыдырып, кайта кыгып алуу</li> <li>3) Ойыл: « Ку түлди »</li> </ol> <p>Коратылды бейли: « Кун мен тун » аз кимдида ойын</p> <p>Сыбак коргандысы.</p> <p>УК коргандысы. Коптасуу</p>
06.01 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Кумыл-хозгалис тажирибесин калыптастыру.	Доптар	<p>Кирисе бейли: ЖДЖ орындау</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Кезде тусунан еки колмен допты бир-бирине иактыру.</li> <li>2) Допта он және сол колмен алып жүруге жаттыктыру</li> <li>3) Ойыл: « Ким тез сапка туурады »</li> </ol> <p>Коратылды бейли: « Доп кидеде? »</p> <p>Сыбак коргандысы</p> <p>УК коргандысы.</p> <p>Коптасуу</p>

Әдикер:



д/ш нускаушысы Жаубасар Д.С.



Дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-аресті мекенділік топтарына арналған аптадық инклюзивтілік  
 Қалып 09.01-13.01.2023

Уақытты топтар	ҮК мұқабасы	Құрау-жауапкерлік	ҮК бағасы
<b>09.01</b> №6 16.00-16.30 <b>12.01</b> №12 11.20-11.50	Спортқа деген қызығушылықты арттыру, жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту.	Доптық	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Көзде тұсынан екі қолмен допты бір-біріне лақтыру; 2) Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру; 3) Ойын: « Бос үйшік » Қорытпалы бөлім: Аз қимылды ойын «Күн мен түн» Сапа тұру; ҮК қортындысы: Қолтағу;
<b>10.01</b> №6 10.50-11.20 №12 11.25-11.55	Спортқа деген қызығушылықты арттыру, жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту.	Шама	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Бір-біріне шамамен сырғанду; 2) Берілген бағытта қақпала хокей таяғымен шамамен сырғанду; 3) Ойын: « шамамен жарас » Қорытпалы бөлім: « Тыныс алу жаттығулары » Сапа тұру; ҮК қортындысы: Қолтағу;
<b>13.01</b> №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Спортқа деген қызығушылықты арттыру, жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту.	Қапшық, бөренің	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Бөренің үстімен жүру 2) Екі тізесін арасына қапшықты қысып алып секіру; 3) Ойын: « Қу түзі » Қорытпалы бөлім: « Доп кімде ? » аз қимылды ойын Сапа тұру; ҮК қортындысы: Қолтағу;

Әдіскер: *Bej*

06.01.2023

д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Дене шынықтыру ұйымдылығына іс-әрекеті мектеп балалық топтарының арналған ағартулық циклограммасы  
Қалтап 16.01-20.01.2023

Уақыты Топтар	ҰК мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҰК бағасы
16.01 №6	Спортқа деген қызығушылықты арттыру, жаппайлық, тәрбиелілік, неғмділікті дамыту.	Дөңгелек, дөңгелек.	Кіріспе бөлімі: ЖТЖ орындау Негізгі бөлімі: 1)Жеңіле тұрғанын көз қолмен дөңгелек бір-біріне лақтыру. 2)Дөңгелек істермен топта тараптан еңбектеу. 3)Ойын: «Шортан мен батыстар» Қорытынды бөлімі: ойын «Дөңгелек қарғын ая» Сауда тұру. ҰК қорытындысы: Қолтап.
16.00-16.30 19.01 №12	Спортқа деген қызығушылықты арттыру, жаппайлық, неғмділікті дамыту.	Қапшықтар	Кіріспе бөлімі: ЖТЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанға құм салынған қапшықты лақтыру. 2)Көгертілер арнайы жерге жүту. 3)Ойын: «Шортан мен батыстар» Қорытынды бөлімі: «Күн мен түн» пз қимылы ойын Сауда тұру. ҰК қорытындысы: Қолтап.
11.20-11.50	Спортқа деген қызығушылықты арттыру, жаппайлық, неғмділікті дамыту.	Қапшықтар	Кіріспе бөлімі: ЖТЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) 2,5 м арақашықтықтағы нысанға құм салынған қапшықты лақтыру. 2)Дөңгелек істермен топта тараптан еңбектеу. 3) Ойын: «Хү түні» Қорытынды бөлімі: Ойын «Дөңгелек қарғын ая» Сауда тұру. ҰК қорытындысы: Қолтап.
17.01 №6	Спортқа деген қызығушылықты арттыру, жаппайлық, неғмділікті дамыту.	Қапшықтар	Кіріспе бөлімі: ЖТЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) 2,5 м арақашықтықтағы нысанға құм салынған қапшықты лақтыру. 2)Дөңгелек істермен топта тараптан еңбектеу. 3) Ойын: «Хү түні» Қорытынды бөлімі: Ойын «Дөңгелек қарғын ая» Сауда тұру. ҰК қорытындысы: Қолтап.
10.50-11.20 №12	Спортқа деген қызығушылықты арттыру, жаппайлық, неғмділікті дамыту.	Қапшықтар	Кіріспе бөлімі: ЖТЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) 2,5 м арақашықтықтағы нысанға құм салынған қапшықты лақтыру. 2)Дөңгелек істермен топта тараптан еңбектеу. 3) Ойын: «Хү түні» Қорытынды бөлімі: Ойын «Дөңгелек қарғын ая» Сауда тұру. ҰК қорытындысы: Қолтап.
11.25-11.55	Спортқа деген қызығушылықты арттыру, жаппайлық, неғмділікті дамыту.	Қапшықтар	Кіріспе бөлімі: ЖТЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) 2,5 м арақашықтықтағы нысанға құм салынған қапшықты лақтыру. 2)Дөңгелек істермен топта тараптан еңбектеу. 3) Ойын: «Хү түні» Қорытынды бөлімі: Ойын «Дөңгелек қарғын ая» Сауда тұру. ҰК қорытындысы: Қолтап.
16.00-16.30	Спортқа деген қызығушылықты арттыру, жаппайлық, неғмділікті дамыту.	Қапшықтар	Кіріспе бөлімі: ЖТЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) 2,5 м арақашықтықтағы нысанға құм салынған қапшықты лақтыру. 2)Дөңгелек істермен топта тараптан еңбектеу. 3) Ойын: «Хү түні» Қорытынды бөлімі: Ойын «Дөңгелек қарғын ая» Сауда тұру. ҰК қорытындысы: Қолтап.

Әзіскер: 

Д/ш нұсқаушысы: Жаубасар Д.С.

Денешынықтыру ұйымына тағайындалған к-эркеті мектеп балалы топтарына арналған ағартылымдық программасы  
 Қаңтар 16.01-20.01.2023

Уақыты топтар	ҰҚ мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҰҚ бағысы
16.01 №6 16.00-16.30 19.01 №12 11.20-11.50	Спортқа деген қызығушылықты арттыру, жылдамдық, икемділікті дамыту.	Доптар, доға.	Кіріспе бөлім: Ж/ДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Жеуіле тұрғаннан көк қозымен допты бір-біріне лақтыру. 2) Доптың астымен төрт тағанды сабақтау. 3) Ойын: « Шортан мен бөліктер » Қорытынды бөлім: ойын « Допты қағып ал » Сапақа тұру. ҰҚ қортындысы: Қолтаңба.
17.01 №6 10.50-11.20 №12 11.25-11.55	Спортқа деген қызығушылықты арттыру, жылдамдық, икемділікті дамыту.	Қапшықтар	Кіріспе бөлім: Ж/ДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) 1)-2-2,5 м арақашықтықтағы нысанға қол салынған қапшықты лақтыру. 2) Желдергілер арасынан жүру, жүгіру. 3) Ойын: « Шортан мен бөліктер » Қорытынды бөлім: « Күн мен түн » өз қимылы ойын Сапақа тұру. ҰҚ қортындысы: Қолтаңба.
20.01 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Спортқа деген қызығушылықты арттыру, жылдамдық, икемділікті дамыту.	Қапшықтар, доға.	Кіріспе бөлім: Ж/ДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) 2,5 м арақашықтықтағы нысанға қол салынған қапшықты лақтыру. 2) Доптың астымен төрт тағанды сабақтау. 3) Ойын: « Күн түлігі » Қорытынды бөлім: Ойын « Допты қағып ал » Сапақа тұру. ҰҚ қортындысы: Қолтаңба.

Әдіскер: 

д/ш нұсқаушысы: Жаубасар Д.С.

**Денешындыктыру ұйымдастырылган іс-арекеті мертепелді топтарына арналған апталық инклограммасы**  
**Қаңтар 23.01-27.01.2023**

Уақыты топтар	ҮК мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҮК барысы
23.01 №6 16.00-16.30 №12 11.20-11.50	Қимыл-қозғалыс тажрибесін қалыптастыру.	Дөптар, дөп, тегісе.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1)Семейненің үстіне қойылған тегісе:ардан аттап жүру. 2)Дөптан астымен төрт тарапқап сілбестеу. 3)Ойын: « Қу түлігі » Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « Күн мен түн » Сапа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу.
24.01 №6 10.50-11.20 №12 11.25-11.55	Қимыл-қозғалыс тажрибесін қалыптастыру.	Қапшықтар кегілер.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1)2-2,5 м арақашықтықтағы несанала құм салынған қапшықты пақтау. 2)Келертілер арақашықтан жүру, жүтіру. 3) Ойын: « Бос орын » Қорытынды бөлім: « Дөп кімде? » аз қимылды ойын Сапа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу.
27.01 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Қимыл-қозғалыс тажрибесін қалыптастыру.	Қапшықтар кегілер	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1)2-2,5 м арақашықтықтағы несанала құм салынған қапшықты пақтау. 2)Келертілер арақашықтан жүру, жүтіру. 3) Ойын: « Бос орын » Қорытынды бөлім: « Дөпті қалай ал » аз қимылды ойын Сапа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу.

Әдіскер: 

д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Денешилдыгыру сабагынын мектепалды толтырыла арналган агталды циклограммасы**  
**30.01-03.02.2023**  
 УК бердасы

Уакыты топтар	УК максаты	Курал-жабдыгы	УК бердасы
30.01 №6 16.00-16.30 02.02 №12 11.20-11.50	Нертэти кимиз турлерин: жүру мен жүгүрдү, сөктү мен дактаруду, катып алууды дамыту.	Долтыр	Күргөсө бөлдү: ЖДЖ орындау Нертэти бөлдү: 1) Гимнастиканык кабыргачан ермелеу және бир гимнастиканык кабыргачан екпншисине ачыкты ермелеу. 2) Долты кабыргачан дактару және сги колдочен катып алу. Ойын: « Бос ордун » Корытылды бөлдү: <u>Аз кимизди ойын « Долты катып алу »</u> Самка түрү. УК кортылдысы. Коштасы.
31.01 №6 10.50-11.20 №12 11.25-11.55	Нертэти кимиз турлерин: жүру мен жүгүрдү, сөктү мен дактаруду, катып алууды дамыту.	Долтыр	Күргөсө бөлдү: ЖДЖ орындау Нертэти бөлдү: 1) Гимнастиканык кабыргачан ермелеу және бир гимнастиканык кабыргачан екпншисине ачыкты ермелеу. 2) Долты кабыргачан дактару және сги колдочен катып алу. Ойын: « Ку түлүк » Корытылды бөлдү: <u>« Дол кимде? » аз кимизди ойын</u> Самка түрү. УК кортылдысы. Коштасы.
03.01 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Нертэти кимиз турлерин: жүру мен жүгүрдү, сөктү мен дактаруду, катып алууды дамыту.	Гимнастиканык орындак.	Күргөсө бөлдү: ЖДЖ орындау Нертэти бөлдү: 1) Бир ордочен бириктикче сөктү. 2) Гимнастиканык орындактын үстичен сибектеу. Ойын: « Каскыр мен балындар » Корытылды бөлдү: <u>« Дол кимде? »</u> Самка түрү. УК кортылдысы. Коштасы.

Өлдөкөр:



И/ш нускаушысы Жаубасар Д.С.



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНЫҢ БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНЫҢ БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНЫҢ БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ

**Дене шынықтыру сабағының мектепалды даярлық топтарына арналған аяқталық шикілограммасы**

Ақпан 06.02-10.02.2023

Уақыты топтар	ҮК мәселесі	Құрал-жабдықтар	ҮК барысы
06.02 №6 16.00-16.30 09.02 №12 11.20-11.50	Дене салалары: күш, жылдамдық, төзімділік, ертілік, қалыптастыру.	Шыны	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Шынымен саятуы. 2) Бір-біріне шынымен саятуы. Қорытынды бөлімі: Аз қимылда ойын « Күн мен түн » Саяса тұру. ҮК қорытындысы. Қолтаму.
07.02 №6 10.50-11.20 №12 11.25-11.55	Дене салалары: күш, жылдамдық, төзімділік, ертілік, қалыптастыру.	доптар, кескілер	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Түрлі қармақтар жүру және бір сызыққа қойылған доптар арқылы оқпанышына өрелестіре жүту. 2) Допты жоғары лақтырып, қайып алу. Ойын: « Кү күні » Қорытынды бөлімі: « Күн мен түн » аз қимылда ойын Саяса тұру. ҮК қорытындысы. Қолтаму.
10.02 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Дене салалары: күш, жылдамдық, төзімділік, ертілік, қалыптастыру.	Аурама, қалыптастыру	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Бір қолмен (сол және оң қолдан алдымен) допты қарсы алу. 2) Үкімен сызыққа қойылған допты қарсы алу және бір гимнастикалық табырмен сызыққа алуы. Ойын: « Күн шыны » Қорытынды бөлімі: « Доп қимыл » Саяса тұру. ҮК қорытындысы. Қолтаму.

Әдіскер: 

М/ш күрсетушісі Жаубасар Д.С.

Дене шыгыгына үй-бүлөнүн мектептеги даярдык топторуна арналган аялалык инклюзивдүүлүк

Акпан 13.02-17.02.2023

Убакыт топтор	ҮК максаты	Курал-жабдыктар	Шаягы	ҮК барысы
13.02 №6 16.00-16.30 №12 11.20-11.50	Дене салмагына: күш, жылдымдык, төзүмдүлүк, ерттилик, калыпташтыруу.			Күргөчө бөлүм: ЖДЖ ордундау Негизги бөлүм: 1) Шаңамас сирганау. 2) Бир-бирин шаңамас сирганау. Ойын: « Ку түлө » Корытанды бөлүм: Аз көчүктөгү ойын « Дөп каттап ал », Салка туру. ҮК көргөчүлүк. Кошпасуу.
14.02 №6 10.50-11.20 №12 11.25-11.55	Дене салмагына: күш, жылдымдык, төзүмдүлүк, ерттилик, калыпташтыруу.	Калыптар догтур,		Күргөчө бөлүм: ЖДЖ ордундау Негизги бөлүм: 1) Дөптөгү бир каттап а коймодон заттар аракеттен доманау. 2) 2-2,5 м аракеттендиктеги нысанды күч салыптан калыпты дөптөп дактаруу. Ойын: « Каскар мен бөлөндөр » Корытанды бөлүм: « Дөп каттап? » аз көчүктөгү ойын Салка туру. ҮК көргөчүлүк. Кошпасуу.
17.02 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Дене салмагына: күш, жылдымдык, төзүмдүлүк, ерттилик, калыпташтыруу.	Күч калыптар, догтур		Күргөчө бөлүм: ЖДЖ ордундау Негизги бөлүм: 1) 2-2,5 м аракеттендиктеги нысанды күч салыптан калыпты дактаруу. 2) Дөптөгү аялалык төрт таштан сирганау Корытанды бөлүм: Ойын « Ку түлө » Салка туру. ҮК көргөчүлүк. Кошпасуу.

Өлкөсү: 

Анн нускашуусу Жаубасар Д.С.

Дене шыдамдығы сабағының мектеп аядай дәур-лік топтарына арналған аталық шикюграммасы  
20.02-24.02.2023

Уақыты топтар	ҮК мақсаты	Күрделі-жабуланттар	ҮК бағасы
20.02 №6 16.00-16.30 23.02 №12 11.20-11.50	Негізгі қимыл түрлерін жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қатып алуды дамыту	Түрлендірілген орындар	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Бір орыннан Үшпұлшықа секіру; 2) Түрлендірілген орындардан еңбектеу; Ойын: « Шерман мен Балық » Қорытынды бөлім: Аз қимылда ойын « Дем кінше? » Сапқа тұру; ҮК қортындысы; Қолтаңба;
21.02 №6 10.50-11.20 №12 11.25-11.55	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қатып алуды дамыту	Түрлендірілген орындар, күресу;	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Түрлендірілген орындардан еңбектеу; 2) Күресуді ойнайдыру Ойын: «Бос орын» Қорытынды бөлім: « Дөңгілі қатып аз » аз қимылда ойын Сапқа тұру; ҮК қортындысы; Қолтаңба;
24.02 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қатып алуды дамыту	Күрделі орындар	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) 2.5 м арқалықтықтағы пақшалар күрделі қимылдан қимылдау лақтыру; 2) Дөңгілі астымен төрт тараптан еңбектеу; Қорытынды бөлім Ойын « Көккір мен баландар » Сапқа тұру; ҮК қортындысы; Қолтаңба;

Әзіскер:

Али нұрсәуіршіева Жаубасар Д.С.

Денешилтыгыруу сабыгынын мерген ады даярлык топтарына арналган аталык инвентаризация  
 Ныгурыз 27.02 — 03.03.2023

Убакыт топтар	ҮК максаты	Курал-жабдулар	ҮК берилеи
27.02 №6 16.00-16.30 02.03. №12 11.20-11.50	Эргүрүл Улттык кимшилик ойындары кызыгышылыкка багуу.	Доптар, жип	Кирсене бөлүм: ЖДЖ орындау Нергери бөлүм: 1) Кос кол менен допту жоюуру, жипти үстөгөн дактару. 2) Допту бир-бирине доюулару. 3) Ойын « Ку түткү » Коралыгында бөлүм: <u>Алгемелди ойын « Допту калып ал »</u> Салка түрү. ҮК кортандысы. Колтасуу.
28.02 №6 10.50-11.20 №12 11.25-11.55	Эргүрүл Улттык кимшилик ойындары кызыгышылыкка багуу.	Доптар, кашыклар	Кирсене бөлүм: ЖДЖ орындау Нергери бөлүм: 1) Түткөн аракетке кашыкты кысып, кос дактан сөгүрү. 2) Допту бир катары калыптан аягыр аракеттен доюулару. Ойын « Выбывали » Коралыгында бөлүм: « <u>Доп кимге ? »</u> аз кимдеги ойын Салка түрү. ҮК кортандысы. Колтасуу.
03.03 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Эргүрүл Улттык кимшилик ойындары кызыгышылыкка багуу.	Аркан, кашыклар	Кирсене бөлүм: ЖДЖ орындау Нергери бөлүм: 1) Аркан бойдо мен бир жак каны мен кырылган теге- тешикти сактан (өкүнөтү арканга, аяк үшкөн элеңге) жүрү. 2) 2-2,5 м аракашыктыктагы нысанга күм санынан кашыкты дөлдөп дактару. Коралыгында бөлүм: « <u>Кашык мен баананлар »</u> Салка түрү. ҮК кортандысы. Колтасуу.

Өлкөкөр:

*Bay*

Д/ш Нуракушылы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру сабағының мектептегі топтарына арналған ағталам шкюграммасы**  
**Наурыз 06.03-10.03.2023**

Уақыты топтаp	ҮК мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҮК бәрәси
06.03 №6 16.00-16.30 09.03, №12 11.20-11.50	Әртүрлі ұлттық кимідері ойналдарға қызығушылыққа баулу.	Тесуедон.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1. Орындық үстімен текшелерден алтап жүру. 2. Қос аяқтап зәттар арасымен секіру. Қорытынды бөлім: ойын «Күн мен түн» Салма түру. ҮК қортындысы. Қолтабу.
07.03 №6 10.50-11.20 №12 11.25-11.55	Әртүрлі ұлттық кимідері ойналдарға қызығушылыққа баулу.	Доптар.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1. Еңгімен ұялдыкқа секіру. 2. Допты жоғары дақтырып қатып алу. Ойын: «Кү түлкі» Қорытынды бөлім Салма түру. ҮК қортындысы. Қолтабу.
10.03 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Әртүрлі ұлттық кимідері ойналдарға қызығушылыққа баулу.	Арқан, қапшықтыр	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1. Арқан бойымен бір жәк қапшымен кірпілдіп тегіс-тегілікті сақтап жүру. 2. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанға күм салыптан қапшықты дәліл дақтыру. 3. Ойын «Шортан мен бәлшектар» Қорытынды бөлім: «Доп кімде?» Салма түру. ҮК қортындысы. Қолтабу.

Әдіскер:

*AS*

МШ МҮ қазынасы Жақобсар Д.С.

**Денсаулығын сабағының мектеп аялы дәурлік топтарына арналған аталық викторинасы**  
**Наурыз 13.03-17.03.2023**

Уақыты топтар	ҰК мақсаты	Күрес-жабықтар	ҰК бағысы
13.03 №6 16.00-16.30 16.03. №12 11.20-11.50	Бағалардың дене қалыптарының дұрыс дамуына, ұлттық қимылы ойындар өткізуге жағдайлар жасау.	Қапықтар	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау. Негізгі бөлім: 1) Екімен биіктікке секіру. 2) 4 м арқышықтықтан қапықты нысанға таяқтан асырып от және сол қолмен лақтыру. Ойын: « Қасқыр мен баландар » Қорытынды бөлім: « Аз қимылы ойын « Күн мен түн ». Сайқа тұру. ҰК қортындысы. Қолтағу.
14.03 №6 10.50-11.20 №12 11.25-11.55	Бағалардың дене қалыптарының дұрыс дамуына, ұлттық қимылы ойындар өткізуге жағдайлар жасау.	Доптар	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Допты доғаның астымен домалату 2) Допты астынан үстіне лақтырып қалып алу Ойын: « Қу түлі » Қорытынды бөлім: « Доп кімде ? » аз қимылы ойын Сайқа тұру. ҰК қортындысы. Қолтағу.
17.03 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Бағалардың дене қалыптарының дұрыс дамуына, ұлттық қимылы ойындар өткізуге жағдайлар жасау.	Орындық, доптар	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Орындық үстімен текшерілеп ақтап жүру. 2) Допты қабырғаға ұрып және еденнен арыптып, көсе қолмен қалып алу. Көсе аяқтап заттар арқылымен секіру Қорытынды бөлім: Ойын « Қу түлі » Сайқа тұру. ҰК қортындысы. Қолтағу.

Әдіскер: 

д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Денешілдіктің сабағының

мектеп ады даярлық топтарына арналған ағартылымдық инновациясы

Наурыз 20.03-24.03.2023

Уақыты Топтар	ҮК мақсаты	Күрей-жабықтар	ҮК бағыты
20.03 №6 16.00-16.30	Балалардың дене қалыптарының дұрыс дамуына, ұлттық қимылы ойындар өткізуге жағдайлар жасау.	Кешіктер	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Екіменен балқ піше сепіру. 2) Тәминастналық орындауға еністіру. Ойын: «Қарқар мен балалар» Қорытынды бөлім: Аз қимылы ойын «Күз мен түн». ҮК қортындысы. Қолтабу.
24.03 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Балалардың дене қалыптарының дұрыс дамуына, ұлттық қимылы ойындар өткізуге жағдайлар жасау.	Орындық, жоттар	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Орындық үстінен текістерден өткізі жүру. 2) Ойын бөлімдеріне ұран және елемнен екішөпші, көк қолмен көпшіл алу. Қос аяқтан заттар асыраған сепіру. Қорытынды бөлім: Ойын «Кү түні». Салға тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу.

Әріскер:



д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру сабағының мектеп алды даярлық топтарына арналған айтылық индикторнамасы**  
**Наурыз 27.03-31.03.2023**

Уақыты топтар	ҮК мазмұны	Құрал-жабдықтар	ҮК бағысы
27.03 №6 16.00-16.30 30.03. №12 11.20-11.50	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, хатғын алулы дамыту	Доптар	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1)Оя және сол аяқтарымен кезектепін зәттар араласпен секіру. 2)Жеуде тұрғында қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Ойын: « Қу түтік » Қорытынды бөлім: Аз хамалды ойын « Қу мен түн » Салпа тұру. ҮК қортындысы. Қолтағу.
28.03 №6 10.50-11.20 №12 11.25-11.55	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, хатғын алулы дамыту	Тыныштықшылық орындақ доптар	Кіріспе бөлім ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1)Тыныштықшылық орындақшы еңбектеу. 2)Допты бір қатарға қойылған зәттар араласпен домыдау. Ойын: « Бас орын » Қорытынды бөлім: « Доп кімде ? » аз хамалды ойын Салпа тұру. ҮК қортындысы. Қолтағу.
31.03 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қызыл алулы дамыту	Қуы қалпықтары, доптар	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) 2,5 м аралықшықтықтағы ы ндәсанға бұм салынған қалпықшы зәттару. 2)Допның астымен төрт таяншы еңбектеу Қорытынды бөлім: Ойын « Таске тастамақ » Салпа тұру. ҮК қортындысы. Қолтағу.

Әнікер:



д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.



**Дене шынықтыру сабағының мектеп аралық даярлық топтарына арналған аталық инвентарлық сәуір 03.04-07.04.2023**

Уақыты Топтар	ҮК мазмұны	Құрал-жабдықтар	ҮК бағасы
03.04 №6 16.00-16.30 06.04 №12 11.20-11.50	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен дақтыруды, қалып алуды дамыту	Доп, жел, конус	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Жел қолмен қолты жоғары, секіріп ұшқан дақтыру; 2) Бір орынды түрші, аяқ қарай 1-4 с қималымен аяқтар аралы секіру; 3) Ойын: «Қасқыр мен балалықар»; Қорытынды бөлім: ойын «Доп қимде» * Салма тәуір ҮК қорытындысы, Қолтауы.
04.04 №6 10.50-11.20 №12 11.25-11.55	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен дақтыруды, қалып алуды дамыту	Доп, қималық	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау; Негізгі бөлім: 1) Тіреліп аяқпен қималық секіріп көле өткен секіру; 2) Досты зат аралымен доқалыту; 3) Ойын: «Шортан мен балалық»; Қорытынды бөлім: Аз қималы ойын «Досты сартан а» * Салма тәуір ҮК қорытындысы, Қолтауы.
07.04 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен дақтыруды, қалып алуды дамыту	Доп, көбеуі баспалық	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау; Негізгі бөлім: 1) Досты екі қолмен бір-біріне (аралықтары 1,5-2 м) баспен аяққа дақтыру; 2) Досты даярлық астымен дақтыру; Ойын: «Жыл тез салқа түрші»; Қорытынды бөлім: Салма тәуір ҮК қорытындысы, Қолтауы.

Әдіскер:



д/ш нысқаушысы Жаубасар Д.С.

Денсаулықты сақтау мақсатында мектеп аялғы даярлық топтарына арналған ағартулық психологиялық  
 Сауір 10.04-14.04.2023

Уақыты топтар	ҮК мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҮК барысы
10.04 №6 16.00-16.30 13.04. №12 11.20-11.50	Бағалардың денесін үйлесімді дамыту, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру	Доп, жіп конус	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Орындық үстімен текшелерден аяғын журу. 2) Допты қабырғаға ұрып және еденнен ыршытып, қос қолмен қағып алу. 3) Қос аяқтан аяқтар арасымен секіру 4) «Қу түлкі» ойыны Қорытынды бөлім: «Кімде доп?» ойыны Сапқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтаңба.
11.04 №6 10.50-11.20 №12 11.25-11.55	Бағалардың денесін үйлесімді дамыту, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру	Доп, құрсаулар	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Допты қабырғаға ұрып және еденнен ыршытып қос қолмен қағып алу. 2) Оң және сол жақ арқаның үстімен секіру. 3) Ойын: «Шортан мен былық» Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Допты қағып ал» Сапқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтаңба.
14.04 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Бағалардың денесін үйлесімді дамыту, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру	Құрсаулар, құм қапшықтары	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Оң және сол жақ арқаның үстімен секіру. 2) 2-2,5 м арқаның үстімен секіру және оған құм салынып қапшықты, дәлден дәлдету. 3) Ойын: «Шортан мен балықтар» Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Допты қағып ал» Сапқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтаңба.

Әдіскер: 

д/ш нұсқаушысы Жаубайсар Д.С.

**Дене шынықтыру сабағының мектепіді топтарына арналған апталық циклограммасы**  
**Сәуір 17.04-21.04.2023**

Уақыты топтар	ҮК мақсаты	Күрәл-жабдықтар	ҮК бағысы
17.04 №6	Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылыққа баулу.	Доп, қалып.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Оң және сол жақ бүйірмен топталып, доғаның ішіне өту. 2) 2-2,5 м арақашықтықтағы несиені хум салынған қалыпта, асықты дөппен лақтыру. Қорытынды бөлім: « Көкшір мен балпаңдар » Салпа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу.
16.00-16.30 №12	11.20-11.50		Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Тізеңі арсыны қалшықты қысып, қос аяқтап секіру. 2) Доғаның астымен төрт таяндалы өткізу. Ойын: « Шортан мен балықтар » Қорытынды бөлім: « Күн мен түн » Салпа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу.
18.04 №6	Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылыққа баулу.	Доп, қалып.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Тізеңі арсыны қалшықты қысып, қос аяқтап секіру. 2) Доғаның астымен төрт таяндалы өткізу. Ойын: « Шортан мен балықтар » Қорытынды бөлім: « Күн мен түн » Салпа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу.
10.50-11.20 №12	11.25-11.55		Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Тізеңі арсыны қалшықты қысып, қос аяқтап секіру. 2) Доғаның астымен төрт таяндалы өткізу. Ойын: « Шортан мен балықтар » Қорытынды бөлім: « Күн мен түн » Салпа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу.
21.04 №12	Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылыққа баулу.	Доп, қалып.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Тізеңі арсыны қалшықты қысып, қос аяқтап секіру. 2) Доғаның астымен төрт таяндалы өткізу. Ойын: « Шортан мен балықтар » Қорытынды бөлім: « Күн мен түн » Салпа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу.
15.00-15.30 №6	16.00-16.30		Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Тізеңі арсыны қалшықты қысып, қос аяқтап секіру. 2) Доғаның астымен төрт таяндалы өткізу. Ойын: « Шортан мен балықтар » Қорытынды бөлім: « Күн мен түн » Салпа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу.

Әдіскер:

д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру сабағының мектеп алды даярлық топтарына арналған апталық инклюзивті бағдарламасы**  
**Сәуір 24.04-28.04.2023**

уақыты топтар	ҰҚ мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҰҚ бағысы
24.04 №6 16.00-16.30 27.04. №12 11.20-11.50	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Доп	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Допты бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу. 2) Допты жоғары лақтырып қағып алу « Бос орын » ойыны. Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Күн мен түн» Салқа тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтағу.
25.04 №6 10.50-11.20 №12 11.25-11.55	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Доп, қапшық	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Тізенін арасына қапшықты қысып, қос аяқтап секіру. 2) Допты жоғары лақтырып қағып алу Ойын: « Қасқыр мен балалалар » Қорытынды бөлім: « Доп кімде? » Салқа тұру. ҰҚ қортындысы Қолтағу.
28.02 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Қапшық, доп	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Тізенін арасына қапшықты қысып, қос аяқтап секіру. 2) Допты екі қолмен зәттар арасымен домалату (арқашықтығы 4 м). Ойын «Кім тез» Қорытынды бөлім: « Доп кімде? » Салқа тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтағу.

Әдіскер:



Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Денешилыктыгуру сабагынын мектеп алды даярлык топтарына арналган апталык инклюзивтамысы  
 Мамыр 02.05 – 05.05.20223

Уақыты Топтар	ҮК максаты	Курал-жабдыктар	ҮК барысы
04.05 №12 11.20-11.50	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту.	Доп	<p><u>Кіріспе бөлім:</u>                      ЖДЖ орындау                      Негізгі бөлім:                      1) Бір орыннан биіктікке секіру.                      2) Көс қолмен допты жоғары лақтырып, қағып алу « Кім шапқан » ойыны.  <u>Қорытынды бөлім</u>                      Аз қимылды ойын « Күн мен түн »                      Сапқа тұру.                      ҮК қортындысы.                      Қолтағу.</p>
03.05 №6 10.50-11.20 №12 11.25-11.55	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту.	Кесір- бұдыр тақтай	<p><u>Кіріспе бөлім:</u>                      ЖДЖ орындау                      Негізгі бөлім:                      1) Кесір-бұдыр тақтай үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.                      2) Бір орыннан биіктікке секіру.                      Ойын: «Шортан мен балықтар »  <u>Қорытынды бөлім:</u> « Доп кімде? » аз қимылды ойын                      Сапқа тұру.                      ҮК қортындысы.                      Қолтағу.</p>
05.05 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту.	Биіктікке секіретін құралдар, жіп	<p><u>Кіріспе бөлім:</u> ЖДЖ орындау                      Негізгі бөлім:                      1) Бір орыннан биіктікке секіру.                      2) Биіктігі 40 см жіптің астынан өткізуге.                      « Кім тез сапқа тұрады »                      Қорытынды бөлім: « Кім шапқан ? »                      Сапқа тұру.                      ҮК қортындысы.                      Қолтағу.</p>

Әдіскер:



Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру сабағының мектеп алды даярлық топтарына арналған апталық циклограммасы**  
**Мамыр 10.05 – 12.05.2023**

Уақыты топтар	ҰҚ мақсаты	Күрал-жабдықтар	ҰҚ бағысы
11.05 №12 11.20-11.50	Балалардың дене қалыптарының дұрыс дамуына, ұлттық қимылды ойындар өткізуге жағдайлар жасау.	Гимнастикалық орындық, доп.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау <u>Негізгі бөлім:</u> 1) Биіктігі 40 см жіптің астынан өткізуге. Алға қарай жылжып секіру. 2) Гимнастикалық орындықтан өткізуге. Ойын: « Қу түлкі » Қорытынды бөлім: « Кім шапшаң? » аз қимылды ойын Сапқа тұру. ҰҚ қортындысы. Қоштасу.
12.05 №12 15.00-15.30 №6 16.00-16.30	Балалардың дене қалыптарының дұрыс дамуына, ұлттық қимылды ойындар өткізуге жағдайлар жасау.	Гимнастикалық орындық, доп.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау <u>Негізгі бөлім:</u> 1) Гимнастикалық орындықтан өткізуге. 2) Допты жоғары лақтыру. 3) Ойын « Кім тез сапқа тұрады? » Қорытынды бөлім: « Доп қимде? » Сапқа тұру. ҰҚ қортындысы. Қоштасу.

Әдіскер:



Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Денешилтыгытыру сабатынын мектеп алды даярлык топтарына арналган апталык психограммасы**

**Мамыр 15.05 – 19.05.2023**

Убакытты Топтар	ҮК максаты	Курал-жабдыктар	ҮК баары
15.05 №6	Эртүрүп улттык кимчилиги ойындарга катышуучулукка баулу.	Доп	Кіріспе бөлүм: ЖДЖ орындау Нөтөгү бөлүм: 1) Импастивкалык орындактан сүйөктөу 2) Догга бир катарга койылган тигтар арабымен домпату. 3) Шертте мен балыктар « ойыны Корытынды бөлүм: <u>Аз кимчилиги ойын «Күп мен түгө</u> Салка түрү: ҮК кортылдысы: Коштау.
16.00-16.30 №12	11.20-11.50	Эртүрүп улттык кимчилиги ойындарга катышуучулукка баулу.	Кіріспе бөлүм: ЖДЖ орындау Нөтөгү бөлүм: 1) Тактай үстүмен тепе-теңдүктү сактап жүрү. 2) Бир ороннан бириктикке секирү. 3) Ойын: « Кү түрүкі » Корытынды бөлүм: « <u>Доп кимде ?</u> » аз кимчилиги ойын Салка түрү: ҮК кортылдысы: Коштау.
16.05 №6	Эртүрүп улттык кимчилиги ойындарга катышуучулукка баулу.	Тактай	Кіріспе бөлүм: ЖДЖ орындау Нөтөгү бөлүм: 1) Тактай үстүмен тепе-теңдүктү сактап жүрү. 2) Бир ороннан бириктикке секирү. 3) Ойын: « Кү түрүкі » Корытынды бөлүм: « <u>Доп кимде ?</u> » аз кимчилиги ойын Салка түрү: ҮК кортылдысы: Коштау.
19.05 №12	Эртүрүп улттык кимчилиги ойындарга катышуучулукка баулу.	Дога, капшык	Кіріспе бөлүм: ЖДЖ орындау Нөтөгү бөлүм: 1) Доганып астымен сүйөктөу. 2) Түгөндө арагына капшыкты кысып, көс аяктап секирү. 3) Ойын « Кім тез салка түрады » Корытынды бөлүм: « <u>Доп кимде ?</u> » Салка түрү: ҮК кортылдысы: Коштау.
15.00-15.30 №6	Эртүрүп улттык кимчилиги ойындарга катышуучулукка баулу.	Дога, капшык	Кіріспе бөлүм: ЖДЖ орындау Нөтөгү бөлүм: 1) Доганып астымен сүйөктөу. 2) Түгөндө арагына капшыкты кысып, көс аяктап секирү. 3) Ойын « Кім тез салка түрады » Корытынды бөлүм: « <u>Доп кимде ?</u> » Салка түрү: ҮК кортылдысы: Коштау.
16.00-16.30	Эртүрүп улттык кимчилиги ойындарга катышуучулукка баулу.	Дога, капшык	Кіріспе бөлүм: ЖДЖ орындау Нөтөгү бөлүм: 1) Доганып астымен сүйөктөу. 2) Түгөндө арагына капшыкты кысып, көс аяктап секирү. 3) Ойын « Кім тез салка түрады » Корытынды бөлүм: « <u>Доп кимде ?</u> » Салка түрү: ҮК кортылдысы: Коштау.

Әдіскер: 

д/ш нускаушысы: Жаубасар Д.С.

**Денешилдиктары үйлөмөстөрүнүн каттеги өрөөк топтарына арналган аялалык шиклограммасы**  
**Каарууөк 01.09.2022 – 02.09.2022**

Уакыты топтар	ҮК максаты	Күрөү-жабалыктар	ҮК барысы
<p>01.09 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45</p>	<p>Базалардын теңе-теңдик сакташ жүрүтө, дотты домалатуга үйрөтү, Күчтүл-кооздандытырсын даамату.</p>	<p>Жил, дон</p>	<p>Кірісөк: Бир оранда туруп, сги аякпен сөтүрү. Салта бир-бирден жүрү; жүрүдө жүтүрүмөн, сөтүрүмөн кезектестірі; ЖДЖ орандау 1 кешен Негізгі белгіс: 1. Сызалктар аркасымен (15 см аракашпактык) жүрү. 2. Дотты тура бергата домалату. 3. Юйүн: «Бос оран» Коргалдык: Аз кымшыды ойыл «Өрөкшп» №8 Салка туру ҮК коргылдысы Коштөсү</p>

Өлкөсөт:



Д/ш түскөүшүнасы Жауобасар Д.С.



Денешыныктыруу үй-бүлө кеңешчелери кызматкерлерине арналган аялалык иш-досколулардын

Кыргызтик 05.09.2022 - 09.09.2022

Убакыты топтар	ҮК максаты	Курал-жабдыктар	ҮК барысы
06.09 № 4	Балалардын күрөсүндөн өбөктөп өтүүдө, заттар арасымен доптарды даярдыларын калыптатышуу, Елтиликтерин, икемддиктерин даярдуу	Жип	Киреңге бөлім: Бир келтирилген, аяктын үшүмөк, тізеңи жогары көтөрүн жүрү және жүтүрү, ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлім: 1) Күрөсүндөн өбөктөп өтүү. 2) Заттар арасымен доптарды, күрөсүндөрдө домалтуу. 3) Ойын: «Каскыр орд» Корытынды бөлім: «Түзө-түз» Сапка туру. ҮК кортындыгысы, Коштау.
07.09 № 11 15.30-15.55 № 4 16.00-16.25	Балалардын, допты домалтууда үйрөтүү. Кимыл-козголтатыштарын даярдуу.	Жип, доп	Киреңге: Сапка бир-бирден, түрлү багытта жүрү және жүтүрү. ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлім: Заттар арасымен доптарды, күрөсүндөрдө домалтуу. 8 м дейинги кашыктыкта заттар арасымен тура багыт бойынша тортугандан өбөктөтүү. Ойын: «Бос орын» Корытынды: Аз кимылды ойын «Ормекши» Сапка туру. ҮК кортындыгысы, Коштау.
08.09 № 4 09.00-09.25 № 11 10.20-10.45	Доптуу тура багытта домалтууда, күрөсүндөн өбөктөп өтүүдө үйрөтүү. Шапандылыктарын, елтиликтерин даярдуу.	Доп, күрөсү	Киреңге бөлім: Түрлү талсырмалармен жүтүрү: шапанды және башу карыкымел, жетекшимен ауыса отырды жүтүрү. ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлім: 8 м дейинги кашыктыкта заттар арасымен тура багыт бойынша тортугандан өбөктөтүү. 1,5 м кашыктыктагы титинен нысанга дөлдөп жактыруу. Ойын: «Ким тез сапка туралды» Корытынды бөлім: Аз кимылды ойын «Төмү толкымды бир» Сапка туру. ҮК кортындыгысы, Коштау.

Өлкөсү:



Д/ш нускашысы Жаубасар Д.С.

Дене шынықтыру үйымдастырылган кызметі ересек топтарына арналган ауылдық инклюзивтілік программасы  
Қаржылік 12.09.2022 - 16.09.2022

Уақыты топтар	ҮК мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҮК бағысы
13.09 № 4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Бауырлар еңбектеу, допты дөліпеп дақтау дағдарын қалыптастыру, Еңгіліктігеріп, іксемдіктігеріп дақтау	Налсана, доп.	Кіріспе бөлім: 1,5 минут ішінде бау қарқынмен үздіксіз жүтіру ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1) 5м қашықтықтан тігінен несанға дөліпеп дақтау, 2) Табан мен шлангіп сүйеніп төрт тағандал еңбектеу, 3) Ойын «Бос үй» Қорытынды бөлім: Ау қимылды ойын «Күн мен түн» Сапақ тұру, ҮК қортылдысы, Қолтауу.
14.09 № 11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Бетпағарды еңбектеу, Үйрету, Қимыл-қозғалыстарын дақтау.	Гимнастикалық қабырға	Кіріспе бөлім: Кіші және үлкен қаламмен жүру және жүтіру ЖДЖ орындау 2кешен Негізгі бөлім: 1) Табан мен алшаңға сүйеніп төрт тағандал еңбектеу 2) Гимнастикалық қабырға бойындашалажатары-тоқпен кешектескенқаламмен өрмедеу 3) Ойын «Балықтар мен балықшы» Қорытынды бөлім: Ау қимылды ойын «Әрмекшіп» Сапақ тұру, ҮК қортылдысы, Қолтауу.
15.09 № 4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Допты тұра бағытта домалауға, қалшықты қысып секіруді үйрету, Шапшаңдықтыарын, енгіліктігеріп дақтау.	Гимнастикалық қабырға, доптар	Кіріспе бөлім: Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40- 50 метрге жүтіру, ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Тізесін арасынан қалшықты қысып, қос аяқтап секіру 2) Допты екі қолмен аяқтап арасымен домалау.. 3) Ойын: «Кім тез сапақ тұрады» Қорытынды бөлім: ойын «Тізіз толқымды» Сапақ тұру, ҮК қортылдысы, Қолтауу.

Әдіскер:



Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Денешияныктару үйлдмдстрдлгн кызметі ересек топтарына арналган анталык инсдлограммасы**  
**Кыркүйөк 19.09.2022 – 23.09.2022**

Уақытты топтар	УК максаты	Курал-жабдыктар	УК барысы
<p>20.09 №4 <b>09.00-09.25</b> №11 <b>10.20-10.45</b></p>	<p>Балалардын күрсөудан еңбектен отуді, заттар арасымен доптарды дағдарын калыптастыру; Еңгділіктігерін, икемділістерін дамдыту</p>	<p>капшык</p>	<p><u>Кіріспе бөлім:</u> Сапта бір-бірден жүру, жүруді баска кимылдармен кезектестіру. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру. ЖДЖ орындау 2 кешен</p> <p><u>Негізгі бөлім:</u> 1)Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру. 2)Допты екі қолымен бастан асыра келергі арқылы дақтыру. <u>Қорытынды бөлім:</u> Аз кимылды ойын «Күн мен түн» Сапка тұру. УК қортындыласы. Қолтасу.</p>
<p>21.09 №11 <b>15.30-15.55</b> №4 <b>16.00-16.25</b></p>	<p>Балалардын , допты домаштуға үйрету. Қимыл-қозғалыстарын дамдыту.</p>	<p>Доп, арқан</p>	<p><u>Кіріспе бөлім:</u> Сапка тұру, сапка құрылымын өзгертіп қайта тұру.Кіші және үлкен қадаммен жүру және жүгіру. ЖДЖ орындау 2кешен</p> <p><u>Негізгі бөлім:</u> 1)Допты екі қолымен бастан асыра келергі арқылы дақтыру. 2)50 см жоғары көтерілген арқанның астынан он және сол бүйірмен ала еңбектен кіру. 3)Ойын «Ажы қаздар» <u>Қорытынды бөлім:</u> Аз кимылды ойын «Өрмеқші» Сапка тұру. УК қортындыласы. Қолтасу.</p>
<p>22.09 №4 <b>09.00-09.25</b> №11 <b>10.20-10.45</b></p>	<p>Допты тұра бағытта домаштуға, күрсөудан еңбектен отуді үйрету. Шапшаңдылықтарын, еңгділіктерін дамдыту.</p>	<p>Арқан, қап</p>	<p><u>Кіріспе бөлім:</u> Тізені жоғары көтеріп жүру мен жүгіру Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру. ЖДЖ орындау 2 кешен</p> <p><u>Негізгі бөлім:</u> 1)50 см жоғары көтерілген арқанның астынан он және сол бүйірмен ала еңбектен кіру. 2)Баска қап киіп, заттарды аттап өту, бұрылу. 3)Ойын: «Кім тез сапка тұрады?» №9 <u>Қорытынды бөлім:</u> Ойын «Теміз толықты» Сапка тұру. УК қортындыласы. Қолтасу.</p>

Әдіскер:



Дүш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Дөнөшмөнчүктүгү үйүмдастрылган кызмөт ересек тоңтарына арналган апталык шиклограммасы**  
**Казан 03.10.2022 – 07.10.2022**

Уақыты тоңтар	УК максаты	Кураал-жабдыктар	УК барысы
04.10 № 4 <b>09.00-09.25</b> №11 <b>10.20-10.45</b>	Допты бир-бирине төменнен лактыру және кагып алууда, орындаыкта еңбектеуді үйрөту, шапандыктарын, егтіліктерін дамыту	кашык	Кіріспе бөлім:Кол мен аяк кимылын үйлөстүрүп жүру. ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлім:1)Допты бир-бирине төменнен лактыру және кагып алу (1.5 м кашыктыкта). 2)Тактайд, орындаыкта көлдөненнен еңбектеу. 3) Ойын «Балыктар мен балыкшы» Корытылды бөлім:Аз кимылды ойын «Төңіз толкышы бі» Сапка түру. УК кортылдысы. Коштау.
05.10 № 11 <b>15.30-15.55</b> №4 <b>16.00-16.25</b>	Балалардын егтіліктерін, икемділіктерін, шапандыктарын дамыту.	Тактайд, доптар	Кіріспе бөлім:Сызыктар арасымен (15 см аракашыктык) жүру, жүгіру.Кіші және үлкен каламмен жүру және жүгіру ЖДЖ орындау 2кешен Негізгі бөлім:1)Тактайд, орындаыкта көлдөненнен еңбектеу. 2)Бир-биринен кашык койыштан 5-6 доп аркылы кезекпен аттап өту. 3) Ойын «Тарышкерлер» Корытылды бөлім:Аз кимылды ойын «Өрмөкші» Сапка түру. УК кортылдысы. Коштау.
06.10 № 4 <b>09.00-09.25</b> №11 <b>10.20-10.45</b>	Допты бир-бирине аякпен домаштууда үйрөту, егтіліктерін, икемділіктерін, шапандыктарын дамыту.		Кіріспе бөлім:Педагогтін белгісімен сапта жүрудің багытын өзгөртү. Кіші және үлкен каламмен жүру және жүгіру ЖДЖ орындау2кешен Негізгі бөлім: 1)Бир-биринен кашык койылган 5-6 доп аркылы кезекпен аттап өту. 2)Допты аяктарымен бир-бирине домалау. 3)Ойын: «Кім тез сапка түрады» Корытылды бөлім: «Күн мен түн» Сапка түру. УК кортылдысы. Коштау.

Әліскер:



Д/ш нускаушысы Жаубасар Д.С.

Дөнөшүнүктөрдү үйымдаштырылган кызмети ересек топтарына арналган агылдык пилеграмаасы  
 Кыркүйөк 26.09.2022 – 30.09.2022

Учалгы топтар	УК максаты	Курал-жабдыктар	УК барысы
27.09 № 4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Секіру даудылары калыптастыру, енгізілгтерін, күш-куаттарын дамыту.	киш	Кірісе бөлім: Орта жылдамдыктан жүрүдү кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгірү; ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлім: 1) Баска кап киш, заттарды агтап өту, бұрыду, 2) 2-3 метрлік кашыктыкта алга ұмтыла кос аякпен секіру; 3) Ойын «Каскадр орда» №1 Корытынды бөлім: Аз кымалды ойын, «Күн мен түн» Сапка түрү; УК кортындысы: Коштау.
28.09 № 11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Секіру даудыларын игеру, енгізілгтерін, күш-куаттарын дамыту.	Бөрене	УК кортындысы: Коштау. 2) Тене-теңдікті сактап бөренимен жүрү. 3) Ойын «Ажы калдар» №2 Корытынды бөлім: Аз кымалды ойын «Өрмөкші» Сапка түрү; УК кортындысы: Коштау.
29.09 № 4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Тене-теңдік сактап жүрүтө үйрөту, допты дактарын кагып алуга үйрөту, Кимыл-колвиштарын дамыту	Бөрене, доптар	Кірісе бөлім: Шапшап және багу каркымен жүрү және жүгірү Кіш және үлкен кадаммен жүрү және жүгірү ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлім: 1) Ойыл-калды тақтаймен жүрү және жүгірү. 2) Тене-теңдікті сактап бөренимен жүрү. 3) Допты бір-біріне төменнен дактару және кагып алгу (1,5 м кашыктыкта). 4) Ойын: «Ким тез сапка тұрады» Корытынды бөлім: Сергіту жаттыгуы «Бүгш-бүгш» Сапка түрү; УК кортындысы: Коштау.

Дүйсөкөр:



Д/ш нускаушысы Жаубасар Д.С.

Дене шынықтыру ұйымастарының қызметі ересек топтарына арналған ағартық циклограммасы

Қазан 10.10.2022 – 14.10.2022

уақыты топтар	ҰҚ мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҰҚ барысы
11.10 № 4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Долты аяқтарымен бір-біріне домалату, төрт тағанды еңбектеуді үйрету.	Қағаз,	Кіріспе бөлім: Сапқа бағыттардан ауақтыра отырып жүру, жүтіру ЖДЖ орындау 2 кешені Негізгі бөлім: 1) Долты аяқтарымен бір-біріне домалату. 2) Қимылдың бағытын сақтап, 6 метр еркіндіктің аяғында төрт тағанды еңбектеу. 3) Ойын «Ақу қаздар» Қорытынды бөлім: Ойын «Ізде-ізде» Сапқа тұру. ҰҚ қортыныласы. Қолтағу.
12.10 № 11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Тепе-теңдікті сақтап жүруді, төрт тағанды еңбектеуді үйрету, еңтіктерін, икемділіктерін, дамыту.	Жіп, күреулар	Кіріспе бөлім: Бірінші соңынан бірі бой тұрауымен дұрыс сақтап жүру, жүтіру Кіші және үлкен қызымен жүру және жүтіру ЖДЖ орындау 2 кешені Негізгі бөлім: 1) Қимылдың бағытын сақтап, 6 метр еркіндіктің аяғында төрт тағанды еңбектеу. 2) Жіп бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру. 3) Ойын «Бос орын» Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Өрнекші» Сапқа тұру. ҰҚ қортыныласы. Қолтағу.
13.10 № 4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Тепе-теңдікті сақтап жүруді, қос аяқпен секіруді үйрету, еңтіктерін, икемділіктерін, дамыту.	Жіп	Кіріспе бөлім: Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып жүтіру. ЖДЖ орындау 2 кешені Негізгі бөлім: Жіп бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру. 2-3 метрлік қашықтықта аяғы ұстамай қос аяқпен секіру Ойын: «Кім тез сапқа тұрады» Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Теңіз толқылы» Сапқа тұру. ҰҚ қортыныласы. Қолтағу.

Әдіскер: 

Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Денешыныктыру уйымастары тгн кызметі ересек топтарына арналган алгачык инструкторлардын**  
**Казан 17.10.2022 - 21.10.2022**

Уақытты топтар	ҮК максаты	Құрал-жабдыктар	ҮК барысы
18.10 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Секіру, допты домалату дағдыларын қалыптастыру, егтіліктерін икемділіктерін, дамыту.	Доптар	Кіріспе бөлім: Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып жүтіру. ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1)2-3 метрлік қашықтықта алға ұқтыла қос аяқпен секіру. 2)Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. 3)Ойын «Бос үйшік» Қортынды бөлім: Аз қимылды ойын «Күн мен түн» Сапқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтағу.
19.10 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Допты домалату, төрт тағанды еңбектеуді үйрету, егтіліктерін, икемділіктерін, дамыту.	Доптар	Кіріспе бөлім: Сапқа бір-бірімен, түрлі бағытта жүру және жүтіру. Кіші және үлкен қаламмен жүру және жүтіру ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1)Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. 2)Қимылдың бағыты сақтал, 6 метр арақашықтықта төрт тағанды еңбектеу. 3) Ойын «Қасқыр орда» Қортынды бөлім: Аз қимылды ойын «Өрмекші» Сапқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтағу.
20.10 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Гимнастикалық қабдырғаға ормелеуді, төрт тағанды еңбектеуді үйрету, егтіліктерін, икемділіктерін, дамыту.	Гимнастикалық қабдырға	Кіріспе бөлім: Шапшаң және бау қарғынмен жүтіру. ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1)Қимылдың бағытын сақтал, 6 метр арақашықтықта төрт тағанды еңбектеу. 2) Гимнастикалық қабдырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қаламмен ормелеу. 3) Ойын: «Кім шапшаң» Қортынды бөлім: Аз қимылды ойын «Ізде-ізде» Сапқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтағу.

Әдіскер:



Д/ш тұрқаушысы Жаубасар А.С.

**Денешыныктыру Ұйымдастырылган кызметі ересек топтарына арналган апталык циклограммасы**  
**Қазан 26.10.2022 – 28.10.2022**

Уақытты топтар	ҰК мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҰК барысы
	Гимнастикалық қабдырғаға өрмелеуді үйрету. Бетсенді қимыл қозғалыстарын дамыту	Гимнастикалық қабдырға	<p>Кіріспе бөлім: Сапта бір-бірімен, түрлі бағытта жүру және жүгіру. ЖДЖ орынтау 1 кешен</p> <p><u>Негізгі бөлім:</u> 1) Гимнастикалық қабдырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу.</p> <p>2) Басқа қан киіп, заттарды ақтап өту</p> <p>3) Ойын «Фарышкерлер» №4</p> <p><u>Қорытынды бөлім:</u> Аз қимылды ойын «Теніз толқында» №13</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>ҰК қортындысы. Қолтағу.</p>
26.10 № 11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Допты лақтыру және қатып алуды, тепе-теңдік сақтап жүруді үйрету, ептіліктерін, икемділіктерін дамыту.	Доптар.	<p><u>Кіріспе бөлім:</u> Кіші және үлкен қадаммен жүру және жүгіру ЖДЖ орындау 1 кешен</p> <p><u>Негізгі бөлім:</u> 1) Желбеу тақтаймен (ені 2 см, бийіктілі 30-35 см) жоғары және төмен жүру және жүгіру.</p> <p>2) Басқа қан киіп, заттарды ақтап өту.</p> <p>3) Допты лақтыру және қатып алу, допты дұрыс лақтыру және өзіне қыспай қатып алу.</p> <p><u>Қорытынды бөлім:</u> Аз қимылды ойын «Өрмекші»</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>ҰК қортындысы. Қолтағу.</p>
27.10 № 4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Допты лақтыру және қатып алуды.	Доптар, шенберлер	<p><u>Кіріспе бөлім:</u> Кіші және үлкен қадаммен жүгіру ЖДЖ орынтау 1 кешен</p> <p><u>Негізгі бөлім:</u> 1) Допты лақтыру және қатып алу, допты дұрыс лақтыру және өзіне қыспай қатып алу.</p> <p>2) Бір шенберден екінші шенберге біртіндеп секіру.</p> <p>3) Ойын: «Кім тез сапқа тұрды?» №9</p> <p><u>Қорытынды бөлім:</u> Аз қимылды ойын «Күн мен түн» №12</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>ҰК қортындысы. Қолтағу.</p>

Әдіскер:



Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.



Дене шынықтыру үйлестірілген қызметі ересек топтарына арналған апталық инклюзивті программа  
 Қараша 31.10.2022 – 04.11.2022

Уақыты топтар	ҰҚ мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҰҚ барысы
01.11 № 4 09.00-09.25 № 11 10.20-10.45	Шенберден шенберге секіруді үйрету, шапандылықтарын, елтіліктерін дамыту.	капшық	<p>Кіріспе бөлім: Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып жүгіру. Қол мен аяқ қимылын үйлестіріп жүру.</p> <p>ЖДЖ орындау 1 кешен</p> <p>Негізгі бөлім: 1) Бір шенберден екінші шенберге біртіндеп секіру.</p> <p>2) Екі сымның арасымен теңе-теңдікті сақтап жүру.</p> <p>3) Ойын «Бақпаны тазарту»</p> <p>Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Тені толқиям бір»</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>ҰҚ қортындысы. Қолғау.</p>
02.11 № 11 15.30-15.55 № 4 16.00-16.25	Елтіліктерін, икемділіктерін, шапандылықтарын дамыту.	Жіп, арқан	<p>Кіріспе бөлім: Бау қарқанды жүру және жүгіру. Кіші және үлкен қаламмен жүру және жүгіру ЖДЖ орындау 1 кешен</p> <p>Негізгі бөлім: 1) Жіп бойымен жүруде теңе-теңдікті сақтап жүру, қабілеттерін дамыту.</p> <p>2) 40 см биіктікте көтерілген арқанның астынан еңбектеп оту</p> <p>3) Ойын «Аққу қаздар»</p> <p>Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Өрмекші»</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>ҰҚ қортындысы. Қолғау.</p>
03.11 № 4 09.00-09.25 № 11 10.20-10.45	Төрт тағанды еңбектеуді үйрету, елтіліктерін, икемділіктерін, дамыту.	Арқан, тақтайлар	<p>Кіріспе бөлім: Сапқа бір-бірімен жүру, жүруді жүгірумен, секірумен кезектестіру.</p> <p>ЖДЖ орындау 1 кешен</p> <p>Негізгі бөлім: 40 см биіктікте көтерілген арқанның астынан еңбектеп оту. Еденнен 20-25 см көтерілген баспалдақ тақтайданаттап оту.</p> <p>Ойын: «Кім тез сапқа тұрды»</p> <p>Қорытынды бөлім:</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>ҰҚ қортындысы. Қолғау.</p>

Әдіскер:



Д/ш цусқаушысы Жаубасар Д.С.

Денсаулықтың ұйымдастырылуы қызметі ересек топтарына арналған апталық циклограммасы  
 Қараша 07.11.2022 – 11.11.2022

Уақыты топтар	ҰК мақсаты	Күрші-жабылдықтар	ҰК барысы
08.11 № 4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Төрт тағандан енбектеуді үйрету, ептіліктерін, икемділіктерін, дамыту.	капшық	<p>Кіріспе бөлім: Шапшаң және баяу қарқынмен аясы отырып жүгіру.                      ЖДЖ орындау 2 кешен                      Негізгі бөлім: 1) Елменен 20-25 см көтерілген баспалдақ тақтайлаңғатпай өту.                      2) Зәттар арақыммен тұра бағыт бойынша төрттағандан енбектеу.                      3) Ойын «Бос үй»                      Қорытынды бөлім:                      Сапқа тұру.                      ҰК қортындысы. Қолтабу.</p>
09.11 № 11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Төрт тағандан енбектеуді, ұзындыққа секіруді үйрету Ептіліктерін, икемділіктерін, шапшаңдылықтарын дамыту.		<p>Кіріспе бөлім: Сапта бір-бірімен, түрлі бағытта жүру және жүгіру. Кіші және үлкен қадаммен жүру және жүгіру                      ЖДЖ орындау 2 кешен                      Негізгі бөлім: 1) Зәттар арақыммен тұра бағыт бойынша төрттағандан енбектеу.                      2) 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см).                      3) Ойын «Бағыттар мен бағытшы»                      Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Өрмекші»                      Сапқа тұру.                      ҰК қортындысы. Қолтабу.</p>
10.11 № 4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Орнынан ұзындыққа секіру, тепе-теңдік сақтап жүруді үйрету, ептіліктерін, икемділіктерін дамыту.	Бөрене	<p>Кіріспе бөлім: 1-1,5 минут ішінде баяу қарқынмен үздіксіз жүгіру.                      ЖДЖ орындау                      Негізгі бөлім: 1) 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру                      2) Тепе-теңдік сақтап бөренемен жүру.                      3) Ойын: «Кім тез сапқа тұрады»                      Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Қазе-ізде»                      Сапқа тұру.                      ҰК қортындысы. Қолтабу.</p>

Әдіскер:



Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С

**Денешыныктару үйымдастрылган кызметі ересек топтарына арналган англлык инклюзиврамасы**  
**Караша 14.11.2022 – 18.11.2022**

Уақыты топтар	ҮК максаты	Күрал-жабдыктар	ҮК барысы
15.11 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Тене-тендікті сақтап б жүруді, допты бір-біріне төменнен лақтыру және қалып алуды үйрету; Егтіліктерін, икемділіктерін, шапшаңдылықтарын дамыту.	Капшык  Ойлы-қырлы тақтай, доптар	Кіріспе бөлім: Бір минут баяу қарқылыда жүтіру; ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1) Тене-тендікті сақтап бөренемен жүру; 2) Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қалып алу; 3) Ойын «Бақшаны тазарту» Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Күн мен түн» Сапка тұру; ҮК қортындысы: Қолшабу; Кіріспе бөлім: Саптарбөкте бағыттарып ауыстыра отырып жүру. Киші және үлкен қадимен жүру және жүтіру ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1) Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қалып алу; 2) Ойлы-қырлы тақтаймен жүру; 3) Ойын «Қасқыр орда» Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Өрмекші» Сапка тұру; ҮК қортындысы: Қолшабу; Кіріспе бөлім: Бір қалыппен 40-50 метрге жүтіру; ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Ойлы-қырлы тақтаймен жүру; 2) Қатарға бір-бірінен сапка тұру; Сапты қайтадан құру; 3) Ойын: «Кім тез сапка тұрады» Қорытынды бөлім: «Тені толхиды» Сапка тұру; ҮК қортындысы: Қолшабу;
16.11 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Допты лақтыру және қалып алуды, тене-тендік сақтап жүруді үйрету; егтіліктерін, икемділіктерін дамыту.	Ойлы-қырлы тақтай, доптар	Кіріспе бөлім: Бір қалыппен 40-50 метрге жүтіру; ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Ойлы-қырлы тақтаймен жүру; 2) Қатарға бір-бірінен сапка тұру; Сапты қайтадан құру; 3) Ойын: «Кім тез сапка тұрады» Қорытынды бөлім: «Тені толхиды» Сапка тұру; ҮК қортындысы: Қолшабу;
17.11 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Тене-тендік сақтап жүруді үйрету; егтіліктерін, икемділіктерін дамыту.	Ойлы-қырлы тақтай, доптар	Кіріспе бөлім: Бір қалыппен 40-50 метрге жүтіру; ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Ойлы-қырлы тақтаймен жүру; 2) Қатарға бір-бірінен сапка тұру; Сапты қайтадан құру; 3) Ойын: «Кім тез сапка тұрады» Қорытынды бөлім: «Тені толхиды» Сапка тұру; ҮК қортындысы: Қолшабу;

Әдіскер:



Д/ш нұсқаушысы Жәубаев Д.С

**Денешыныктыру уйымдастырылган кызметі ересек топтарына арналган апталык ишкесту рамкасы**  
**Караша 21.11.2022 – 25.11.2022**

Уақыты топтар	ҮОК максаты	Курал-жабдыктар	ҮОК барысы
22.11 № 4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Балалардың қызыл қозғалыстарын дамыту, етіліктерін, инсандықтарын дамыту.	Доп	Кіріспебөлім: Жетекшімен ауыса отырып жүру және жүгіру. ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1) Санға құрылыммен өзгертіп қайта тұру. 2) Допты екі қолымен бастан асыра келергі арқылы лақтыру (2 м қашықтықтан). 3) Ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Теңіз толқилы» Санға тұру. ҮОК қортындысы: Қолтабу.
23.11 № 11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Допты лақтыру, секіру дағдыларын қалыптастыру.	Доптар, секіртпе	Кіріспе бөлім: Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып жүгіру. Кіші және үлкен қадаммен жүру және жүгіру. ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлім: 1) Допты екі қолымен бастан асыра келергі арқылы лақтыру (2 м қашықтықтан). 2) Қысқа секіртпемен секіру. 3) Ойын: «Қасқыр орда» Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Өрмекші» Санға тұру. ҮОК қортындысы: Қолтабу.
24.11 № 4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Балалардың қызыл қозғалыстарын дамыту, етіліктерін, инсандықтарын дамыту.	Секіртпелер, кіші доптар	Кіріспе бөлім: Бір қалыпты жүру, жүгіру, аяқ ұшымен, өкпешпен, ішкі және сыртқы қырымен жүру, ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Қысқа секіртпемен секіру. 2) Оң және сол қолымен қолденен нақсанға (2-2,5 м қашықтықтан), дәлдеп лақтыру 3) Ойын: «Кім тез санға тұрады» Қорытынды бөлім: Санға тұру. ҮОК қортындысы: Қолтабу.

Әдіскер:



Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру үйымдастырылган оқу қызметінің ересек топтарына арналған алғашық циклограммасы**  
 Қараша 28.11.2022 – 02.12.2022

уақыты топтар	ҰҚ мақсаты	Күрші-жыбылқтар	ҰҚ бағысы
29.11 №4	Дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты ояту.	Таяқ, топ	Кіріспе бөлімі: Қолдарды артүрді қалыпта ұстап тепе-теңдік сақтап жүру, шаппан және бауу қарқынмен жүтіру. ЖІДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан тепе-теңдік сақтап жүру. 2) 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (немесе ортасынан биіктігі 1,5 метр) нешешаға лақтыру. 3) Ойын: « менің қандиді дөбем » Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын « Күн мен түн » Сапаға тұру.
30.11 №11	Дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты ояту.	Доп, гимнастикалық орындар	ҰҚ қортындысы: Қолтабу. Кіріспе бөлімі: Өкпемен, аяқтың сыртың қоздырып жүру, 1-1,5 минут ішінде бауу қарқынмен жүтіру. ЖІДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу (1,5 м қашықтықта). 2) Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындау бойымен жүру. 3) Ойын: « Кү түні » Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын « Доп кімде » Сапаға тұру.
16.00-16.25 №4	Дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты ояту.	Гимнастикалық қабдыға	ҰҚ қортындысы: Қолтабу. Кіріспе бөлімі: Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкпемен жүру. ЖІДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) 20-25 см биіктікке секіру. 2) Гимнастикалық қабдығадан кезектескен қалдаммен орындау. 3) Ойын: « Кім тез сапқа тұрады » Қорытынды бөлімі: Сапаға тұру. ҰҚ қортындысы: Қолтабу.
01.12 №4	Дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты ояту.	Гимнастикалық қабдыға	ҰҚ қортындысы: Қолтабу. Кіріспе бөлімі: Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкпемен жүру. ЖІДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) 20-25 см биіктікке секіру. 2) Гимнастикалық қабдығадан кезектескен қалдаммен орындау. 3) Ойын: « Кім тез сапқа тұрады » Қорытынды бөлімі: Сапаға тұру. ҰҚ қортындысы: Қолтабу.
09.00-09.25 №11	Дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты ояту.	Гимнастикалық қабдыға	ҰҚ қортындысы: Қолтабу. Кіріспе бөлімі: Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкпемен жүру. ЖІДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) 20-25 см биіктікке секіру. 2) Гимнастикалық қабдығадан кезектескен қалдаммен орындау. 3) Ойын: « Кім тез сапқа тұрады » Қорытынды бөлімі: Сапаға тұру. ҰҚ қортындысы: Қолтабу.
10.20-10.45	Дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты ояту.	Гимнастикалық қабдыға	ҰҚ қортындысы: Қолтабу. Кіріспе бөлімі: Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкпемен жүру. ЖІДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) 20-25 см биіктікке секіру. 2) Гимнастикалық қабдығадан кезектескен қалдаммен орындау. 3) Ойын: « Кім тез сапқа тұрады » Қорытынды бөлімі: Сапаға тұру. ҰҚ қортындысы: Қолтабу.

Әдіскер:



Д/ш Нұрғалиұлы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру үйлестірілген оқу кылемінің ересек топтарына арналған апталық инклюзивті жоспары**  
**Желтоқсан 05.12 – 09.12.2022**

Уақытты топтар	ҮК мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҮК барысы
06.12 № 4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Балалардың денесін үйлесімді дамыту, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру.	Доп	Кіріспе бөлім: Бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Допты екі қолымен бастан асыра келері арқылы лақтыру (2 м қашықтықтан). 2) Бір-біріне допты ламапату. 3) Ойын: «Кім жылдам» Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Доп кімде?» Сапақ тұру. ҮК қортындысы: Қолпасау.
07.12 № 11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Балалардың денесін үйлесімді дамыту, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру.	Қапшық	Кіріспе бөлім: Бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. 2) Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру. 3) Ойын: «Қу түлкі» Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Үлгі-ұшыта» Сапақ тұру. ҮК қортындысы: Қолпасау.
08.12 № 4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Балалардың денесін үйлесімді дамыту, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру.	Қапшық, құрсау	Кіріспе бөлім: Аяқ ұшымен, өкпемел, қайшылап жүру. Екі сызықтан арасындағы жолмен қолдарын еркін жағдайда ұстап кендеу адымымен жүру. ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. 2) Құрсаудан еңбектеп оту. (4-5) 3) Ойын: «Жел көбік» Қорытынды бөлім Сапақ тұру. ҮК қортындысы: Қолпасау.

Әдіскер:



Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Денешыныктыру уйымдастырылган іс-арекеті ересек топтарына арналган анталык циклограммысы**  
**Желтоқсан 12.12-15.12.2022**

уақыты топтар	Ұйымдастырылған іс-арекетінің мақсаты	Күрай-жабылмалар	Ұйымдастырылған іс-арекеті
13.12 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Спорттық қимылды ойындарға, қызығушылықты арттыру.	Доп	<p>Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>1) Салмақтардың арасымен (аракатықтылығы 15см) жүру.</p> <p>2) Қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша сәйкестеу.</p> <p>3) Ойын: « Шортан мен балық »</p> <p><u>Қорытынды бөлім:</u> Аз қимылды ойын « Доп кімде? »</p> <p>Салпақ тұру.</p> <p>ҰҚ қортындысы. Қолтасу.</p>
14.12 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Спорттық қимылды ойындарға, қызығушылықты арттыру.	Қапшық, құрсау	<p>Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>1) Қолда екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру.</p> <p>2) Құрсаудан сәйкестеу ету.</p> <p>3) Ойын: « Шортан мен балық »</p> <p><u>Қорытынды бөлім:</u> Аз қимылды ойын « Донта қағып ал »</p> <p>Салпақ тұру.</p> <p>ҰҚ қортындысы. Қолтасу.</p>
15.12 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Спорттық қимылды ойындарға, қызығушылықты арттыру.	Гимнастикалық орындар, доптар.	<p>Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>1) Гимнастикалық скамейканың үстінен тепе-теңдік сақтап жүру.</p> <p>2) Заттардың арасымен доптарды домалау.</p> <p>3) Ойын: « Кім шапшаң »</p> <p><u>Қорытынды бөлім:</u> Аз қимылды ойын « Донта қағып ал »</p> <p>Салпақ тұру.</p> <p>ҰҚ қортындысы. Қолтасу.</p>

Әліскер: 

Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Денсаулықтыру ұйымдастырылған іс-әрекеті ересек топтарына арналған апталық программасы**  
**Желтоқсан айы 19.12-23.12.2022**

Уақыты топтар	Ұйымдастырылған іс-әрекетінің мақсаты	Күрал-жабдықтар	Ұйымдастырылған іс-әрекеті
20.12 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Балалардың денесін үйлесімді дамыту, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру.	Күрсау, доп	<p><u>Кіріспе бөлім:</u> ЖІДЖ орындау</p> <p><u>Негізгі бөлім:</u> 1) Жүруді жүтірумен, секірумен аямастырып жүру. Бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру.</p> <p>2) Күрсауларды бір-біріне домалату.</p> <p>3) Ойын: « Бос орын »</p> <p><u>Қорытынды бөлім:</u> Аз қимылды ойын « Дөпті қалып ал »</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>ҰҚ қорғандысы. Қолтасу.</p>
21.12 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Балалардың денесін үйлесімді дамыту, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру.	Шана, доп	<p><u>Кіріспе бөлім:</u> ЖІДЖ орындау</p> <p><u>Негізгі бөлім:</u></p> <p>1) Шанамен төбешікке көтерілу. Бір-бірін сырғанау шанамен.</p> <p>2) Төбешіктен түскенде шанамен тежсу.</p> <p>3) Ойын: « Ақсу қаздар »</p> <p><u>Қорытынды бөлім:</u> Аз қимылды ойын « Кімде доп? »</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>ҰҚ қорғандысы. Қолтасу.</p>
22.12 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Балалардың денесін үйлесімді дамыту, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру.	Қапшық, күрсау	<p><u>Кіріспе бөлім:</u> ЖІДЖ орындау</p> <p><u>Негізгі бөлім:</u> 1) Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру.</p> <p>2) Күрсаудан еңбектен өту. Бір орында тұрып, көз аяқпен секіру.</p> <p>3) Ойын: « Балықтар мен балықшы »</p> <p><u>Қорытынды бөлім</u></p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>ҰҚ қорғандысы. Қолтасу.</p>

Әміскер:



Дип. нұсқаушысы Жаубасар Д.С.





**Дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-арекеті ересек топтарына арналған апталық циклограммасы**  
**Жетекшісі 26.12.30.12.2022**

Уақыты топтар	Ұйымдастырылған іс-арекетінің мақсаты	Күрал-жабдықтар	Ұйымдастырылған іс-арекеті
27.12 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты өту.	Шапа	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Сызбақтардың арасымен тепе-теңдік сақтап жүру; 2) Шаппамен сырғанау; төбеліктен сырғанау; 3) Ойын: « Кү түлкі » Қорытынды бөлім: « Аз қимылды ойын» Күн мен түн » Сапқа тұру. ҰК қорғалдысы. Қолтағу.
28.12 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты өту.	Доптар	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Сызбақтардың арасымен (арақашықтығы 15 см) жүру. 2) 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тұра бағыт бойынша еңбектеу. 3) Ойын: « Қасқыр мен балаландар » Қорытынды бөлім: « Аз қимылды ойын » Допты қағып ала » Сапқа тұру. ҰК қорғалдысы. Қолтағу.
29.12 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты өту.	Құм қапшықтық құрсау.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Қолды екі жаққа созып, баека қапшық қойып жүру. 2) Құрсаудан еңбектен өту. (4-5) Бір орында тұрып, көз аяқпен секіру. 3) Ойын: « Менің қойлдім дубым » Қорытынды бөлім: Сапқа тұру. ҰК қорғалдысы. Қолтағу.

Әдіскер:



Д/ш орындаушысы: Жаубасар Д.С.

Дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекеті ересек топтарына арналған аяғалық инклюзивті бағдарламасы  
 Күнтізбе 04.01-06.01.2023

Уақыты топтар	Үйымдастырылған іс-әрекетінің мақсаты	Құрал-жабдықтар	Үйымдастырылған іс-әрекеті
04.01 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.	Доп, көлбеу тақтай.	Кіріспе : ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Көлбеу тақтай бойымен төрттағанды еңбектеу. 2) Заттардың арасымен доптарды домалату. 3) Ойын: « Қу түлкі » Қорытынғы бөлім: Созылға арналған жаттығулар. Сапақ түру. ҰҚ қортындысы. Қолтабу.
05.01 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.	Қапшық, құрсау.	Кіріспе: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. 2) Құрсаудан еңбектеп өту.(4-5) Бір орында тұрып, қос аяқпен өсеңсіру. 3) Ойын: « Шортан мен балықтар » Қорытынғы бөлім: Аз қимылды ойын « Доп кімде? » аз қимылды ойын Сапақ түру. ҰҚ қорытындысы. Қолтабу.

Әдіскер:



Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Денешынықтыру сабағының ортаны топтарына арналған апталық инклюграммасы  
 Қаңтар 09.01-13.01.2023

Уақыты топтар	ҰК мақсаты	Күрал-жабдықтар	Әдістемелер қабылдау
10.01 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру.	Доп	<p><u>Кіріспе бөлім:</u> ЖДЖ орындау</p> <p><u>Негізгі бөлім:</u></p> <p>1) 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіру.</p> <p>2) Допты кеуде тұсынан лақтыру.</p> <p>3) Ойын: Доп кімде ?</p> <p><u>Қорытынды бөлім:</u> Созылуда арналған жаттығулар</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>ҰОК қортындысы. Қолтасу</p>
12.01 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру.	Доптар	<p><u>Кіріспе бөлім:</u> ЖДЖ орындау</p> <p><u>Негізгі бөлім:</u></p> <p>1) Төменнен екі қолмен қолденен неғсананға лақтыру.</p> <p>2) Зағтарды айналып және зағтардың арасымен сінбектеу.</p> <p>3) Ойын: Менің көңілді добым</p> <p><u>Қорытынды бөлім:</u> Аз қимылды ойын « Доп кімде ? »</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>ҰК қортындысы. Қолтасу</p>
13.01 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру.	Доға, доп.	<p><u>Кіріспе бөлім:</u> ЖДЖ орындау</p> <p><u>Негізгі бөлім:</u></p> <p>1) 1-1.5 м қашықтық) яқтарын ашпақ қойып, отырғып допты домалату.</p> <p>2) Допты астымен (биіктігі 40 см) сінбектеу.</p> <p>3) Ойын: « Менің көңілді добым »</p> <p><u>Қорытынды бөлім:</u> Аз қимылды ойын « Күн мен түн »</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>ҰК қортындысы. Қолтасу</p>

Әдіскер:



06.01.23

Дене шынықтыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекеті ересек топтарына арналған апталық циклограммасы**  
**Қаңтар айы 16.01-20.01.2023**


Уақыты топтар	Ұйымдастырылған іс-әрекетінің мақсаты	Күрес-жаобдылықтар	Ұйымдастырылған іс-әрекеті
17.01 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.	Шана	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Шанмен сырғанау; төбешіктен сырғанау. 2) Бір-бірін сырғанау. Шанмен төбешікке көтерілу. 3) Ойын: « Түлкі мен бауланалар » <u>Қорғалды бөлімі:</u> Аз қимылды ойын « Күн мен Түн » Сапа тұру. ҰҚ қорғалдысы. Қолтасу
18.01 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Баланың денсаулығын сақтау және нығайту; дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.	Қапшық күресу	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. 2) Күресуден сәбкеттеп өту: (4-5) 3) Ойын: « Қу түлкі » <u>Қорғалды бөлімі:</u> Аз қимылды ойын « Дюп кімде? » Сапа тұру. ҰҚ қорғалдысы. Қолтасу
19.01 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Баланың денсаулығын сақтау және нығайту; дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.	Қапшық күресу	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. 2) Күресуден сәбкеттеп өту: (4-5) 3) Ойын: « Түлкі мен бауланалар » <u>Қорғалды бөлімі:</u> Аз қимылды ойын « Дюп кімде? » Сапа тұру. ҰҚ қорғалдысы. Қолтасу

Әдіскер: 

Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Дене шыгыны өнүктүрүү үйымдаштырылган иш-аракетти өрсөзк топтарына арналган аягылык циклограммасы  
Кантар айы 23.01-27.01.2023

Убакыты топтар	Үйымдаштырылган иш-аракеттин максаты	Курал-жабдыктар	Үйымдаштырылган иш-аракети
24.01 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Баланын денсаулыгын сактау және ныгайтуу, дене шыныктырууга кызыктуу шыгылыкты арттыруу.	Доп, дога.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Допты экі кол менен бастан асыра желері аркылы локтыру (2 м каныктыктан) 2) Допанын астынан енбектеу (биктігі 40 см). 3) Ойын: «Кү түлкі» Корытынды бөлім: Аз кимылды ойын «Күн мен түн» Салка туру. ҮК кортылдысы. Коптасуу
25.01 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Баланын денсаулыгын сактау және ныгайтуу, дене шыныктырууга кызыктуу шыгылыкты арттыруу.	Дога.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Бір орында туруу, көз аякпен секиру. 2) Допанын астынан енбектеу (биктігі 40 см). 3) Ойын «Түлкі мен балаландар» Корытынды бөлім: Аз кимылды ойын «Допты ұста» Салка туру. ҮК кортылдысы. Коптасуу
26.01 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Баланын денсаулыгын сактау және ныгайтуу, дене шыныктырууга кызыктуу шыгылыкты арттыруу.	Гимнастикалык скамейка, күрсау.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Гимнастикалык скамейканын үстүнөн тене-теңдик сактап жүрүү. 2) Күрсаудан енбектеп өту (4-5) Заттардын арасы мен доптарды домаштатуу 3) Ойын: «Кім тез салка туралды» Корытынды бөлім: Аз кимылды ойын «Күн мен түн» Салка туру. ҮК кортылдысы. Коптасуу

Әдіскер: 

Д/ш нускаушысы Жаубасар Д.С.

Денешындыкты уйымдастырылган іс-эрекеті ересек топтарына арналган аялалык циклограммасы  
30.01-03.02.2023

уақыты топтар	Уйымдастырылган іс- эрекетінің мақсаты	Құрал-жабдықтар	Уйымдастырылган іс-эрекеті
31.01 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Негізгі қимыл түрлері: жүру мен жүгіруді, еңбектеу дағдыларын жетілдіру.	Доптар, доға	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1)2 метр араалшылықта допты бір-біріне төменнен лақтыру. 2)Доптың астынан еңбектеу (бйліктігі 40 см). 3) Ойын: « Қу түлкі » Қорытынды бөлім: Аз қимылда ойын « Доп кімде? » Сапқа тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтасу
01.02 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Негізгі қимыл түрлері: жүру мен жүгіруді, еңбектеу дағдыларын жетілдіру.	Құрсау	Кіріспе бөлім ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1)Құрсаудан еңбектеп өту.(4-5) 2)Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру. 3) Ойын: « Бос орын » Қорытынды: Аз қимылда ойын « Допты қағып ал » Сапқа тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтасу
02.02 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Негізгі қимыл түрлері: жүру мен жүгіруді, еңбектеу дағдыларын жетілдіру.	Доптар	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Заттардың арасымен доптарды домдалату. 2)Допты жоғары лақтыру, сәнге ұру және оны екі қолымен қағып алу. 3)Ойын: «Қасқыр мен балапандар » Қорытынды бөлім: Созылмалы жаттығулар орындау Сапқа тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтасу

Әдіскер:



Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Денешыныктыру ұйымдастырылган іс-эрекеті ересек топтарына арналган апталык циклограммасы**  
**Ақпан 06.02-10.02.2023**

уақыты топтар	Ұйымдастырылган іс-эрекетінің мақсаты	Құрал-жабдықтар	Ұйымдастырылган іс-эрекеті
07.02 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Бағанын денсаулығын сақтау және ыңғайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.	Доп, Гимнастикалық қабырға	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолымен қағып алу. 2) Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмелеу. 3) Ойын « Бос орын » Қорытынды бөлім: ойын « Доп кімде? » Сапқа тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтабу
08.02 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Бағанын денсаулығын сақтау және ыңғайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.	Доға, гимнастикалық қабырға	Кіріспе бөлім ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмелеу. 2) Доғаның астынан өткізету (биіктігі 40 см). 3) Ойын « Шортан мен балықтар » Қорытынды бөлім: « Допты қағып ал » Сапқа тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтабу
09.02 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Бағанын денсаулығын сақтау және ыңғайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.	Доға, гимнастикалық қабырға	Кіріспе бөлім ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмелеу. 2) Доғаның астынан өткізету (биіктігі 40 см). 3) Ойын « Шортан мен балықтар » Қорытынды бөлім: « Допты қағып ал » Сапқа тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтабу

Әдіскер:



Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Денсаулықтың ұйымдастырылуы мен іс-әрекеті өреске тәртібін арттыруға арналған ағартулық лекциясының мақсаты

Ақпан 13.02-17.02.2023

Уақыты тоғтар	Ұйымдастырылуы мен іс-әрекетінің мақсаты	Құрал-жабдықтар	Ұйымдастырылуы мен іс-әрекеті
14.02 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.	Доп, қапшық.	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Басқа баланың денсаулығын сақтау, допты қақпаға лақтыру. 2) Басқа баланы қап қойып, жіптің бойымен жүру. Қорытынды бөлімі: «Қу түсімі» Сапқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу
15.02 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.	Қап, бөрене.	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Басына қап қойып, тепе-теңдікті сақтай отырып, жіптің бойымен жүру. 2) Бөрене үстімен жүру. Қорытынды бөлімі: «О, менің көңілімді дубельді» Сапқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу
16.02 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.	Доп	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Допты жоғары лақтырып, қапты алу. 2) Допты жоғары лақтыру, еденге үру және оны екі қолмен қапты алу. Ойын: «Кім тез сапқа тұрады?» Қорытынды бөлімі: Доп кімде? Сапқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу

Әмірлер:



Дүпін тексерушісі Жаубасар Д.С.



**Демеушылықтару ұйымдастырылған іс-арекеті ересек топтарына арналған ангаждық циклограммасы**  
**Ақпан 20.02-24.02.2023**

Ұақыты топтар	Ұйымдастырылған іс- арекетінің мақсаты	Құрал-жабдықтар	Ұйымдастырылған іс-арекеті
21.02 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, еңбектеу дағдыларын жетілдіру.	Доптар	<p align="center">Ұйымдастырылған іс-арекеті</p> <p><u>Кіріспе бөлімі:</u> ЖДЖ орындау</p> <p><u>Негізгі бөлімі:</u></p> <p>1)Сызықтардың арасымен теңе-теңдік сияқтап жүру.</p> <p>2)Шамамен сырғанау: төбеліктен сырғанау.</p> <p>Қорытынды: Аз қимылды ойын « Қу тұлқи »</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>ҰК қортындыласы.</p> <p>Қолтаңбау</p>
22.02 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, еңбектеу дағдыларын жетілдіру.	Доптар	<p><u>Кіріспе бөлімі:</u> ЖДЖ орындау</p> <p><u>Негізгі бөлімі:</u></p> <p>1)Сызықтардың арасымен (арықашықтығы 15 см) жүру,</p> <p>2)10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тұра бағыт бойынша еңбектеу.</p> <p><u>Қорытынды:</u> Аз қимылды ойын « Доп кімде? »</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>ҰК қортындыласы.</p> <p>Қолтаңбау</p>
23.02 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, еңбектеу дағдыларын жетілдіру.	Қаппық,күресу.	<p><u>Кіріспе бөлімі:</u> ЖДЖ орындау</p> <p><u>Негізгі бөлімі:</u></p> <p>1) Қолды екі жаққа созып, басқа қаппық қойып жүру.</p> <p>2)Күресудан еңбектеп өту.(4-5) Бір орында тұрып, көз аяқпен секіру.</p> <p><u>Ойын:</u> «Кім тез сапқа тұрады»</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>ҰК қортындыласы.</p> <p>Қолтаңбау</p>

Әдіскер:



Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Уақыты	Үйлестірілетін к-р	Құрыл-ақылдау	Үйлестірілетін к-р
20.02-08.25 20.02-08.25 20.02-08.25	Үйлестірілетін к-р Үйлестірілетін к-р Үйлестірілетін к-р	Сөзгіші-ақылдау	Қаржы бөлімі ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі 1) Орынға ұшылдыса қысқа сөзгішімен сөзгіші. 2) Жұмыс іргілі бір-біріне жомадау. Қаржы бөлімі « Бос орын » Салма түрү. ҮК қорғандысы. Қолтауы
01.02 01.02-05.25 01.02-05.25	Үйлестірілетін к-р Үйлестірілетін к-р Үйлестірілетін к-р	Дана, данау	Қаржы бөлімі ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі 1) Орынға атылып сөзгіші (биіктігі 40 см). 2) Орынға жоғары ақтырып алып алу Қаржы бөлімі « Бос орын » Салма түрү. ҮК қорғандысы. Қолтауы
01.02 01.02-05.25 01.02-05.25	Үйлестірілетін к-р Үйлестірілетін к-р Үйлестірілетін к-р	Данау	Қаржы бөлімі ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі 1) Орынға бір-біріне жомадау. 2) Орынға бір-біріне жомадау. Орынға « Қол тау салма түрү » Қаржы бөлімі. Салма түрү. ҮК қорғандысы. Қолтауы

Қолтауы

*Quf*

Дана қорғандысы Жұмыс іргілі

Демеушілеріңізге ұйымдастырылған іс-аресті өресі топтарына арналған заңғалық шартнамасы  
 Наурыз 06:03-10:03,2023

Уақыты топтар	Үйымдастырылған іс-арестің мақсаты	Құрылыс жағдайлар	Үйымдастырылған іс-аресті
07.03 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылықты баулу.	Борене, гимнастикалық орындар.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Үйымдастырушісі саяхат борене үстімен жүру; 2) Гимнастикалық орындар бойымен ілгері, орындақтың шетінен ұстап, қолмен тартылып сәйкестеу; 3) Ойын: «Бас орын» Қорытынды бөлім: «Аз қимылды ойын» «Доп кімге?» Сапқа тұру. ҮК қорытындысы. Қолтағу
08.03 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылықты баулу.	Гимнастикалық орындар, тақша.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Гимнастикалық орындар бойымен ілгері, орындақтың шетінен ұстап, қолмен тартылып сәйкестеу; 2) Орындар ұзындыққа секіру; 3) Ойын «Қу түркі» Қорытынды бөлім: «Аз қимылды ойын» «Допты қайғып ал» Сапқа тұру. ҮК қорытындысы. Қолтағу
09.03 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылықты баулу.	Борене, доптар.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Үйымдастырушісі саяхат борене үстімен жүру; 2) Допты доғаның астымен доғалату; 3) Ойын: «Кім тез сапқа тұрады» Қорытынды бөлім: Сапқа тұру. ҮК қорытындысы. Қолтағу

Әкім:



Дш шұққушысы Жаубасар Д.С.

Дене шынықтыру үйымдастырылган іс-арекеті ересек топтарында арналган агталык циклог рамкасы  
 Наурыз 13.03-17.03.2023

Уақыты топтар	Үйымдастырылган іс-арекетінің мақсаты	Күрдел-жабылдықтар	Үйымдастырылган іс-арекеті
14.03 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Баланың денсаулығын сақтау және нығайту. дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.	Доп, доға.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Допты екі қолымен бастан асыра лақтыру (2 м қашықтықтан). 2) Допты доғаның астымен домалату. 3) Ойын: « Кү түлкі » Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « күн мен түн » Сапқа тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтасу
15.03 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Баланың денсаулығын сақтау және нығайту. дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.	Күрсау, текше	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Күрсаудан күрсауға секіру 2) Текшенің үстімен жүру 3) Ойын: « Ыс орын » Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « доп кімде » Сапқа тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтасу
16.03 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Баланың денсаулығын сақтау және нығайту. дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.	Доп	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Допты бір-біріне лақтыру және оны хос қолымен қағып алу. 2) Допты екі қолымен бастан асыра лақтыру (2 м қашықтықтан). 3) Ойын: « Кім тез сапқа тұрады » Қорытынды бөлім: Тыныс алуға арналған жаттығулар. Сапқа тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтасу

Әдіскер:



Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Денешындыктару ұйымдастырылган іс-эрекеті ересек топтарына арналган аталык шиклограммасы**  
**Наурыз 27.03-31.03.2023**

уақыты топтар	Ұйымдастырылган іс-эрекетінің мақсаты	Күрал-жабдықтар	Ұйымдастырылган іс-эрекеті
28.03 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылыққа баулу.	қалшық	<p align="center"><b>Ұйымдастырылган іс-эрекеті</b></p> <p><u>Кіріспе бөлім:</u> ЖДЖ орындау</p> <p><u>Негізгі бөлім:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1)Еленте салтан тақтай бойымен жүру.</li> <li>2)Допты жоғары қарай лақтырып, оны қос қолымен қағып алу.</li> <li>3) Ойын: <u>Қу түлкі</u></li> </ol> <p><u>Қорытынды бөлім:</u> Допты ұста</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>ҰҚ қортындысы.</p> <p>Қолтасу</p>
29.03 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылыққа баулу.	Доптар, құрсаулар.	<p><u>Кіріспе бөлім:</u> ЖДЖ орындау</p> <p><u>Негізгі бөлім:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Допты жоғары қарай лақтырып, оны қос қолымен қағып алу.</li> <li>2)Қос аяқпен бір құрсаудан екінші құрсауға секіруді.</li> <li>3) Ойын: <u>«Қу түлкі»</u></li> </ol> <p><u>Қорытынды бөлім:</u> Аз қимылды ойын «Доп қимде?»</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>ҰҚ қортындысы.</p> <p>Қолтасу</p>
30.03 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылыққа баулу.	Құрсау, тақтай.	<p><u>Кіріспе бөлім:</u> ЖДЖ орындау</p> <p><u>Негізгі бөлім:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1)Қос аяқпен бір құрсаудан екінші құрсауға секіруді.</li> <li>2) Тақтай бойымен тепе-теңдік сақтап жүру.</li> <li>3)Ойын: <u>«Кім тез сапқа тұрады»</u></li> </ol> <p><u>Қорытынды бөлім:</u> Ұзын алуға арналган жаттығулар.</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>ҰҚ қортындысы.</p> <p>Қолтасу</p>

Әдіскер:



Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Денешыныктар: Ұйымдастырылған іс-әрекетті ерекше топтарына арналған аталық шикізот рамкасы  
Сәуір 03.04-07.04.2023

Уақыты топтар	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің мақсаты	Құрал-жабдықтар	Ұйымдастырылған іс-әрекеті
04.04 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Негізгі кимыл түрлерін: жүру мен жүтіруді, еңбектеу дағдыларын жетілдіру.	Арқан,доға.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Арқанның үстінен оңға-солға секіру 2) Доғаның астымен төрттағанды еңбектеу 3) Ойын: « Қу түлкі » Қорытынды бөлім: Аз кимылды ойын « Күн мен түн » Сапқа тұру. ҰҚ қортылдысы. Қолтағу
05.04 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Негізгі кимыл түрлерін: жүру мен жүтіруді, еңбектеу дағдыларын жетілдіру.	Арқан,матрас.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Арқанның үстінен оңға-солға секіру. 2) Матрас үстіне ішке жатып еңбектеу. 3) Ойын: « Кім тез сапқа тұрды? » Қорытынды бөлім: Аз кимылды ойын « Доп кімде? » Сапқа тұру. ҰҚ қортылдысы. Қолтағу
06.04 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Негізгі кимыл түрлерін: жүру мен жүтіруді, еңбектеу дағдыларын жетілдіру.	Матрас,қап, бөрене.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Матрас үстіне ішке жатып еңбектеу. 2) Бөренеге қап қойып, бөрененің үстімен тепе-теңдік сақтап жүру. 3) Ойын: « Тақпа тастамақ » Қорытынды бөлім: « Доп кімде? » Сапқа тұру. ҰҚ қортылдысы. Қолтағу

Әзілкер:

Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Денешыныктыру үйымдастырылган іс-арекеті ересек топтарына арналган аталык циклограммасы**  
**Сәуір айы 10.04-14.04.2023**

Уақытты топтар	Үйымдастырылган іс-арекетінің мақсаты	Құрал-жабдықтар	Үйымдастырылган іс-арекеті
11.04 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Бағалардың денесін үйлесімді дамыту, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру	Гимнастикалық кабырға	<p><b>Кіріспе бөлімі:</b>  <b>ЖДЖ орындау</b>  <b>Негізгі бөлімі:</b>                      1) Гимнастикалық кабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу,                      2)Баска қап киіп, зағтарды аттап өту  <b>Қорытынды:</b>Аз қимылды ойын « Қу түлкі »                      Сабақ қортындысы                      Қолтағу</p>
12.04 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Бағалардың денесін үйлесімді дамыту, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру	Доптар, бөрене.	<p><b>Кіріспе бөлімі:</b> ЖДЖ орындау  <b>Негізгі бөлімі:</b>                      1)Бөрене үстімен тене-теңдік сақтап жүру                      2) Допты лақтыру және қатғып алу, допты дұрыс лақтыру және өзіне қыспап қатғып алу.  <b>Қорытынды:</b>Аз қимылды ойын « Доп кімде ? »                      Сабақ қортындысы                      Қолтағу</p>
14.04 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Бағалардың денесін үйлесімді дамыту, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру	Доптар, шенберлер	<p><b>Кіріспе бөлімі:</b> ЖДЖ орындау  <b>Негізгі бөлімі:</b>                      1)Допты лақтыру және қатғып алу, допты дұрыс лақтыру және өзіне қыспап қатғып алу.                      2) Бір шенберден екінші шенберге біртіндеп секіру.                      3)Ойын: « Кім тез санқа тұрады »  <b>Қорытынды:</b>                      Сабақ қортындысы                      Қолтағу</p>

Әліскер:



Д/ш нұсқаушысы: Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетті ересек топтарына арналған ағталық циклограммасы**  
**Сәуір 17.04-21.04.2023**

Уақыты топтар	Ұйымдастырылған іс-әрекетінің мақсаты	Құрал-жабдықтар	Ұйымдастырылған іс-әрекеті
18.04 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.	Қапшық	<u>Кіріспе бөлімі:</u> ЖДЖ орындау <u>Негізгі бөлімі:</u> 1) Бір шеңберден екінші шеңберге біртіндеп секіру. 2) Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. <u>Қорытынды:</u> Аз қимылды ойын « Дөп кімде? » Сабақ қортындысы Қолтабу
19.04 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.	Гимнастикалық кәбірге, арқан.	<u>Кіріспе бөлімі:</u> ЖДЖ орындау <u>Негізгі бөлімі:</u> 1) Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. 2) Гимнастикалық кәбіргеға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмесеу. 3) Ойын: « Мезгіл келісіз добым » <u>Қорытынды:</u> Аз қимылды ойын « Дөпті қалтшы ал » Сабақ қортындысы Қолтабу
20.04 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.	Дөптер	<u>Кіріспе бөлімі:</u> ЖДЖ орындау <u>Негізгі бөлімі:</u> 1) Дөпті бір-біріне төменнен лақтыру және қалып алу (1,5 м қашықтықта). 2) Ойын: « Кім тез сапқа тұрады » <u>Қорытынды бөлімі:</u> Созылғы жаттығуларды Сабақ қортындысы Қолтабу

Әніскер:



Д/ш мүдделушісі Жаубасар Д.С.



**Дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-арекетіресек топтарына арналған апталық инклюзивті программа**  
 Сәуір 24.04-28.04.2023

Уақытты топтар	Ұйымдастырылған іс-арекетінің мақсаты	Құрал-жабдықтар	Ұйымдастырылған іс-арекеті
25.04 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, еңбектеу дағдыларын жетілдіру.	кашпак	<p align="center"><b>Ұйымдастырылған іс-арекеті</b></p> <p><b>Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау</b>  <b>Негізгі бөлім:</b>                      1) Еденнен 20 - 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан тепе-теңдік сақтап жүру;                      2) 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысанға ортасыншып биіктігі 1,5 метр) нысанға дақтыру;                      3) Ойын: « Бос орын »  <b>Қорытынды бөлім: « Дюп кімде? »</b>                      Сабақ қортынылдысы                      Қолтағу</p>
26.04 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, еңбектеу дағдыларын жетілдіру.	Дюптар	<p><b>Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау</b>  <b>Негізгі бөлім:</b>                      1) 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысанға ортасыншып биіктігі 1,5 метр) нысанға дақтыру                      2) 4-5 саялық арқылы орындан ұзындыққа секіру (саялықтардың арақашықтығы 40-50 см).                      3) Ойын: « Шортан мен балықтар »  <b>Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « Дюпты ұста »</b>                      Сабақ қортынылдысы                      Қолтағу</p>
27.04 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, еңбектеу дағдыларын жетілдіру.		<p><b>Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау</b>  <b>Негізгі бөлім:</b>                      1) 20-25 см биіктікке секіру.                      2) Алысқа дәлдеп дақтыру                      Ойын: « Кім тез саяға тұрады »  <b>Қорытынды бөлім:</b>                      Сабақ қортынылдысы                      Қолтағу</p>

Әдіскер: 

Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Дегенділіктерді Ұйымдастырудың іс-әрекеті ересек топтарына арналған аптадақ шешімдеріндегі  
 Сәуір айы 02.05 – 05.05.2023

Уақыты топтар	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің мақсаты	Күрделі-жабықтықтар	Ұйымдастырылған іс-әрекеті
02.05 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, еңбектеу дәлдігін жетілдіру.	қашық	<p><u>Кіріспе:</u>                      ЖДЖ орындау                      Негізгі бөлім:                      1)Тене-теңдікті сақтап бөренемен жүру.                      2)Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу.  <u>Қорытынды бөлім:</u>                      Аз қимылды ойын «Күн мен түн»                      Сабақ қортындысы                      Қолтағу</p>
03.05 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, еңбектеу дәлдігін жетілдіру.	Ойлы-қырлы тақтай, доптар	<p><u>Кіріспе:</u> ЖДЖ орындау                      Негізгі бөлім:                      1)Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу                      2)Ойлы-қырлы тақтаймен жүру.  <u>Қорытынды бөлім:</u>                      Аз қимылды ойын «Шортан мен балықтар»                      Сабақ қортындысы                      Қолтағу</p>
04.05 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, еңбектеу дәлдігін жетілдіру.	Ойлы-қырлы тақтай, доптар	<p><u>Кіріспе:</u> ЖДЖ орындау                      Негізгі бөлім:                      1)Ойлы-қырлы тақтаймен жүру.                      2)Жақтарға бір-бірінен сапқа тұру. Сапты кайтадан құру.                      Ойын: «Кім тез сапқа тұрады»  <u>Қорытынды бөлім:</u>                      «Доп кімде?»                      Сабақ қортындысы                      Қолтағу</p>

Әріптері: 

Д/ш нұсқаушысы: Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетіересек топтарына арналған апталық инслюграммасы**  
**Мамыр 10.05 – 12.05.2023**

уақытты топтар	Ұйымдастырылған іс-әрекетінің мақсаты	Күрал-жабдықтар	Ұйымдастырылған іс-әрекеті
10.05 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Басшардың денесін үйлесімді дамыту; спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру.	Жіп, доп	Кіріспе: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Ұсақ заттарды бір қолымен алысқа тастыру. 2) Бір-біріне допты домалату. 3) Ойын: «Бос орын» Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Доп кімде?» Сабақ қортындысы Қолтағу
11.05 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Еділдердің денесін үйлесімді дамыту; спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру.	Үлесті топтар	Кіріспе: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Бір-біріне допты домалату. 2) Допты еленге ұрып жоғары тастыру және оны секірісінен кейін қос қолмен қағып алу. 3) Ойын: «Кім тез сұпқа тұрды?» Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Доп кімде?» Сабақ қортындысы Қолтағу

Әдіскер: 

Ішкі нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-арекеті ересек топтарына арналған аялталық инклюзивті рамкасы**  
**Мамыр 15.05. – 19.05.2023**

Ұйымдастырылған іс-арекеттің мақсаты	Ұйымдастырылған іс-арекеттің мақсаты	Құрал-жабдықтар	Ұйымдастырылған іс-арекеті
<p>16.05 №4</p> <p>09.00-09.25 №11</p> <p>10.20-10.45</p>	<p>Балалар денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.</p>	<p>Жил</p>	<p>Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>1) Дартты еденге ұрып жоғары лақтыру және оны секіргеннен кейін қос қолмен қағып алу.</p> <p>2) Заттардың арасынан бағытты өзгерте оқырып және заттарға тиіп кетпей еңбектеу</p> <p>3) Ойын: « Қу түлкі »</p> <p>Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « Дюп кімде? »</p> <p>Сабақ қортындысы</p> <p>Қолтабу</p>
<p>17.05 №11</p> <p>15.30-16.45 №4</p> <p>16.00-16.25</p>	<p>Баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.</p>	<p>Жил, дюп</p>	<p>Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>1) Заттардың арасынан бағытты өзгерте отырып және заттарға тиіп кетпей еңбектеу.</p> <p>2) 4 адамдан қос аяқпен жоғарыға секіруде итермелді орындауда қол мен аяқтың жұмысын үйлестіру</p> <p>3) Ойын: « Төс орын »</p> <p>Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « Дюп қанша ал »</p> <p>Сабақ қортындысы</p> <p>Қолтабу</p>
<p>18.05 №4</p> <p>09.00-09.25 №11</p> <p>10.20-10.45</p>	<p>Баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру.</p>	<p>Дюп</p>	<p>Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>1) 8 м дейінгі қапшықтықта заттар арасымен тұры бағыт бойынша төртінші ашып еңбектеу.</p> <p>2) 1,5 м қапшықтықтан тігінен нысанаға дәлсіз лақтыру.</p> <p>3) Ойын: « Кім тез санға тұрады »</p> <p>Қорытынды бөлім: Созылу жаттығулары.</p> <p>Сабақ қортындысы</p> <p>Қолтабу</p>

Әдіскер:



Д/ш нұсқаушысы : Жаубасар Д.С.

Дерекшылдыктары үйлөстүрүлгөн белектердин сүрөттү сүрөсү толтурулган арыстан иткөзүлүк шеклөтүрмөсү  
 Мамыр 22.05 – 26.05.2023

Убакыт чоттар	Үйлөстүрүлгөн белектердин маңызы	Курал-асбубдар	Үйлөстүрүлгөн белектер
24.05 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Негизги кимийи түрлөрүн жүрү мен жүтүрүдү, еңбектеу даярдыгын жетилдирү.	Доп	Киргече бөлүм: ЖДЖ орындау Негизги бөлүм: 1) 1,5 м кыпчыктыктаа тигинен нисанана даярдап дактадыру. 2) Үчбөл мен алаканга сүйсөтп төрт тавандан еңбектеу. 3) Ойын: « Шортан мен балыктар » Корытылды бөлүм: <u>Аз кимилди ойын « Доп кезде ? »</u> Сабак корытылдысы Колтоосу
25.05 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Негизги кимийи түрлөрүн жүрү мен жүтүрүдү, еңбектеу даярдыгын жетилдирү.	Үйлөстүрүлгөн кабыргы, доптар	Киргече бөлүм: ЖДЖ орындау Негизги бөлүм: 1) Допты еңилемен дактадыру және доп кимилдиин багыттын сактау. 2) Орындала туруп узундукка секіру. 3) Ойын: « Кім даяр тигізет ? » Ойын: « Кім тез салка тургала » Корытылды бөлүм: Сабак корытылдысы Колтоосу

Өлкөсү:



Дин нускаушысы : Жайбар Д.С.

**Денешыныктыру уйымдаштырылган кызмeтiнiн ортuнo ы тoптapына арналган аттaлык циклогpаммасы**  
**Кыргуктeк 01.09.2022 – 02.09.2022**

Уакыты	УК максаты	Курал-жабдыктар	УК барасы
<p align="center"><i>Нерсени</i></p> <p>01.09 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15</p>	<p>Кос аякпен басты затка тигизип секиру, допты домалату дагдыларын калыптастыру, белсенди кимыл козгалыстарын дамыту</p>	<p>Доп, жип конус</p>	<p>Кирисе: Сапта бир катармен, аяктын ушамен, окнемен журу, шашыран, жултасын жутиру.          ЖДЖ орындау 1 кешени          Негизги бoлим: 1) Кос аякпен басты затка тигизип секиру.          2) Карама-карсы отырып, аякты ашыак устap допты домалату          3) Ойын «Каскыр орда»          Корытынды бoлим: «Кун мен тун» аз кимылды ойын          Сапка туру          УК кортылдыкы. Коштасу</p>
<p>02.09 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50</p>	<p>Балаларды кос аякпен секиру, енбектеуди уйресту. Елгиликтерин, куш куаттарын дамыту</p>	<p>Пирамидалар, торга салынган доп.</p>	<p>Кирисе: Сапта бир-биреден журу және жутиру.          ЖДЖ 1 кешени          Негизги бoлим: 1) 4-6 м аркашыктыкка енбектеу.          2) Кос аякпен басты затка тигизип секиру.          3) Ойын «Аю орманда»          Корытынды: Аз кимылды ойын «Ормекши»          Сапка туру          УК кортылдыкы. Коштасу</p>

Эдикер:



Дене шыныктыру нускаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру ұйымдастырылған қызметінің орталық топтарына арналған ағартулық шикізот рәсімдесі**  
**Қыркүйек 05.09.2022 – 09.09.2022**

Уақытты топтар	ҰҚ мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҰҚ барысы
06.09 №13 <i>орында</i>	Секіру, допты домалату	Доп, жіп конус	Кіріспе бөлімі: Сапта бірінші артынан бірі жүру және жүттіру. ЖДЖ орындау І кешен Негізгі бөлімі: 1) Орындау үстімен текшелерден аттап жүру. 2) Допты қабырғаға ұрып және еденнен ыршытып, қос қолмен қатып алу. 3) Қос аяқтап зағтар арасымен секіру 4) Ойын «Балықтар мен балықшы» ойыны Қорытынды бөлімі: «Тәде-тәде» №10 ойынды Сапқа тұру
09.30-09.50 №2 <i>орында</i>	Калыптастыру, белсенді қимыл қозғалыстарын дамыту		ҰҚ қортындысы. Қолтағу
07.09 №13	Еңбектеу, допты домалату	Доп, құрсаулар	Кіріспе бөлімі: Сапта бірінші артынан бірі жүру және жүттіру. ЖДЖ орындау І кешен
09.30-09.50 №2	дағдыларын қалыптастыру, белсенді қимыл қозғалыстарын дамыту		Негізгі бөлімі: 1. Допты қабырғаға ұрып және еденнен ыршытып қос қолмен қатып алу. 2. Оң және сол жақ бүйірімен топталып, құрсаудың ішінен өту. «Кім шапшаң кетпеді жинайды» ойыны Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын «Теңіз толқилы бірі» №13 ойынды Сапқа тұру
09.09 №13	Еңбектеу, допты домалату	Құрсаулар, құм қапшықтары	ҰҚ қортындысы. Қолтағу
09.00-09.25 №2	дағдыларын қалыптастыру, белсенді қимыл қозғалыстарын дамыту		Кіріспе бөлімі: Сапта бірінші артынан бірі жүру және жүттіру. ЖДЖ орындау І кешен
09.30-09.50			Негізгі бөлімі: 1) Оң және сол жақ бүйірімен топталып, құрсаудың ішінен өту. 2) 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанға құм салынып қалшықты, аяқты дәлдеп дақтыру» 3) Ойын «» Қорытынды бөлімі: «Күн мен түн» Сапқа тұру
			ҰҚ қортындысы. Қолтағу

Әдіскер:



Дене шынықтыру мұдәсіршісі Жаубасар Д.С.

**Денешыныктыгуру уйымдастырылган кызметти органиги топтарына арналган ангагылык шиклограммасы**  
**Кыргыстек 12.09.2022 – 16.09.2022**

Уакытта топтар	УК максаты	Курап-жабылктар	УК барысы
<p>13.09 №13  <b>09.30-09.50</b> №2  <b>09.55-10.15</b></p>	<p>Балаларды допты домалату,тепе-теңдик сактап тактай бойымен жүрүдү үйрөтү. Ептіліктерин, икемділіктерин, күш куаттарын дамыту</p>	<p>Күрсөзүлөр, кашшык</p>	<p>Кіріспе бөлім: Тізени жогагы көтеріпжүрү және аяктын ушымен жүтүрү.  ЖДЖ орындау 2 кешен  Негізгі бөлім:  1) Оң және сол жак бүйірімен топталып, күрсөзүдүн ішінен өтү.  2) 2-2,5 м аракашыктыктагы нысананга кум салынган кашшыкты, аякты дөлдөп дактыру.  <u>Корытынды бөлім:</u> «Каскыр орда» ойыны  Сашка түрү  УК кортындысы. Коштасу</p>
<p>15.09 №13  <b>09.30-09.50</b> №2  <b>09.55-10.15</b></p>	<p>Балаларды тепе-теңдик сактап тактай бойымен жүрүдү, алга жыктыгып секирүдү үйрөтү. Ептіліктерин, икемділіктерин, күш куаттарын дамыту</p>	<p>Тактай</p>	<p>Кіріспе бөлім: Санта бір катармен, аяктын ушымен, өкшөмен жүрү, тізени жогагы көтеріпжүрү және аяктын ушымен жүтүрү..  ЖДЖ орындау 2 кешен  Негізгі бөлім:  1) Тепе-теңдікті сактай отырып, бір-бірінен 10 см кашшыктыкта орналаскан тактай бойымен жүрү.  2) 2-3 м кашшыктыкка алга жыккн отырып секирү  3) Ойын: «Балыктар мен балыкшы»  <u>Корытынды бөлім:</u> «Күн мен түн»  Сашка түрү  УК кортындысы. Коштасу</p>
<p>16.09 №13  <b>09.00-09.25</b> №2  <b>09.30-09.50</b></p>	<p>Секирү, допты домалату дагыларын калыптастыру, белсенді кимылы козгалыстарын дамыту.</p>	<p>Доп, кашшык</p>	<p>Кіріспе бөлім: Тізени жогагы көтеріпжүрү және аяктын ушымен жүтүрү.Санта бір катармен, аяктын ушымен, өкшөмен жүрү, жүтүрү. ЖДЖ орындау 2 кешен  Негізгі бөлім: 1) 2-3 м кашшыктыкка алга жылкн отырып секирү.  2) Карыма-карыс отырып, аякты айнак ұстап допты домалату.  3) Ойын «Акку каздар»  <u>Корытынды бөлім:</u> Тыныс алу жаттыгулары  Сашка түрү  УК кортындысы. Коштасу</p>

Әдіскер:



Дене шыныктыгуру нұскаушысы Жаубасар Д.С.



Денешилдыктыру үйымдастырылган кыдыметини ортаны талпарына арналган итгалдык циклиге раманысы  
 Кыргызбек 19.09.2022 – 23.09.2022

Уақытты толгтар	ҮК максаты	Курал-жабдыктар	ҮК барысы
20.09 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Секіру, допты дақтауру дагдыларын калыптастыру, белсенди кимыл козгалыстарын дамыту.	Доп, дога	Кіріспе бөлімі: Аралықты сақтап отырып жүру және жүтіру ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1) 2-3 м калшықтыкка алга жылжи отырып секіру. 2) Допты калшыдан асыра дақтау. 3) «Бакшаны кохлыстан тазарту» ойыны. Корытынды бөлім: Ау кымалды ойын «Кун мен туя» Сапка туру ҮК кортылдысы: Коштасу.
22.09 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Тене-тендик сақтап тактай бойымен жүруді, допты дақтыруды үйрету белсенди кимыл козгалыстарын дамыту	Доп, калшык	Кіріспе бөлім: Аралықты сақтап отырып жүру және жүтіру ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1) Допты калшыдан асыра дақтау. 2) Тене-тендікті сақтап отырып, бір-бірінен 10 см калшықтыкта орналаскан тактай бойымен жүру. 3) Ойын: «Аку калдар» Корытынды бөлім: «Жапалак» Сапка туру ҮК кортылдысы: Коштасу
23.09 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Тене-тендик сақтап тактай бойымен жүруді, допты дақтыруды үйрету белсенди кимыл козгалыстарын дамыту	Калшык, доп	Кіріспе бөлім: Аралықты сақтап отырып жүру және жүтіру ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1) Тізенің арсында калшықты касып, коо аяктап секіру 2) Тене-тендікті сақтап отырып, бір-бірінен 10 см калшықтыкта орналаскан тактай бойымен жүру. 3) 2-3 м калшықтыкта алга жылжи отырып секіру. Корытынды бөлім: «Жапалак» ойыны Сапка туру ҮК кортылдысы: Коштасу

Әдісгер:



Дене шилдыктыру мүскеудышысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру үйымына берілген қызметі ортаңғы топтарыны арналған алғашық шыкнограммасы**  
**Қарғуық 26.09.2022 – 30.09.2022**

Уақыты топтар	ҰҚ мақсаты	Қуран- жадыктар	ҰҚ барысы
27.09 №13	2-3 м қашықтыққа алға жылжи отырып секіруді, допты домалатуды үйрету, етіліктерін дамыту	Доп	Кіріспе бөлім: Тапсырманы орындай отырып, сапта бір-біреулен жүру және жүгіру. ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлім: 1)2-3 м қашықтыққа алға жылжи отырып секіру. 2)Қарыма-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. 3) Ойын: «Қияр, қияр, қиярлар» Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Күн мен түн» Сауқа тұру
29.09 №13	Бағаларды қарама-қарсы отырғызып, аяқты алшақ ұстап допты домалату, қос аяқпен секіру етіліктерін шығарту.	Келіп-бұдыр тақтай	ҰҚ қортындысы. Қолтасу Кіріспе бөлім: Тапсырманы орындай отырып, сапта бір-біреулен жүру және жүгіру. ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлім: 1)Қарыма-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. 2)Қос аяқпен басты затқа тигізіп секіру. 3)Ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды бөлім: «Жапалақ» аз қимылды ойын Сауқа тұру
09.30-09.50 №2	09.55-10.15		
30.09 №13	Қос аяқпен секіруді, теңе-теңдікті сақтауды, тақтай бойымен жүруді үйрету.	Биіктікке секіретін құралдар, жіп	ҰҚ қортындысы. Қолтасу Кіріспе бөлім: Тапсырманы орындай отырып, сапта бір-біреулен жүру және жүгіру. ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлім: 1)Қос аяқпен басты затқа тигізіп секіру. 2) Теңе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. 3) Ойын «Салют» Қорытынды бөлім: «Теңіз толқындар» ойыны Сауқа тұру
09.00-09.25 №2			
09.30-09.50			

Оңтөкер:



Дене шынықтыру нұсқаушысы Жәу Бәсир Д.С.

Дене шынықтыру ұйымдастырылған кәсіпті ортаның топтарына арналған ағартық психологиясы  
 Қазан 03.10.2022 – 07.10.2022

Уақыты топтар	ҰК мақсаты	Құрал- жабдықтар	ҰК барысы
04.10 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Тақта бойынша жүруді, қос аяқпен басты затқа тигізіп секіруді үйрету.	Жіп, доптар, кегіштер	Кіріспе бөлімі: Сапқа бір-бірімен, аяқтың ұшымен, өкпемен жүру және шығырап жүту. ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлімі: 1) Бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. 2) Қос аяқпен басты затқа тигізіп секіру 3) Ойын: «Аю орында» Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын «Күн мен түн» Сапқа тұру ҰК қортындысы. Қолтабу
06.10 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Қарама-қарсы отырып, аяқты ашық ұстап допты домалату ептіліктерін арттыру	Гимнастикалық орындар, доптар	Кіріспе бөлімі: Тапсырманы орындай отырып, сапқа бірінші артынан бірі жүру және жүту. Сапқа бір-бірімен, аяқтың ұшымен, өкпемен жүру және шығырап жүту. ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлімі: 1) Қос аяқпен басты затқа тигізіп секіру. 2) Қарама-қарсы отырып, аяқты ашық ұстап допты домалату. 3) Ойын: «Қиырлар» Қорытынды бөлімі: «Жаппалақ» аз қимылды ойын Сапқа тұру ҰК қортындысы. Қолтабу
07.10 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Балаларды арасы ашық тұрған заттар арасымен еңбектеуді допты домалатуға үйрету.	Біліктікке секіретін құралдар, жіп	Кіріспе бөлімі: Тапсырманы орындай отырып, сапқа бірінші артынан бірі жүру және жүту. ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлімі: 1) Қарама-қарсы отырып, аяқты ашық ұстап допты домалату. 2) «Жылынта» арасы ашық тұрған заттар арасымен еңбектеу 3) Ойын: «Торғайлар мен автомобиль» Қорытынды бөлімі: «Теніз толқыды» Сапқа тұру ҰК қортындысы. Қолтабу

Әдіскер: 

Дене шынықтыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру ұйымдастырылған сәттегі орталық топтарына арналған апталық инклюзивті жоспары**  
 Қазан 10.10.2022 – 14.10.2022

уақыттық топтар	ҮК мақсаты	Құрыл-жабылғыштар	ҮК барысы
11.10 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	«Жыланыша» арасы алашақ тұрған заттар арасымен еңбектеуге бағалардың еттіліктерін дамыту.	Кегіштер	Кіріспе бөлім: Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1) «Жыланыша» арасы алашақ тұрған заттар арасымен еңбектеу. 2) Ойын «Торғайлар мен автомобильдер» Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Күн мен түн» Сапқа тұру ҮК қортыныласы. Қолтағау
13.10 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Бағалардың қашықтыққа жылжи отырып секіру, белсенді қимыл қозғалыстарын дамыту.	Кеңір-тақтақ Бұдыр	Кіріспе бөлім: Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. ЖДЖ 2 кешен Негізгі бөлім: 1) Тене-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтақ бойымен жүру. 2) Ойын: «Ақху кездер» Қорытынды бөлім: «Жалапақ» аз қимылды ойын Сапқа тұру ҮК қортыныласы. Қолтағау
14.10 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Бағалардың қашықтыққа жылжи отырып секіру, белсенді қимыл қозғалыстарын дамыту.	Дотқа, қапшық	Кіріспе бөлім: Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1) 2-3 м қашықтыққа алға жылжи отырып секіру. 2) «Жыланыша» арасы алашақ тұрған заттар арасымен еңбектеу. 3) Ойын «Сапоз» Қорытынды бөлім: «Теніз толқыды» Сапқа тұру ҮК қортыныласы. Қолтағау

Әдіскер:



Дене шынықтыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру үйлестіретін органдық топтарына арналған апталық пикнет раммасы**  
**Қазан 17.10.2022 – 21.10.2022**

Уақыты топтар	ҮК мақсаты	Құрыл-жабылқыстар	ҮК барысы
18.10 №13 <b>09.30-09.50</b> №2 <b>09.55-10.15</b>	Допты қақпадан асыра дақтыруды ептіліктерін нығайту	Доп	Кіріспе бөлім: Аралықты сақтай отырып жүру және жүгіру. ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: Допты екі топшыға бөлу. 1) 2-3 м қашықтыққа алға жылжи отырып секіру. 2) Допты қақпадан асыра дақтыру. 3) «Кім шапшаң» ойыны. Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Күн мен түн» Сапқа тұру ҮК қортындысы. Қолтасу
20.10 №13 <b>09.30-09.50</b> №2 <b>09.55-10.15</b>	Тепе-теңдікті сақтауды, тақтай бойымен жүру ептіліктерін нығайту	Тірнастивкалық орындай	Кіріспе бөлім: Аралықты сақтай отырып жүру және жүгіру. ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлім: Допты қақпадан асыра дақтыру. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Ойын: «Кім шапшаң» Қорытынды бөлім: «Күн мен түн» аз қимылды ойын Сапқа тұру ҮК қортындысы. Қолтасу
21.10 №13 <b>09.00-09.25</b> №2 <b>09.30-09.50</b>	2-3 м қашықтыққа алға жылжи отырып секіру, тепе теңдікті сақтауды үйрету. Ептіліктерін, жылдамдықтарын дамыту	Тақтай	Кіріспе бөлім: Аралықты сақтай отырып жүру және жүгіру. ЖДЖ орындау 2 кешен Негізгі бөлім: 1) Аралықты сақтай отырып жүру және жүгіру. 2) Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. 3) 2-3 м қашықтыққа алға жылжи отырып секіру 4) Ойын «Кү түлігі» Қорытынды бөлім: «Жапалақ» Сапқа тұру ҮК қортындысы. Қолтасу

Әдіскер:



Дене шынықтыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру ұйымының қызметі ортаңғы топтарына арналған ағартық шығармасы**  
**Қазан 26.10.2022 – 28.10.2022**

Уақыты топтар	ҰҚ мақсаты	Құрыл-жабылымдар	Әдістемелер қайылым
<p>27.10 №13 <b>09.30-09.50</b> №2 <b>09.55-10.15</b></p>	<p>Тұрған орнынан ұзындыққа секіру, тақта бетімен еңбектеуді үйрету, ептіліктерін шығарту.</p>	<p>Тақтай</p>	<p>Кіріспе бөлім: Бағытты өзгертіп жүру және жүгіру. ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлім: Елшең қойылған тақта бетімен еңбектеу. Тұрған орнынан ұзындыққа секіру. Ойын: «Аққу қаздар» Қорытынды бөлім: «Жағалақ» аз қимылды ойын Сапқа тұру ҰҚ қортындысы. Қолтағу</p>
<p>28.10 №13 <b>09.00-09.25</b> №2 <b>09.30-09.50</b></p>	<p>Бағалар допты екі қолымен көкірек тұсынан лақтыруды, ұзындыққа секіру ептіліктерін дамыту.</p>	<p>Доптар</p>	<p>Кіріспе бөлім: Түзедіп бүткілген аяқты жоғары көтеріп, зәттарды аттап жүру, бір саямыққа қойылған зәттар арамықмен «ақылдана» ирелендіп жүгіру. ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлім: Тұрған орнынан ұзындыққа секіру. Допты екі қолымен көкірек тұсынан лақтыру. Қорытынды бөлім: Ойын: «Теңіз толқыңыз» Сапқа тұру ҰҚ қортындысы. Қолтағу</p>

Әдіскер:



Дене шынықтыру ісқаушысы Жаубасар Д.С.

Дене шынықтыру үй-қосалтастырылған қызметі органын топтарына арналған апталық шиклограммасы  
 Қараша 31.10.2022 – 04.11.2022

Уақыты топтар	ҮК мақсаты	Құрал-жабдықтар	Әдістемелер қабылдау
01.11 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Допты лажтыру,доға астынан енбектеуді үйрету, белсенді қимыл-қозғалыстарын нығайту	доптар, доға	Кіріспе: Кол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүтіру. ЖІДЖ орындау ікешен Негізгі бөлім: 1)Допты екі қолымен көкірек тұсынан 2)40 см биіктіктегі доғамен енбектеу 3) Ойын: «Қыздар» Қорытынды: Аз қимылды ойып «Күн мен түн» Сапқа тұру ҮК қортындысы. Қоспау
03.11 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Тепе-теңдік сақтап жүруді, доға астынан енбектеуді үйрету, белсенді қимыл-қозғалыстарын нығайту	Доға, еніс тақтай	Кіріспе: Кол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүтіру. ЖІДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлім: 1)40 см биіктіктегі доғамен енбектеу. 2)Еніс тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру 3) Ойын: « Торғайлар мен автомобиль» Қорытынды: «Жапаалақ» аз қимылды ойын Сапқа тұру ҮК қортындысы. Қоспау
04.11 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Ұзындыққа секіру, допты жоғарыға лажтыру лажыларын қалыптастыру, естіліктірін дамыту.	Жіп, доптар	Кіріспе: Сапқа бір-біріден, шеңберге паяғын топпен қайта тұру ЖІДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлім: 1)Тұрған орнынан ұзындыққа секіру. 2) Допты жоғарыға лажтыру 3) Ойып «Кім шапшан» Қорытынды: аз қимылды ойын «Жапаалақ» Сапқа тұру ҮК қортындысы. Қоспау

Әдіскер:



Дене шынықтыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Дене шынықтыру ұйымдастырылған қызметі орталығы топтарына арналған апталық циклограммасы  
 Қараша 07.11.2022 – 11.11.2022

Уақыты топтар	ҰҚ мақсаты	Құрал-жабдықтар	Әдістемелер қабылдау
08.11 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Допты дақтыру, тепе-теңдік сақтап жүруді үйрету, белсенді қимыл-қозғалыстарын нығайту	Еңіс тақтай, доптар,	<p>Әдістемелер қабылдау</p> <p>Кіріспе бөлім: Сапқа бір-бірімен, шеңберге шағын топпен қайта тұру, келергілер арасымен жүтіру,                      ЖДЖ орындау 2 кешен                      Негізгі бөлім: 1) Допты екі қолмен жоғары бастан асыра дақтыру.                      2) Еңіс тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру                      3) Ойын: «Аралшкерлер»                      Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Жаппалақ».                      Сапқа тұру                      ҰҚ қортындысы. Қолтағу</p>
10.11 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Тепе-теңдік сақтап жүруді, доға астынан еңбектеуді үйрету, белсенді қимыл-қозғалыстарын шығайту	Қапшықтар доптар,	<p>Кіріспе бөлім: Заттардың араымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүтіру. Сапқа бір-бірімен, шеңберге шағын топпен қайта тұру. ЖДЖ орындау 2 кешен                      Негізгі бөлім: 1) Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтап,                      2) Еңіс тақтай бойымен еңбектеу                      3) Ойын: «Аққу қаздар»                      Қорытынды бөлім: «Жаппалақ» аз қимылды ойын                      Сапқа тұру                      ҰҚ қортындысы. Қолтағу</p>
11.11 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Ұзындыққа секіру, допты жоғарыға дақтыру дағдыларын қалыптастыру, ептіліктерін дамыту	доптар	<p>Кіріспе бөлім: Сапқа бір-бірімен, шеңберге шағын топпен қайта тұру., ЖДЖ орындау 2 кешен                      Негізгі бөлім: 1) Тұрған орнынан ұзындыққа секіру.                      2) Допты жоғарыға дақтыру                      3) Ойын : «Аю орманда»                      Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын «Күн мен түн»                      Сапқа тұру                      ҰҚ қортындысы. Қолтағу</p>

Әдіскер:



Дене шынықтыру пәнаушысы Жаубасар Д.С.





Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінде ортаңғы топтарына арналған алғашқы циклограммасы  
 Қараша 21.11.2022 – 25.11.2022

УАҚИТЫ Топтар	ҰОҚ мақсаты	Құрамы- жабыдықтар	ҰОҚ бағысы
22.11 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Тақтай бойымен жүруді және еңбектеуді үйрету.	Еніс тақтай.	Кіріспе бөлімі: Жылынаша» заттарды айналып өтіп жүру және жүгіру. ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлімі: 1) Еніс тақтай бойымен еңбектеу 2 Еніс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. 3)Ойын: «Бос орын» Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойып «Әрмекші» Сапаға түру. ҰОҚ қортындысы Қолтабу
24.11 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүруді үйрету. Белсенді қимыл-қозғалыстардың дамыту.	Доптар,тақтай	Кіріспе бөлімі: Жылынаша» заттарды айналып өтіп жүру және жүгіру. ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлімі: 1) Еніс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. 2) Лактырған допты қағып алу. 3)Ойын: «Ақху қаздар Қорытынды бөлімі: «Қақтар орада» Сапаға түру. ҰОҚ қортындысы Қолтабу
25.11 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Допты лактырғын қағып алуды, тепе-теңдік сақтап жүруді үйрету. допты бір-біріне лактыруды үйрету	Доптар,орындық	Кіріспе бөлімі: Жылынаша» заттарды айналып өтіп жүру және жүгіру. ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлімі: 1) Лактырған допты қағып алу. 2) Орындық аяқтарының арқасымен еңбектеу. 3)Ойын «Балықтар мен балықшы» Қорытынды бөлімі: «Шырша, қона, бұрыш» Сапаға түру. ҰОҚ қортындысы Қолтабу

Әдіскер:



Дене шынықтыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің ортаның топтарына арналған ағартулық инклюзивтілік мақаласы  
 Қараша 28.11.2022 – 02.12.2022

уақыты топтар	ҰК мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҰК барысы
29.11 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Қимылдарды белсенді орындауды және қимылдарды үйлестіруді дамыту.	Доп, орындаық	<p>Кіріспе бөлім: Бірінші артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру, бағытты өзгертіп, шеңбер бойлап жүтіру.</p> <p>ЖІДЖ орындау.</p> <p>Негізгі бөлім: 1) Аяқты ашық ұстаған қалыңды допты домалату.</p> <p>2) Берне арқалы орындақ аяқтары арасымен еңбектеу.</p> <p>3) Ойын: « Допты кұшып жет »</p> <p>Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « Допты қағып ал »</p> <p>Салпа тұру.</p> <p>ҰК қортындысы</p> <p>Қолтабу</p>
01.12 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Қимылдарды белсенді орындауды және қимылдарды үйлестіруді дамыту.	Еніс тақтай, доптар	<p>Кіріспе бөлім: Бірінші артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру. бағытты өзгертіп, шеңбер бойлап жүтіру.</p> <p>ЖІДЖ орындау.</p> <p>Негізгі бөлім: 1) Жоғары қарай 2-3 метр қалыңдықта алға қарай жылжи отырып секіру.</p> <p>2) Допты екі қолмен көкірек тұсынан кері, екі қолмен жоғары лақтырып қалып алу.</p> <p>3) Ойын: « Ұшақ »</p> <p>Қорытынды бөлім: « Допты қағып ал »</p> <p>Салпа тұру.</p> <p>ҰК қортындысы</p> <p>Қолтабу</p>
02.12 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Қимылдарды белсенді орындауды және қимылдарды үйлестіруді дамыту	Еніс тақтай, қапшық	<p>Кіріспе бөлім: Салпа бір-бірімен, бірінші артынан бірі жүру. аралықты сақтай отырып жүтіру. Тғынас алу жағтығуларынан жүргізу.</p> <p>ЖІДЖ орындау</p> <p>Негізгі бөлім: 1) Еніс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.</p> <p>2) Тура нысанға лақтыру қапшықты.</p> <p>3) Ойын: « Қояндар мен қасқыр »</p> <p>Қорытынды бөлім: « Допты қағып ал »</p> <p>Салпа тұру.</p> <p>ҰК қортындысы</p> <p>Қолтабу</p>

Әдіскер:



Дене шынықтыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Денешыныктару үйлэмастырылган оку кызметинин ортангы топтарына арналган апталык программасы

Желтоксан 05.12 – 09.12.2022

Уакыты топтар	ҰК максаты	Күрал-жабдыктар	ҰК барысы
06.12 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттыгуларын орындауға кызыгушылыктарын ояту.	Доп	<p><u>Кіріспе бөлім:</u> Кол ұстасын шеңбер бойымен жүру.Шеңбер бойымен жүтру.</p> <p><u>ЖДЖ орындау</u></p> <p><u>Негізгі бөлім:</u> 1)Лақтырған допты қағып алу.</p> <p>2) Ілініп тұрған затқа қолды тигізіп секіру.</p> <p>3)Ойын: « Түлкі мен балапанлар »</p> <p><u>Қорытынды бөлім:</u> Аз қимылды ойын «Доп кімде? »</p> <p>Салқа тұру.</p> <p>ҰК қортындысы</p> <p>Қолтағу</p>
08.12 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттыгуларын орындауға кызыгушылыктарын ояту.	Шапа	<p><u>Кіріспе бөлім:</u> Бір-бірінің жанына салқа тұру.</p> <p><u>ЖДЖ орындау</u></p> <p><u>Негізгі бөлім:</u>1) Шапамен сыртқау.</p> <p>2)Шапамен бір-бірін сыртқау.</p> <p><u>Қорытынды бөлім:</u> «Күн мен түн» аз қимылды ойын</p> <p>Салқа тұру</p> <p>ҰК қортындысы</p> <p>Қолтағу</p>
09.12 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Дене жаттыгуларын орындауға кызыгушылыктарын ояту.	Доп	<p><u>Кіріспе бөлім:</u> Сапта бір-бірімен, бірінші артынан бірі жүру.</p> <p><u>ЖДЖ орындау</u></p> <p><u>Негізгі бөлім:</u>1)Білік емес төбедеп сыртқау.</p> <p>2) Кәлбеу модуль бойымен өрмелеу.</p> <p>3) Ойын: « Үшак »</p> <p><u>Қорытынды бөлім:</u> « Доп кімде? »</p> <p>Салқа тұру.</p> <p>ҰК қортындысы</p> <p>Қолтағу</p>

Әдіскер:



Дене шынықтыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Денешынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің ортанғы топтарына арналған апталық инклюграммасы  
Желтоқсан 12.12 – 15.12.2022

Уақыты топтар	ҰҚ мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҰҚ барысы
<p>13.12 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15</p>	<p>Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру.</p>	<p>Доп, орындық</p>	<p>Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1)Заттарды он және сол қолмен қашықтыққа лақтыру. 2)Гимнастикалық қабырғаға өрмегеу және одан түсу 3) Ойын: « Кім жылдам? » <u>Қорытынды бөлім:</u> Аз қимылды ойын « Допты ұста » Сапқа тұру. ҰҚ қортындысы Қоштасу</p>
<p>15.12 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15</p>	<p>Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру.</p>	<p>Қашық доп</p>	<p>Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1)Аралықты сақтай отырып жүгірту. 2)Тура нысанға лақтыру қашықтығы. 3)Ойын: «Кім жылдам » <u>Қорытынды бөлім:</u> Аз қимылды ойын « Допты ұста » Сапқа тұру. ҰҚ қортындысы Қоштасу</p>

Әдіскер:



Дене шынықтыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Денешынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің органығы топтарына арналған апталық инклюграммасы**  
**Желтоқсан 19.12-23.12.2022**

Уақыты топтар	ҮК мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҮК барысы
20.12 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту.	Орындық, доптар	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Сапқа тұру, қайта сапқа тұру. 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіру. 2)Допты кеуде тұсынан лақтыру. 3)Ойын: « Күстар » Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « Допты себетке тигіз » Сапқа тұру. ҮК қортындысы Қолтабу
22.12 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту.	Бөрене, доптар	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату. 2)Бөрене арқалы орындық аяқтары арасымен еңбектеу. 3)Ойын: « Менің көңілді добым » Қорытынды бөлім: « Күн мен түн » аз қимылды ойын Сапқа тұру ҮК қортындысы Қолтабу
23.12 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту.	Доптар, орындық, көлбеу тақтай	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Теңе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қолданмен көлбеу тақтай (20-30 см), жүру. 2) Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 м қашықтық). 3) Ойын: « Менің көңілді добым » Қорытынды бөлім: Сапқа тұру. ҮК қортындысы Қолтабу

Әліскер:



Дене шынықтыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу кызметінің орталығы топтарына арналған апталық программасы**

**Жетісу облысы Жетісу ауданы 26.12-30.12.2022**

Уақытты топтар	ҮК мақсаты	Құрал-жабдықтар	ҮК барысы
27.12 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу.	Шапа	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлім 1) Бір-бірінің жанына сапқа тұру. Шапамен сырғанау. 2) Шапамен бір-бірін сырғанау. 3) Ойын: «Қасқыр мен бағалапандар» «Қорытқанды бөлім: Аз қимылды ойын «Өрмекші» Сапқа тұру. ҮК қортындысы Қолтасу
29.12 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу.	Еніс тақтай, доптар	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлім: 1) Төсе-теңдікті сақтай отырып тұра жолмен жүру. 2) Допты жоғары лақтыру қайта қағып алу. 3) Ойын: «Күн мен түн» Қорытқанды бөлім: Сапқа тұру. ҮК қортындысы Қолтасу
30.12 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу.	Еніс тақтай, доптар	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау 1 кешен Негізгі бөлім: 1) Төменнен екі қолмен көлденең нысанға лақтыру. 2) Заттарды айналып және заттардың арасымен өнбектеу. 3) Ойын: «Кім шапшаң» Қорытқанды бөлім: Сапқа тұру. ҮК қортындысы Қолтасу

Әліскер:



Дене шынықтыру нұсқаушысы: Жаубасар Д.С.

Дене шынықтыру сабағының ортаңғы топтарына арналған апталық инклюзивті бағдарламасы  
 Қантар 04.01-06.01.2023 Әдістемелер қабылдау

Уақыты топтар	ҰҚ мақсаты	Құрал-жабдықтар	Әдістемелер қабылдау
05.01 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту.	Доптар, сніс тақтай,	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Төпе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 см), жүру. 2) Зяғтарды оң және сол қолмен қашықтыққа дақтыру (2,5-5 м қашықтық). Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын « Қасқыр мен бағарандар » Салқа тұру. ҰҚ қортындысы: Қолптасу
06.01 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту.	Арқан қапшық.	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Арқан бойымен жүру. 2) Төменнен екі қолмен көлденен нүсанаға дақтыру (қашықтық). Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын « Күн мен түн » Салқа тұру. ҰҚ қортындысы: Қолптасу

Әдіскер: 

Дене шынықтыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.



**Дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекеті ересек топтарына арналған апталық инклюзивтілік  
Қантар 09.01-13.01.2023**

уақыты топтар	Ұйымдастырылған іс-әрекетінің мақсаты	Күрал-жабдықтар	Ұйымдастырылған іс-әрекеті
10.01 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, еңбектеу дағдыларын жетілдіру.	Доп	<p>Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау</p> <p>Негізгі бөлімі:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Сапта бір-бірімен түрлі бағытта жүгіру.</li> <li>2) Зағтардың арасымен доптарды домашту.</li> <li>3) Ойын: « Бос үй »</li> </ol> <p>Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын « Доп кімде? »</p> <p>Сайқа тұру.</p> <p>ҰҚ қортындысы. Қолтағу</p>
11.01 №11 15.30-15.55 №4 16.00-16.25	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, еңбектеу дағдыларын жетілдіру.	Құрғау доп.	<p>Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау</p> <p>Негізгі бөлімі:</p> <p>Дібір аяқпен (он және сол аяқты алмастыру) секіру.</p> <p>2) Зағтардың арасымен доптарды домашту.</p> <p>3) Ойын: « Бос үй »</p> <p>Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын « Допты қағып ал »</p> <p>Сайқа тұру.</p> <p>ҰҚ қортындысы. Қолтағу</p>
12.01 №4 09.00-09.25 №11 10.20-10.45	Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, еңбектеу дағдыларын жетілдіру.	Тақшалар	<p>Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау</p> <p>Негізгі бөлімі:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Зағтарды қалыңтыққа дақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес).</li> <li>2) 4–5 сызықтан аттан (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру.</li> <li>3) Ойын: « Кім тез сайқа тұрады »</li> </ol> <p>Қорытынды бөлімі: Таныс алу жаптығыулары</p> <p>Сайқа тұру.</p> <p>ҰҚ қортындысы. Қолтағу</p>

Әдіскер: *Dez* 06.01.2023 Д/ш нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Денсаулықтыру сабағының орталық топтарына арналған айталық циклограммасы**  
**Қаңтар 16.01-20.01.2023**

уақыты топтар	ҰҚ мақсаты	Құрал-жабдықтар	Әдістемелер қабылдау
17.01 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту.	Доптар	Кіріспе бөлім ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Жылғаша заттар араcымен жүру. 2) 5-2 метр қапшықтықтан допты бір-біріне домылату. Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « Күн мен түн » Салпақ тұру. ҰҚ қортыныласы. Қолпасау
19.01 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту.	Шапа	Кіріспе бөлім ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Шапамен сырғанау. 2) Шапамен бір-бірін сырғанату, биік емес төбедеп сырғанату. Қорытынды бөлім: « Күн мен түн » аз қимылды ойын Салпақ тұру. ҰҚ қортыныласы. Қолпасау
20.01 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту.	Конус	Кіріспе бөлім ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Тоқтамай бау қарқаймен (50-60 секунда ішінде) жүттуру. 2) Заттарды айналды және заттардың араcымен секіру. Қорытынды бөлім: « Түзкі мен балаландар » Салпақ тұру. ҰҚ қортыныласы. Қолпасау

Әдіскер:



Дене шынықтыру нұсқаушысы: Жаубасар Д.С.

Денешыныктыру сабыгынын орталыгы топтарына арналган апталык инслюграммасы  
 Каптар 23.01-27.01.2023

Уакыты топтар	УК максаты	Курап-жабылктар	Әдістемелер кабылдау
24.01 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттыгуларын орындауга кызыгушылыктырын ояту.	Көлбеу тактай, доп.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Тене-тендікті саптай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тактай (20-30 см), жүру. 2) Зағтарды он және сол қолмен қашықтыққа дақтыру (2,5-5 м қашықтық). 3) Ойын: « Ушак » Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « Күп мен түп » Сапка тұру. УК қортындысы. Қолтасу
26.01 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттыгуларын орындауга кызыгушылыктырын ояту.	Арқан доп.	Кіріспе бөлім ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Арқан бойымен жүру 2) Төменнен екі қолмен көлденен нысанға дақтыру. (қашықтық). 3) Ойын « Кү түлкі » Қорытынды бөлім: « Доп кімде ? » аз қимылды ойын Сапка тұру. УК қортындысы. Қолтасу
27.01 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Дене жаттыгуларын орындауга кызыгушылыктырын ояту.	Доп	Кіріспе бөлім ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Допты екі қолмен жоғарыға дақтыру. 2) Бйіктігі 5-10 см зағтан жерге секіру. 3) Ойын « Кім дая тигізеді » Қорытынды бөлім: Тыныс алу жаттыгулары Сапка тұру. УК қортындысы. Қолтасу

Әдіскер: 

Дене шыныктыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру сабағының орталық топтарына арналған ағталық циклограммасы**  
30.01-03.02.2023

уақыты топтар	ҰҚ тақырыбы мақсаты	Құрал-жабдықтар	Әдістемелер қабылдау
31.01 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру.	Доптар	Кіріспе бөлім ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіру. 2) Допты кеуде тұсынан лақтыру. Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « <u>Допты қалып ал</u> » Салпа тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтасу
02.02 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру.	Доптар, бөрене.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Үтәменнен екі қолмен көлденең нысанға лақтыру. 2) Тура жолмен тегіс-тегілікті сақтал жүру Ойын: « <u>Қу түлкі</u> » Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « <u>Доп кімде?</u> » Салпа тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтасу
03.02 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру.	Доптар, жоға.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) 1-1,5 м қашықтық) аяқтарын алшақ қойып, отырын допты домалыту. 2) Доптың аяқпен (биіктігі 40 см) еңбектеу. Ойын: « <u>Ұшақ</u> » Қорытынды бөлім: « <u>Доп кімде ?</u> » аз қимылды ойын Салпа тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтасу

Әдіскер:



Дене шынықтыру нұсқаушысы Жаубаев Д.С.

**Денешынықтыру сабағының ортаңғы топтарына арналған апталық инк-тоғраммасы**  
 Ақпан 06.02-10.02.2023

уақыты топтар	ҮК тақырыбы мақсаты	Құрал-жабдықтар	Әдістемелер қабылдау
07.02 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту.	Шана	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Шанамен сырғанау. 2) Шанамен бір-бірін сырғанату 3) Ойын « Ұстап ал » Қорытынды бөлім: Салқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтасу
09.02 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту.	Құрсау доп.	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Інжілестікпен қабдықтауға өрмегеу және оған түсу. 2) Сызықтан секіру қос аяқпен секіру. 3) Ойын: « Бос орын » Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « Дөпті қағып ал » Салқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтасу
10.02 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту.	Құрсау	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. 2) Сызықтан секіру қос аяқпен секіру. 3) « Бос орын » ойыны. Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « Қуан мен түн » Салқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтасу

Әдіскер:



Дене шынықтыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру сабағының ортаңғы топтарында арналған апталық пәнаралық жиналғысы**  
 Ақпан 13.02-17.02.2023

Уақыты топтар	ҰК мақсаты	Құрал-жабдықтар	Әдістемелер қабылдау
14.02 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту.	Курсау	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Қос аяқпен секіру. 2) Гимнастикалық қабырғаға ормелесу және оған түсу. 3) Ойын: « Бос орын » Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын «Күн мен түн» Сапқа тұру. ҰК қортындысы. Қолтасу
16.02 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту.	Доп	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Тене-теңдікті сақтай отырып тұра жолмен жүру. 2) Допты жоғары лақтыру қайта қағып алу. 3) Ойын: « Қу түлкі » Қорытынды бөлімі: «Доп кімде ? » аз қимылды ойын Сапқа тұру. ҰК қортындысы. Қолтасу
17.02 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту.	Қапшық	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Тене-теңдікті сақтай отырып тұра жолмен жүру. 2) Қапшықты алысқа лақтыру. 3) Ойын: « Бос орын » Қорытынды бөлімі: « Доп кімде ? » Сапқа тұру. ҰК қортындысы. Қолтасу

Әдіскер:



Дене шынықтыру мұғалімі Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру сабагынын орталы топтарына арналган апталык лексиграммасы**  
**Анши 20.02-24.02.2023**

Уакыты топтар	УК тақырыбы максаты	Курал-жабдыктар	Әдістемелер қабылдау
21.02 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	дене жаттыгуларына қызыгушылыкка баулу.	Доп	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Заттардың арасымен, қақпаға домалату. 2) Тұрған орындап ұзындыққа 40 см қашықтыққа секіру. 3) Ойын . « Күстар » Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын «Күн мен түн» Сапқа тұру. УК қортындысы. Қолтасу
23.02 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	дене жаттыгуларына қызыгушылыкка баулу.	Қырлы тақтай	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Қырлы тақтайдың бойымен жүру. 2) Орындап ұзындыққа 40 см қашықтыққа секіру. 3) Ойын: « Түлкі мен балапандар » Қорытынды бөлімі: « Доп кімде? » аз қимылды ойын Сапқа тұру. УК қортындысы. Қолтасу
24.02 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	дене жаттыгуларына қызыгушылыкка баулу.	Доп, қырлы тақтай.	Кіріспе бөлімі: Негізгі бөлімі: 1) Заттардың арасымен, қақпаға домалату. 2) Қырлы тақтайдың бойымен жүру. 3) Ойын . « Күстар » Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын « Күн мен түн » Сапқа тұру. УК қортындысы. Қолтасу

Әдіскер:



Дене шынықтыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шыныктару сабагынын орталык топтарына арналган апталык никелотраммасы**  
**Акпан 20.02-24.02.2023**

Уакыты топтар	УК тақырыбы максаты	Құрал-жабдықтар	Әдістемелер қабылдау
21.02 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	дене жаттығуларына қыздығышылыққа баулу.	Доп	<p align="center">Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау</p> <p align="center">Негізгі бөлімі:</p> <p>1) Заттардың арасымен, қақыға домалату.</p> <p>2) 1 ұрған орнынан ұзындыққа 40 см хашықтыққа секіру.</p> <p>3) Ойын . « Күстар »</p> <p><u>Қорытынды бөлімі:</u> Аз қимылды ойын «Күн мен түн»</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>УК қортындығысы.</p> <p>Қолтасу</p>
23.02 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	дене жаттығуларына қыздығышылыққа баулу.	Қырлы тақта	<p align="center">Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау</p> <p align="center">Негізгі бөлімі:</p> <p>1) Қырлы тақтадан бойымен жүру.</p> <p>2) Орпадан ұзындыққа 40 см қанықтыққа секіру.</p> <p>3) Ойын: « Түлкі мен бағаналар »</p> <p><u>Қорытынды бөлімі:</u> « Доп кімде? » аз қимылды ойын</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>УК қортындығысы.</p> <p>Қолтасу</p>
24.02 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	дене жаттығуларына қыздығышылыққа баулу.	Доп, қырлы тақта.	<p align="center">Кіріспе бөлімі:</p> <p align="center">Негізгі бөлімі:</p> <p>1) Заттардың арасымен, қақыға домалату.</p> <p>2) Қырлы тақтадан бойымен жүру.</p> <p>3) Ойын . « Күстар »</p> <p><u>Қорытынды бөлімі:</u> Аз қимылды ойын « Күн мен түн »</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>УК қортындығысы.</p> <p>Қолтасу</p>

Әдіскер:



Дене шыныктару нұсқаушысы **Жаубасар Д.С.**



Дене шынықтыру сабағының орталық топтарына арналған апталық нәтижелері туралы хабарлама

Наурыз 06.03-10.03.2023

Уақытты топтар	ҮК тақырыбы, мақсаты	Құрал-жабдықтар	Әдіс-тәсілдер көрсету
07.03 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту.	Доп, тесік.	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1. Орындаық үстімен тесіктерімен аттан жүру. 2. Допты қолмен қағып алу. 3. « Мезгіл келді добым » ойыны Қорытынды бөлімі: « Допты қағып ал » ойыны Салпа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу
09.03 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту.	Доп, доға.	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1. Допты қолмен қағып алу. 2. Доғаның астымен төртатаңдап жүру 3) Ойын: « Бос орын » Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын « Доп кімге ?» Салпа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу
10.03 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту.	Доға, күм қапшықтары.	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Доғаның астымен төртатаңдап жүру 2) 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанға күм салынып қапшықты, доғаны лақтыру 3) Ойын: « Бос орын » Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын: « Допты қағып ал » Салпа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу

Әдісгер:



Дене шынықтыру мұдәрісі Жәніс Жаубасар Д.С.

Денсаулыктару сабатынын органын таптарын арнаган антлык инжограммасы  
 Нарыз 13.03-17.03.2023

Уакыты таптар	УК тақырыбы, мақсаты	Құрал-жабдықтар	Әдістемелер қабылдау
14.03 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Денсаулықты нығайту ептілік, төзімділік, үйлесімділікті дамыту.	Қашық	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанға құм салынған қашықты, дөңдеп ластыру. 2) Ойын: « Менің көңілі добым » Қорытынды: Тыныс алуга арналған жаттығулар. Салпа тұру. УК қортындысы. Қолтауы
16.03 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Денсаулықты нығайту ептілік, төзімділік, үйлесімділікті дамыту.	Тақтай	Кіріспе бөлім ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Төпе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойынша жүру. 2) Ойын: « Құстар » Қолданбалы бөлім: « Күн мен түн » Салпа тұру. УК қортындысы. Қолтауы
17.03 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Денсаулықты нығайту ептілік, төзімділік, үйлесімділікті дамыту.	Доп	Кіріспе бөлім ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Қарма-қарсы отырып, аяқты ашық ұстап допты домалату. 2) Ойын: « Менің көңілі добым » Қорытынды бөлім: ойын « Күн мен түн » Салпа тұру. УК қортындысы. Қолтауы

Әмірлер:



Дене шыдамдықтыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру сабағының ортаңғы топтарына арналған апталық циклограммасы**  
**20.03-24.03.2023**

Уақыты топтар	ҰҚ тақырыбы, мақсаты	Құрал-жабдықтар	Әдістемелер қабылдау
№13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Денсаулықты нығайту ептілік, төзімділік, үйлесімділікті дамыту.	Қапшық, доп	<p align="center"><b>Кіріспе бөлім ЖДЖ орындау</b></p> <p align="center"><b>Негізгі бөлім:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Тізенің арасына қапшықты қысып, көс аяқтап секіру</li> <li>2) Тене-тендікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру.</li> <li>3) Ойын « Кім тез »</li> </ol> <p align="center"><b>Қорытынды бөлім: « Доп кімде ? »</b></p> <p align="center">Сапқа тұру.  ҰОҚ қортындысы.  Қоштасу</p>

Әдіскер:



**Дене шынықтыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.**

**Дене шынықтыру сабагынын ортаны токтарына арналган атылык программасы**  
**Наурыз 27.03-31.03.2023**

уакыты токтар	УК тапкыры, максаты	Курал-жабдыктар	Әдістемелер қабылдау
28.03 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттыгуларын орындауға қызғыншылыктарын ояту.	Доп	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) 15-20 сантиметр биіктіктен секіру, 2) Жоғарыға, еленге (жерге) қарай төмен допты лақтыр Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « Күн мен түн » Салпа тұру. УК қортындасы. Қолтасу
30.03 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттыгуларын орындауға қызғыншылыктарын ояту.	Доп, қапшық	Кіріспе ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Допты қанжыдан асыра лақтыру, 2) Тене-тендікті саятай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. 3) Ойын: « Кү түлкі » Қорытынды: « Доп кімде ? » Салпа тұру. УК қортындасы. Қолтасу
31.03 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Дене жаттыгуларын орындауға қызғыншылыктарын ояту.	Қапшық, доп	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Тізесін арасына қапшықты қысып, қос аяқтап секіру 2) Тене-тендікті саятай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. 3) Ойын « Кім тез » Қорытынды бөлім: « Допты ұста » Салпа тұру. УК қортындасы. Қолтасу

Әдіскер:



Дене шынықтыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

Дене шынықтыру сабағының ортаны толықтыруға арналған ағартушылық циклограммасы

Сәуір 03.04 - 07.04.2023

Уақыты тоғтар	ҮК тақырыбы мен мақсаты	Күрәл-жабдықтар	Әдістер/методтар
04.04 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттығуларын орындауға қатысушылардың ояту.	Доптар	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. 2) Ойын: « Бос орын » Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « Доп кімде ? » Салпа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу
06.04 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттығуларын орындауға қатысушылардың ояту.	Тақтай	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Еденге қойылған тақта бетімен еңбектеу. 2) Тұрған орнынан ұзындыққа секіру. 3) Ойын: « О менің көңілім дұрыс ? » Қорытынды бөлім: « Допты қағып ал » аз қимылды ойын Салпа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу
07.04 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Дене жаттығуларын орындауға қатысушылардың ояту.	Доптар	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Тұрған орнынан ұзындыққа секіру. 2) Допты екі қолмен көкірек тұсынан лақтыру. 3) Ойын: « Қасқыр мен балаландар » Қорытынды бөлім: « Доп кімде ? » Салпа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу

Әдіскер:



Дене шынықтыру мұекәушысы Жаубасар Д.С.

**Денешынықтыру сабагынын органигы топтарына арналган апталык циклограммасы**  
**Сзир 10.04-14.04.2023**

уахыты топтар	УК максаты	Курал-жабдыктар	Әдістемелер кабылдау
11.04 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Денсаулықты нығайту егтілік, төзімділік, үйлесімділікті дамыту.	доптар, дотча	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Допты екі қолымен кәкірек тұсынан лақтыру. 2) 40 см биіктіктегі дотчамен еңбектеу 3) Ойын: « Менің көңілім дотчам » Қорытынды бөлім: Аз қимылды ойын « Күн мен түн » Сапқа тұру. УК қортындысы. Қолтасу
13.04 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Денсаулықты нығайту егтілік, төзімділік, үйлесімділікті дамыту.	Дотча, еніс тақтау	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) 40 см биіктіктегі дотчамен еңбектеу. 2) Еніс тақтау бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру 3) Ойын: « Кімде доп? » Қорытынды бөлім: « Допты қатты ал » аз қимылды ойын Сапқа тұру. УК қортындысы. Қолтасу
14.04 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Денсаулықты нығайту егтілік, төзімділік, үйлесімділікті дамыту.	Жип, доптар	Кіріспе бөлім: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Тұрған орнынан ұзындыққа секіру. 2) Допты жоғарыға лақтыру 3) Ойын « Кім мерген » Қорытынды бөлім: « Доп кімде? » Сапқа тұру. УК қортындысы. Қолтасу

Әдіскер:



Дене шынықтыру пәнаушысы Жаубасар Д.С.

Денешынықтыру сабағының ортаңғы топтарына арналған ағартушылық пиктограммасы  
Сәуір 17.04-21.04.2023

уақыты топтар	ҰҚ мақсаты	Күрдел-жабықтықтар	Әдістемелер қабылдау
18.04 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру	Еңіс тақтай, доптар,	Кіріспе: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Еңіс тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру 2) Ойын: « Бос орын » Қорытынды: Аз қимылды ойын « Доп кімде? ». Сапақ тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтағу
20.04 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру	Еңіс тақтай, доп.	Кіріспе: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Еңіс тақтай бойымен еңбектеу 2) Ойын: « Күстар » Қорытынды: « Допты ұста » аз қимылды ойын Сапақ тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтағу
21.04 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру	доптар	Кіріспе: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1) Ұрған орнынан ұзындыққа секіру. 2) Ойын: « Менің көңілімді добым » Қорытынды: Ойын « Доп кімде? » Сапақ тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтағу

Әдіскер:



Дене шынықтыру пәні мұғалімі Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру сабагынын орталгы топтарына арналган апталык ишбаграммасы**  
 Сауір 24.04.28.04.2023

уақыты топтар	ҮК мақсаты	Құрал-жабдықтар	Әдістемелер қабылдау
25.04 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту.	Доптар	Кіріспе: ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1)Допты жоғарыға лақтыру. 2) Ойын: « Менің көңілім дөбем » Қорытынды: Аз қимылды ойын « Доп кімде? ». Салқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтасу
27.04 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту.	Борене	Кіріспе:ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1)Бәрененің үстімен еңбектеу. 2) Ойын: «Бос орын» Қорытынды: « Допты ұста » аз қимылды ойын Салқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтасу
28.04 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту.	Гимнастикалық орындар	Кіріспе:ЖДЖ орындау Негізгі бөлім: 1)Дыкікті 5-10 см зыттан жерге секіру. 2) Еніс тақтай бойымен еңбектеу. 3) Ойын: « Кім салқа тез тұрады » Қорытынды: Ойын« Доп кімде?» Салқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтасу

Әдіскер:



Дене шынықтыру мұқаушысы Жаубасар Д.С.



Дене шынықтыру сабағының ортаңғы топтарына арналған аталық инклюзивтілік  
 Мамыр 02.05 – 05.05.2023

Уақыты топтар	ҮК мақсаты	Күрес-жабылғылар	Әдістемелер қабылдау
02.05 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту.	Доп	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Қарама-қарсы отырып, аяқты ашық ұстап допты домалату 2) Ойын: « Менің көңілім дөбем » Қорытынды бөлімі: Созылғұға арналған жаттығулар Сапқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу
04.05 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту.	Доп, керлі	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) 4-6 м арқашықтыққа еңбектеу. 3) Ойын: « Ұшақ » Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын « Допты қағып ал » Сапқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу
05.05 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту.	Күресу. доп	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) 4-6 м арқашықтыққа еңбектеу. 2) Қос аяқпен секіру. 3) Ойын: « Көліктер » Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын « Доп кімде? » Сапқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу

Әліскер: 

Дене шынықтыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру сабағының ортаңғы топтарына арналған апталық инклюграммасы**  
**Мамыр 10.05 – 12.05.2023**

уақыты топтар	ҰҚ мақсаты	Күрес-жабыдықтар	Әдістемелер қабылдау
<b>11.05</b> №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Денсаулықты нығайту егтілік, төзімділік, үйлесімділікті дамыту.	Күрсау	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1)Жос аяқпен күрсаудан – күрсауға секіру. 2) Ойын: « Менің көңілім дөбыл » Қорытынды бөлімі: Созылға арналған жаттығулар Сапқа тұру. ҰҚ қортындысы. Қолтасу
<b>12.05</b> №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Денсаулықты нығайту егтілік, төзімділік, үйлесімділікті дамыту.	Дөп	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) Қарама-қарсы отырып, аяқты ашпақ ұстап дөпті домалату. 2) Ойын: « Үшак » Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын « Дөп кімде ? » Сапқа тұру ҰҚ қортындысы. Қолтасу

Әдіскер:



Дене шынықтыру нұсқаушысы Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру сабағының органы топтарына арналған апталық инклюграммасы**  
**Мамыр 15.05. – 19.05.2023**

Уақытты топтар	ҮК мақсаты	Құрал-жабдықтар	Әдістемелер қабылдау
16.05 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Қимылдарды белгілеп орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру.	Доп, конус.	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1. Орындап үлгімен текшерілеп аттан жүру. 2. Ойын « Бос орын » Қорытынды бөлімі: ойын « Доп кімде ? » Салқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу
18.05 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру.	Доп, құрсаулар.	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1. Доптың астымен төртталыдан жүру 2. Ойын « Бос орын » Қорытынды бөлімі: Аз қимылды ойын « Доп кімде ? » Салқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу
19.05 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру.	Құрсаулар, құм қапшықтары.	Кіріспе бөлімі: ЖДЖ орындау Негізгі бөлімі: 1) 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанға құм салынып қапшықта, дөңдеп шығару» 3) Ойын: « Үшк » Қорытынды бөлімі: « Допты қатып ал » ойыны Салқа тұру. ҮК қортындысы. Қолтабу

Әдіскер:



Дене шынықтыру нұсқаушысы: Жаубасар Д.С.

**Дене шынықтыру сабагынын ортунда топтарында арналган агиллык программасы**  
**Маанир 22.05 – 26.05.2023**

Уакыты	УК максаты	Кургал-жеделдиктер	Өлчөмдөр кабылдуу
топтар №105 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттыгуларын орындау кызыгуулуктарын огуу	Күрсөлдөр, кашык	Күрсөтө бөлүмү: ЖДЖ орындау. Негизги бөлүм: 1) 2, 3, 5 м аракашыктыктагы нысанга күм салынган кашыкты, асыкты дөлдөтпөзүктү. 2) « Бас орын » Корытпа бөлүмү: ойын « Дөп кимде? » Санка туру. УК кортылдысы.
25.05 №13 09.30-09.50 №2 09.55-10.15	Дене жаттыгуларын орындау кызыгуулуктарын огуу.	Тактай	Күрсөтө бөлүмү: ЖДЖ орындау Негизги бөлүм: 1) Тене-сенпикти сактай отырып, бир-биринен 10 см кашыктыкта орнашкан тактай бойлмен жүрү. 2) Ойын: « Менги көңүлү добым » Корытпа бөлүмү: « Күн мен түп » Санка туру. УК кортылдысы.
26.05 №13 09.00-09.25 №2 09.30-09.50	Дене жаттыгуларын орындау кызыгуулуктарын огуу.	Дөп, кашык	Күрсөтө бөлүмү: ЖДЖ орындау Негизги бөлүм: 1) Карам-карсы отырып, асыкты ашык үстүн дөптү дөмөгү. 2) Ойын « Дөптү качып ал » Корытпа бөлүмү: аз кымалды ойын « Дөп кимде? » Санка туру. УК кортылдысы.

Әтикер:



Дене шынықтыру нүсөөшмасы: Жаубасар Д.С.

**Циклограмма деятельности детей по физической культуре**  
 Сентябрь (01.09.22 г – 02.09.22 г.)

Время	Цель	Атрибуты к игре	Ход урока
01.09 №7 10.50-11.15	Цель: Знают построения в колонну, ходьбе на пятках, носках, переходе на бег в спокойном и ритмичном темпе. Имеют навыки ходьбы по гимнастической скамейке, сохранения равновесия. Умеют метать мяча вдале из-за головы правой и левой рукой..	гимнастическая скамейка, дары осени, предметы (кегли или кубики), мяч.	Тема: Ходьба по гимнастической скамейке 1-я часть Вводная: Обычная ходьба друг за другом на пятках, носках, переход на бег в спокойном темпе, Построение в колонну по три ОРУ. Без предметов 2-я часть: Основные виды движений 1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Метание мяча вдале из-за головы правой и левой рукой. П/и «Лошадки» 3-я часть Закрепительная: Дыхательная гимнастика «Тюльпан»
02.09 №7 15.30-15.55	Цель: Знают построения в колонну, ходьбе на пятках, носках, переходе на бег в спокойном и ритмичном темпе. Имеют навыки ходьбы по гимнастической скамейке, сохранения равновесия. Умеют метать мяча вдале из-за головы правой и левой рукой.	гимнастическая скамейка, предметы (кегли или кубики), мяч.	Тема: Ходьба по гимнастической скамейке 1-я часть Вводная: Обычная ходьба друг за другом на пятках, носках, переход на бег в спокойном темпе, Построение в колонну по три ОРУ. Без предметов 2-я часть: Основные виды движений 1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Метание мяча вдале из-за головы правой и левой рукой. П/и: «Лопатки» 3-я часть Закрепительная: Дыхательная гимнастика «Тюльпан»

Методист:



Инструктор по физической культуре: Жаубасар Д.С

Циклограмма деятельности детей по физической культуре

Сентябрь (05.09 22 г - 09.09 22 г.)

Время	Цель	Атрибуты к игре	Ход урока
05.09 №7 15.30-15.55	Цель: Дети знают последовательность выполнения движений в ОРУ; названия и правила подвижной игры умерот движениям в соответствии с характером музыки; сохранению равновесия при ходьбе по ограниченной поверхности приставным шагом, на носках; прыжкам на двух ногах с обруча в обруч.	Гимнастическая скамейка, обручи	<p>1-я часть <u>Вводная</u>. Построение в шеренгу, выравнивание на ведущего. Ходьба широкими шагами, высоко поднимая согнутую в колене ногу; построение в колонну по одному в движении. Легкий бег со сменной темпа, остановка по сигналу. <u>Перестроение ОРУ</u>: (без предметов)</p> <p>2-я часть: <u>Основные виды движений</u></p> <p>1. Ходьба по ограниченной поверхности приставным шагом, на носках;</p> <p>2. Прыжки на двух ногах с обруча в обруч.</p> <p>Игра (под руководством) «Перелет птицы», «Кто лучше прыгнет?»</p> <p>3-я часть <u>Заключительная</u>. Упражнение на дыхание «Дышитая»</p>
08.09 №7 10.50-11.15	Цель: уметь выполнять упражнения в построении в шеренгу, колонну, ходьбе широкими шагами, высоко поднимая согнутую в колене ногу; бросанию и ловле мяча двумя руками, не прижимая к груди; закрепить прыжки на двух ногах с обруча в обруч.	обручи, мяч.	<p>1-я часть <u>Вводная</u>. Построение в шеренгу, выравнивание на ведущего. Ходьба широкими шагами, высоко поднимая согнутую в колене ногу; построение в колонну по одному в движении. Легкий бег со сменной темпа, остановка по сигналу. <u>ОРУ</u>: (без предметов)</p> <p>2-я часть: <u>Основные виды движений</u></p> <p>1. Прыжки на двух ногах с обруча в обруч.</p> <p>2. Бросание и ловля мяча двумя руками, не прижимая к груди (считать вслух 6-8)</p> <p>П/и: «Кто лучше прыгнет?» (под руководством)</p> <p>Цель: Уметь прыгать точно на определенное место.</p> <p>3-я часть <u>заключительная</u>: «Танцует»</p>
09.09 №7 15.30-15.55	Цель: Иметь навыки в построении в колонну, ходьбе на пятках, носках, переходя на бег в спокойном темпе. Применяют навыки метания валь из-за головы правой и левой рукой, ползанию на четвереньках между предметами.	мяч, предметы (кегли, кубики)	<p>1-я часть <u>Вводная</u>: Обычная ходьба друг за другом. Руки на поясе, ходьба на пятках, носках, переходит на спокойный бег. Бег в спокойном темпе, слегка согнув ноги в колене, переходя с пятки на носок. Построение в колонну по одному. <u>ОРУ</u>: (без предметов)</p> <p>2-я часть: <u>Основные виды движений</u> (в две колонны)</p> <p>1. Метание мяча валь из-за головы правой и левой рукой.</p> <p>2. Ползание на четвереньках между предметами.</p> <p>Игра: (под руководством) «Пошалки», «Перелет птицы»</p> <p>3-я часть <u>Заключительная</u> часть: Упражнение на дыхание «Дышитая»</p>

Методист:



Инструктор по физической культуре: Жаубасар Д.С.

Циклограмма деятельности детей по физической культуре

Сентябрь (05.09.22 г – 09.09.22 г.)

Время	Цель	Атрибуты к игре	Ход урока
05.09 №7 15.30-15.55	Цель: Дети знают последовательность выполнения движений в ОРУ; умение двигаться в соответствии с характером музыки; сохранению равновесия при ходьбе по ограниченной поверхности приставным шагом, на носках; прыжкам на двух ногах с обруча в обруч.	Гимнастическая скамейка, обручи	1-я часть <u>Вводная</u> . Построение в шеренгу, равнение на ведущего. Ходьба широко шагами, высоко поднимая согнутую в колене ногу; построение в колонну по одному в движении. Легкий бег со сменной темпа, остановка по сигналу. Перестроение ОРУ: (без предметов) 2-я часть: <u>Основные виды движений</u> 1. Ходьба по ограниченной поверхности приставным шагом, на носках; 2. Прыжки на двух ногах с обруча в обруч. Игра (под руководством) «Перелет птиц», «Кто лучше прыгнет?» 3-я часть <u>Заключительная</u> : Упражнение на дыхание «Надуйтесь»
08.09 №7 10.50-11.15	Цель: Умение выполнять, упражнять в построении в шеренгу, колонну, ходьбе широкими шагами, высоко поднимая согнутую в колене ногу; бросание и ловля мяча двумя руками, не прижимая к груди; закрепить прыжки на двух ногах с обруча в обруч.	обручи, мяч.	1-я часть <u>Вводная</u> : Построение в шеренгу, равнение на ведущего. Ходьба широко шагами, высоко поднимая согнутую в колене ногу; построение в колонну по одному в движении. Легкий бег со сменной темпа, остановка по сигналу. ОРУ: (без предметов) 2-я часть: <u>Основные виды движений</u> 1. Прыжки на двух ногах с обруча в обруч. 2. Бросание и ловля мяча двумя руками, не прижимая к груди (считать вслух 6-8) П/и: «Кто лучше прыгнет?» (под руководством) Цель: Умение прыгать точно на определенное место. 3-я часть <u>заключительная</u> : «Танцуют»
09.09 №7 15.30-15.55	Цель: Имеют навыки в построении в колонну, ходьбе на пятках, носках, переходя на бег в спокойном темпе. Применяют навыки метания вдали из-за головы правой и левой рукой, ползанию на четвереньках между предметами.	мяч, предметы (кегли, кубики)	1-я часть <u>Вводная</u> : Обычная ходьба друг за другом. Руки на поясе, ходьба на пятках, носках, переходит на спокойный бег. Бег в спокойном темпе, слегка согнув ноги в колене, переходя с пятки на носок. Построение в колонну по одному. ОРУ: (без предметов) 2-я часть: <u>Основные виды движений</u> (с две колонны) 1. Метание мяча валь из-за головы правой и левой рукой. 2. Ползание на четвереньках между предметами. Игра: (под руководством) «Пошапки», «Перелет птиц» 3-я часть <u>заключительная</u> часть: Упражнение на дыхание «Надуйтесь»

Методист:



Инструктор по физической культуре: Жаубасар Д.С.

**Циклограмма деятельности детей по физической культуре**  
 Сентябрь (12.09.22 г – 16.09.22 г.)

Время	Цель	Атрибуты к игре	Ход урока
12.09 №7 15.30-15.55	Цель: Знать построения в колонну, ходьбе на пятках, носках, переходя на бег в спокойном и ритмичном темпе. Имеют навыки широким шагом, враспынную, построение в колонну, чередуя построение в пары на месте, выполнять танцевальные элементы парами; Уметь выполнять прыжки с зажатым мячом между ног; перебрасывание мяча друг к другу.	шнур, мяч	<p>1-я часть. <u>Вводная</u>: Построение в колонну, проверка осанки и равновесия. Ходьба в колонне с перекатом с пятки на носок. Построение в колонну, чередуя построение в пары на месте. Бег мелким и широким шагом, враспынную.</p> <p>ОРУ: со шнуром</p> <p>2-я часть. Основные виды движений</p> <p>1.«Мишутки с мячом». Прыжки с зажатым мячом между ног (по ориентирам).</p> <p>2.Перебрасывание мяча друг к другу.</p> <p>П / и: «Гобийи» (под руководством)</p> <p>Коммуникативных способностей, быстроты реакции.</p> <p>3-я часть. <u>Заключительная</u>: И.м.г.: «Найди, где спрятаюсь»</p>
15.09 №7 10.50-11.15	Цель: Знать построения в колонну, ходьбе на пятках, носках, переходя на бег в спокойном и ритмичном темпе. Имеют навыки широким шагом, враспынную, построение в колонну, чередуя построение в пары на месте, выполнять танцевальные элементы парами; Уметь выполнять прыжки с зажатым мячом между ног; перебрасывание мяча друг к другу.	шнур, мяч	<p>1-я часть. <u>Вводная</u>: Построение в колонну, проверка осанки и равновесия. Ходьба в колонне с перекатом с пятки на носок. Построение в колонну, чередуя построение в пары на месте. Бег мелким и широким шагом, враспынную.</p> <p>ОРУ: со шнуром</p> <p>2-я часть. Основные виды движений</p> <p>1.«Мишутки с мячом». Прыжки с зажатым мячом между ног (по ориентирам).</p> <p>2.Перебрасывание мяча друг к другу.</p> <p>П / и: «Гобийи» (под руководством)</p> <p>Коммуникативных способностей, быстроты реакции.</p> <p>3-я часть. <u>Заключительная</u>: И.м.г.: «Найди, где спрятаюсь»</p>
16.09 №7 15.30-15.55	Цель: Имеют навыки в ходьбе в колонне с перекатом с пятки на носок, бег мелким и широким шагом, враспынную, построение в колонну, чередуя построение в пары на месте, выполнять танцевальные элементы парами.		<p>1-я часть. <u>Вводная</u>: Построение в колонну, проверка осанки и равновесия. Ходьба в колонне с перекатом с пятки на носок. Построение в колонну, чередуя построение в пары на месте. Бег мелким и широким шагом, враспынную.</p> <p>ОРУ со шнуром.</p> <p>2-я часть. Основные виды движений</p> <p>1.«Мишутки с мячом». Прыжки с зажатым мячом между ног (по ориентирам).</p> <p>2.Игра по шапкой лоскуткам на четвереньках.</p> <p>Подвижная игра: «Волк и зайцы».</p> <p>3-я часть. <u>Заключительная</u> часть: М.п.г. игра: П.И. «Краси и шары»</p>

Методист:



Инструктор по физической культуре: Жарубсар Д.С.



**Циклограмма деятельности детей по физической культуре**  
 Сентябрь (19.09.22 г. – 23.09.22 г.)

Время	Цель	Атрибуты к игре	Ход урока
12.09 №7 15.30-15.55	Цель: Дети знают последовательность выполнения движений в ОРУ; названия и правила подвижной игры. Умеют упражняться в ходьбе и беге врассыпную, перестроение в колонну, находить свое место в колонне; бегать на определенную дистанцию; сохранять равновесие при ходьбе с перешагиванием через предметы. Произвольно прыгать со скакалкой.	гимнастическая скамейка, скакалка, предметы	Ход урока  1-я часть. Вводная. Построение в колонну, повороты на месте влево, вправо. Обычная ходьба, ходьба врассыпную «Найди свое место в колонне» во время ходьбы. Бег на дистанцию 15 м. ОРУ: со скакалкой. 2-я часть. Основные виды движений 1. Ходьба с перешагиванием через предметы. 2. Произвольные прыжки со скакалкой П / игра (под руководством) «Байга» 3-я часть. Заклочительная: « Найди себе пару»
15.09 №7 10.50-11.15	Цель: умеют упражнять в ходьбе и беге, перестроение в колонну, бегать в рассыпную и найти свое место в колонне; умеют навыки ползания по гимнастической скамейке на четвереньках, произвольные прыжки со скакалкой.	гимнастическая скамейка, скакалки, дары осени.	1-я часть. Вводная: Упражнения в ходьбе, беге. Построение в колонну, повороты на месте влево, вправо. Обычная ходьба, ходьба врассыпную. «Найди свое место в колонне» ОРУ со скакалкой 2-я часть. Основные виды движений 1. Произвольные прыжки со скакалкой 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках П/и: «Байга», «Кошки и щенки» Цель: умение в беге, ориентировку в пространстве 3-я часть. Заклочительная: М / и игра: «Найди пару»
16.09 №7 15.30-15.55	Цель: Умеют навыки в ходьбе в колонне с перекатом с пятки на носок, бег мелким и широким шагом, врассыпную, построение в колонну, чередуя построение в пары на месте, выполнять танцевальные элементы парами. Применяют навыки прыжки с зажатой мячом между ног, перебрасывание мяча друг к другу		1-я часть. Вводная: Построение в колонну, проверка осанки и равновесия. Ходьба в колонне с перекатом с пятки на носок. Построение в колонну, чередуя построение в пары на месте. Бег мелким и широким шагом, врассыпную. ОРУ со шнуром. 2-я часть. Основные виды движений 1. Прыжки с зажатым мячом между ног (до ориентира). 2. Ползание по наклонной доске на четвереньках. Подвижная игра: «Волк и зайцы». 3-я часть. Заклочительная часть: М/и игра: П/И «Караси и щука»

Методист:



Инструктор по физической культуре: Жаубасар Д.С.

**Циклограмма деятельности детей по физической культуре**  
 Сентябрь. (26.09.22 г – 30.09.22 г.)

Время	Цель	Атрибуты к игре	Ход урока
26.09 №7 15.30-15.55	Цель: Знают построения в колонну, ходьбе на пятках, носках, перехоли на бег в спокойном и ритмичном темпе. Имеют навыки держать осанку, укреплить мышечную систему, упражнять в ходьбе в полу- присяде, перестраиваться из шеренги в колонну; работать над ритмичностью шага; умеют прыгать через рейки, предметы; Ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы	гимнастическая скамейка, канат, мяч, предметы (высота 15 см), игрушки, по 2 флажка каждому ребенку, маски подвижных игр.	<p>1-я часть <u>Вводная</u>: Построение из шеренги в колонну по одному. Ходьба в полу- присяде. Бег змейкой между предметами. Бег со средней скоростью. ОРУ: с флажками</p> <p>2-я часть: <u>Основные виды движений</u></p> <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы</p> <p>2. Прыжки через рейки, шнуры, предметы (высота 15 см). П / и: «Ловушки», «Волк во рву». (под руководством)</p> <p>3-я часть <u>Заключительная</u>: И.м.п: «Соберись в круг»</p>
29.09 №7 10.50-11.15	Цель: Знают построения в колонну, ходьбе на пятках, носках, перехоли на бег в спокойном и ритмичном темпе. Имеют навыки держать осанку, укреплить мышечную систему, упражнять в ходьбе в полу- присяде, перестраиваться из шеренги в колонну; работать над ритмичностью шага; умеют прыгать через рейки, предметы; Ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы	гимнастическая скамейка, канат, мяч, игрушки, по 2 флажка каждому ребенку, маски подвижных игр.	<p>1-я часть <u>Вводная</u>: Построение из шеренги в колонну по одному. Ходьба в полу- присяде. Бег змейкой между предметами. Бег со средней скоростью. ОРУ: с флажками</p> <p>2-я часть: <u>Основные виды движений</u></p> <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы</p> <p>2. Прыжки через рейки, шнуры, предметы (высота 15 см). П / и: «Ловушки», «Волк во рву». (под руководством)</p> <p>Цель: умеют действовать согласно правилам игры, быть ловкими, перешагивать через препятствие</p> <p>3-я часть <u>Заключительная</u>: И.м.п: «Соберись в круг»</p>
30.09 №7 15.30-15.55	Цель: Имеют навыки держать осанку, укреплить мышечную систему, упражнять в ходьбе в полу- присяде, по канату, перестраиваться из шеренги в колонну; работать над ритмичностью шага; умеют прыгать через рейки, предметы.	гимнастическая скамейка, канат, мяч, предметы игрушки, по 2 флажка каждому ребенку, маски подвижных игр	<p>1-я часть <u>Вводная</u>: Построение из шеренги в колонну по одному. Ходьба в полу- присяде. Бег змейкой между предметами. Бег со средней скоростью. Ходьба по канату, руки с флажками в стороны. ОРУ: с флажками</p> <p>2-я часть: <u>Основные виды движений</u></p> <p>1. Прыжки через рейки, предметы (высота 15 см).</p> <p>2. Перебрасывание мяча одной рукой друг к другу, стоя в колонне, кругу. Подвижная игра «Мяч через сетку»</p> <p>Цель: умеют перебрасывать и передавать мяч через сетку.</p> <p>3-я часть <u>Заключительная</u> часть: И.п игра:</p>

Методист:



Инструктор по физической культуре: Жаубасар Д.С.

**Циклограмма деятельности детей по физической культуре октябрь. (03.10.22 г – 07.10.22 г.)**

Время	Цель	Атрибуты к игре	Ход урока
03.10 №7 15.30-15.55	Цели: Дети знают последовательность выполнения движений в ОРУ; названия и правила подвижной игры ходить и бегать по кругу, извинись за руки; построение в две колонны; ходьба по кругу приставным шагом вправо, влево, на пятках, носочках; по сигналу могут выполнять перестроение в колонну по два; согласовывать движения с музыкой; умеют ходить по канату с мешочком на голове; захватив канат руками над головой, подняться на носки; развивать ловкость и устойчивое равновесие	канат, шурш, мешочки, по два кубика каждому ребенку, маски подвижных игр.	<p>1-я часть <u>Вводная</u> : Построение в две колонны по одному; ходьба по кругу приставным шагом вправо, влево, на пятках, носочках; ходьба и бег по кругу, извинись за руки; перестроение в колонну по одному; перестроение ОРУ: с кубиками.</p> <p>2-я часть: <u>Основные виды движений</u></p> <p>1. Ходьба по по канату, шурш с мешочком на голове.</p> <p>2. Подняться на носки, Захватив канат руками над головой</p> <p><u>Питри</u>: «Пастух и стадо» (под руководством)</p> <p>3-я часть <u>Заключительная</u> : М.п. игра: «Караси и щука»</p>
06.10 №7 10.50-11.15	Цели: Умеют ходить в колонну по одному, бегать по кругу, выполнять ОРУ с кубиками, основные виды движений. Понимают перестроения в три колонны. Умеют перестраиваться в одну три колонны, подлезание под дуги не задевая их, принимают участие в подвижных играх.	обручч, мяч.	<p>1-я часть: <u>Вводная</u>. Построение в колонну по одному; ходьба и бег по кругу, извинись за руки. Ходьба по кругу приставным шагом вправо, влево, на пятках, носочках; перестроение в колонну по одному; ходьба; по сигналу воспитателя перестроение в колонну по два. Ходьба в колонне по два.</p> <p>2-я часть: <u>Основные виды движений</u></p> <p>1. Захватив канат руками над головой подняться на носки.</p> <p>2. Подлезание с колесиком под дуги (высота 40 см).</p> <p><u>П/и</u> : «Котят и Гусята» (под руководством)</p> <p><u>Цели</u>: Слушают правила игры, принимают участие в игре.</p> <p>3-я часть <u>Заключительная</u>: М.п. игра «» Летает – не летает»</p>
07.10 №7 15.30-15.55	Цели: Знают построения в колонну, ходьба на пятках, носках, переходя на бег в спокойном и ритмичном темпе. Умеют навыки держать осанку, по канату, перестраиваться из шеренги в колонну; работать над ритмичностью шага; уметь прыгать через реяки, предметы; перепрыгивание мяча одной рукой друг к другу, стоя в колонне, кругу; ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы	гимнастическая скамейка, канат, мяч, предметы (высота 15 см), обрушка, по 2 флажка каждому ребенку, маски подвижных игр	<p>1-я часть: <u>Вводная</u>: Построение из шеренги в колонну по одному. Ходьба в полу- присяде бег змейкой между предметами. Бег со средней скоростью. Ходьба по канату, руки с флажками в стороны.</p> <p>ОРУ: с флажками</p> <p>2-я часть: <u>Основные виды движений</u></p> <p>1. Прыжки через реяки, предметы (высота 15 см).</p> <p>2. Перепрыгивание мяча одной рукой друг к другу, стоя в колонне, кругу.</p> <p>3. Ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы</p> <p><u>П/и</u>: Меч через сетку (под руководством)</p> <p>3-я часть <u>Заключительная</u>: М.п. игра «Караси и щука»</p>

Методист: 

Инструктор по физической культуре: Жаубаев Д.С.

Циклограмма деятельности детей по физической культуре октября (10.10. 22 г - 14.10.22 г.)

Время	Цель	Атрибуты к игре	Ход урока
10.10 №7 15.30-15.55	Цель: Имеют навыки в ходьбе с перешагиванием через предметы, с выпадами спиной вперед, построение в колонны, соблюдение расстояния, умения размакаться на вытянутые руки вперед. Бег длинной и короткой змейкой с поворотом кругом по сигналу. Построение в две колонны.	канат, предметы (высота 15-20 см), мячи.	1-я часть. <u>Выходная</u> : Построение в колонны, проверка осанки и равновесия. Ходьба с перешагиванием через предметы, с выпадами спиной вперед. Соблюдать расстояние, размакаться на вытянутые руки вперед. Бег длинной и короткой змейкой с поворотом кругом по сигналу. Построение в две колонны.ОРУ с мячом 2-я часть: <u>Основные виды движения</u> : 1. Ходьба по канату приставным шагом. 2. Прыжки через предметы (высота 15-20 см) по прямой на двух ногах. П / и: «Самолеты» (под руководством) 3-я часть <u>Заключительная</u> : И.м.п: «У ребят порядок строгий»
13.10 №7 10.50-11.15	Цель: Знают построения в колонну, ходьбе на пятках, носках, перехода на бег в спокойном и ритмичном темпе. Имеют навыки ходить по канату приставным шагом Умеют прыгать через предметы по прямой на двух ногах; лезть по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек различными способами.	игрушки, предметы (высота 15-20 см), канат, мячи, гимнастическая стенка.	1-я часть. <u>Выходная</u> : Ходьба с перешагиванием через предметы, с выпадами спиной вперед. Построение в колонны, проверка осанки и равновесия. Соблюдать расстояние, размакаться на вытянутые руки в стороны, вперед. Бег длинной и короткой змейкой с поворотом кругом по сигналу. ОРУ с мячом. 2-я часть: <u>Основные виды движения</u> : 1. Прыжки через предметы по прямой на двух ногах 2. Лезанье по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек различными способами 3. Ходьба по канату приставным шагом П / и: «Пожарные на ученье» (под руководством) 3-я часть. <u>Заключительная</u> : И.м.п «Найди пару»
14.10 №7 15.30-15.55	Цель: Знают построения в колонну, ходьбе на пятках, носках, перехода на бег в спокойном и ритмичном темпе. Имеют навыки ходить по канату приставным шагом Умеют прыгать через предметы по прямой на двух ногах; лезть по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек различными способами.	игрушки, предметы (высота 15-20 см), канат, мячи, гимнастическая стенка.	1-я часть. <u>Выходная</u> : Ходьба с перешагиванием через предметы, с выпадами спиной вперед. Построение в колонны, проверка осанки и равновесия. Соблюдать расстояние, размакаться на вытянутые руки в стороны, вперед. Бег длинной и короткой змейкой с поворотом кругом по сигналу. ОРУ с мячом. 2-я часть: <u>Основные виды движения</u> : 1. Прыжки через предметы по прямой на двух ногах 2. Лезанье по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек различными способами 3. Ходьба по канату приставным шагом П / и: «Пожарные на ученье» (под руководством) 3-я часть. <u>Заключительная</u> : И.м.п «Найди пару»

Методист:



Инструктор по физической культуре: Жаубасар Д.С.

Программа деятельности детей по физической культуре октября. (17.10.22 г - 21.10.22 г.)

Время	Цель	Атрибуты к игре	Ход урока
17.10 №7 15.30-15.55	Цель: Дети знают последовательность выполнения движений в ОРУ; названия и правила подвижной игры построение в круг; имеют навыки упражнять в ходьбе по кругу направо, налево, на носочках, пятках, в подпрыжке спокойно, в темпе в передвижении с бегом; ходьба гимнастическим шагом.	мешочки с песком	<p>1-я часть. Вводная: Ходьба друг за другом по кругу направо, налево, на носочках, пятках, в подпрыжке. По сигналу воспитателя ходьба в медленном и в быстром темпе, в чередовании с бегом. Ходьба гимнастическим шагом. Бег с изменением положения рук (вверх, вперед, в сторону, за голову, на пояс). Построение ОРУ: (без предметов)</p> <p>2-я часть: Основные виды движений</p> <p>1. Прыжки в длину с места (расстояние не менее 80 см).</p> <p>2. Метание мешочка в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча с расстояния 3-4 м.</p> <p>Игра: Брось - поймай, «Перебежки» (под руководством)</p> <p>3-я часть. Закрепление: М.г. игра «Капель и шумки»</p>
20.10 №7 10.50-11.15	Цель: умеют прыгать через предметы по прямой на двух ногах, ладить по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек различными способом имеют навыки ходить по канату приставным шагом	Канат, мяч	<p>1-я часть. Вводная: Ходьба друг за другом в кругу ходьба в медленном и в быстром темпе, в чередовании с бегом. Бег с изменением положения рук (вверх, вперед, в сторону, за голову, на пояс). Ходьба гимнастическим шагом. Построение ОРУ без предметов</p> <p>2-я часть: Основные виды движений</p> <p>1. Прыжки через предметы по прямой на двух ногах</p> <p>2. Лазание по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек различными способом</p> <p>3. Ходить по канату приставным шагом</p> <p>Игра: «Пожарные на ученье»</p>
21.10 №7 15.30-15.55	Цель: умеют прыгать через предметы по прямой на двух ногах, ладить по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек различными способом имеют навыки ходить по канату приставным шагом	Канат, мяч	<p>1-я часть. Вводная: Ходьба друг за другом в кругу ходьба в медленном и в быстром темпе, в чередовании с бегом. Бег с изменением положения рук (вверх, вперед, в сторону, за голову, на пояс). Ходьба гимнастическим шагом. Построение ОРУ без предметов</p> <p>2-я часть: Основные виды движений</p> <p>1. Прыжки через предметы по прямой на двух ногах</p> <p>2. Лазание по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек различными способом</p> <p>3. Ходить по канату приставным шагом</p> <p>Игра: «Пожарные на ученье»</p>

Методист:



Инструктор по физической культуре Жаубасар Д.С.

**Циклограмма деятельности детей по физической культуре октября (24.10.22 г - 28.10.22 г.)**

Время	Цель	Атрибуты к игре	
24.10 №7 15.30-15.55	Цель: Знают построения в колонну, ходьбе на пятках, носках, переходе на бег в спокойном и ритмичном темпе. Умеют ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка. Прыжки, чередуя прыжок на двух, одной ноге, продвигаясь вперед.	Гимнастическая скамейка, набивные мячи, ленты.	<p align="center"><b>Ход урока</b></p> <p>1-я часть. Вводная: Ходьба друг за другом в кругу. Обычная ходьба в сочетании с ходьбой спиной вперед, с выполнением задания. Построение в два круга, повороты на месте с прыжком в разные стороны. Бег друг за другом, парами. «Змейкой» не наталкиваясь. Кружиться парами в легком беге и энергично приотпыхивать ногой.</p> <p>ОРУ: с обручами</p> <p>2-я часть: Основные виды движений</p> <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка.</p> <p>2. Прыжки чередуя прыжок на двух, одной ноге, продвигаясь вперед (расстояние 3*4 м).</p> <p>П / в: «С кочки на кочку» (под руководством)</p> <p>3-я часть. Закрепительная: И.м.п.: «Водяной»</p>
27.10 №7 10.50-11.15	Цель: Знают построения в колонну, ходьбе на пятках, носках, переходе на бег в спокойном и ритмичном темпе. Умеют ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка. Прыжки, чередуя прыжок на двух, одной ноге, продвигаясь вперед.	Гимнастическая скамейка, набивные мячи, ленты.	<p>1-я часть. Вводная: Ходьба друг за другом в кругу. Обычная ходьба в сочетании с ходьбой спиной вперед, с выполнением задания. Построение в два круга, повороты на месте с прыжком в разные стороны. Бег друг за другом, парами, «змейкой» не наталкиваясь. Кружиться парами в легком беге и энергично приотпыхивать ногой.</p> <p>ОРУ: с обручами</p> <p>2-я часть: Основные виды движений</p> <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка.</p> <p>2. Прыжки чередуя прыжок на двух, одной ноге, продвигаясь вперед (расстояние 3*4 м).</p> <p>П / в: «С кочки на кочку» (под руководством)</p> <p>3-я часть. Закрепительная: И.м.п.: «Водяной»</p>
28.10 №7 15.30-15.55	Цель: Умеют строиться в два круга, шеренгу, 2-3 колонны, в ходьбе спиной вперед, повороты на месте с прыжком в разные стороны, ходьба с выполнением задания педагога. Умеют навалики ходьбы по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка.	Гимнастическая скамейка, набивные мячи, веревочная лестница, ленты.	<p>1-я часть. Вводная: Ходьба друг за другом в кругу. Обычная ходьба в сочетании с ходьбой спиной вперед, с выполнением задания педагога. Построение в 2 круга, повороты на месте с прыжком в разные стороны. Бег друг за другом, парами, «змейкой»</p> <p>ОРУ: с обручами</p> <p>2-я часть: Основные виды движений</p> <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка.</p> <p>2. Лазание по веревочной лестнице, одинарным способом.</p> <p>Подвижная игра: «С кочки на кочку»</p>

Методист: 

Инструктор по физической культуре: Жаубасар Д.С.

**Циклограмма деятельности детей по физической культуре ноября (31.10.22 г – 04.11.22 г.)**

Время	Цель	Атрибуты к игре	Ход урока
31.10 №7 15.30-15.55	Цель: Знают: построения в шеренгу, колонну, команды педагога во время ходьбы и бега, общеразвивающие упражнения.	Гимнастическая скамейка, мячи	<p>1-я часть. <u>Вводная</u>: Построение. Приветствие.</p> <p><u>Комплексе ОРУ</u> (без предметов)</p> <p>2-я часть: Основные виды движения</p> <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с переключением маленького мяча из правой руки в левую и наоборот, перед собой.</p> <p>2. Перебрасывание мяча двумя руками снизу.</p> <p><u>П/И</u> «Хитрая лиса»</p> <p>3-я часть. <u>Заклочительная</u>: Игра м/п : « Угадай чей голосок »</p>
03.11 №7 10.50-11.15	Цель: Знают: построения в шеренгу, колонну, команды педагога во время ходьбы и бега, общеразвивающие упражнения.	Гимнастическая скамейка, мячи	<p>1-я часть. <u>Вводная</u>: Построение. Приветствие.</p> <p><u>Комплексе ОРУ</u> (без предметов)</p> <p>2-я часть: Основные виды движения</p> <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с переключением маленького мяча из правой руки в левую и наоборот, перед собой.</p> <p>2. Перебрасывание мяча двумя руками снизу.</p> <p><u>П/И</u> «Хитрая лиса»</p> <p>3-я часть. <u>Заклочительная</u>: Игра м/п : « Угадай чей голосок »</p>
04.11 №7 15.30-15.55	Цель: Знают, что занятия физкультурой развивают ловкость и координацию движений. Имеют навыки выполнения игровых упражнений..	Обруч, канат	<p>1-я часть. <u>Вводная</u>: Построение. Приветствие.</p> <p><u>Комплексе ОРУ</u> (без предметов)</p> <p>2-я часть: Основные виды движения</p> <p>1. Прыжки чередуя прыжок на двух, продвигаясь вперед (расстояние 3*4 м).</p> <p>2. Ходить по канату приставным шагом</p> <p><u>П/И</u> « самолеты »</p> <p>3-я часть. <u>Заклочительная</u>: Игра м/п : « какой цвет ?»</p>

Методист:

*Олеф*

Инструктор по физической культуре: Жаубасар Д.С.

**Программа деятельности детей по физической культуре ноября. (07.10.22 г – 11.11.22 г.)**

Время	Цель	Атрибуты к игре	Ход урока
04.11 №7 15.30-15.55	Цель: Умение бегать по гимнастической скамейке, прыгать через предметы, правым и левым боком на двух ногах, продвигаясь вперед, соблюдать правила игры.	Гимнастическая скамейка	I-я Вводная часть: Приглашает детей войти в зал, пройти по кругу, останавливается, перестраивает в шеренгу. Здороваются. Проверяет осанку. Упражнения для разминки II Основная часть: ОРУ 1. Ходьба по гимнастической скамейке 2. Прыжки через предметы, правым и левым боком на двух ногах, продвигаясь вперед. Подвижная игра: « Караси и щука» III. Заключительная часть: Мин игра: игра: « угадай чей голосок»
10.11 №7 10.50-11.15	Цель: Умение бегать по гимнастической скамейке, прыгать через предметы, правым и левым боком на двух ногах, продвигаясь вперед, соблюдать правила игры.	Гимнастическая скамейка	I-я Вводная часть: Приглашает детей войти в зал, пройти по кругу, останавливается, перестраивает в шеренгу. Здороваются. Проверяет осанку. Упражнения для разминки II Основная часть: ОРУ 1. Ходьба по гимнастической скамейке 2. Прыжки через предметы, правым и левым боком на двух ногах, продвигаясь вперед. Подвижная игра: « Караси и щука» III. Заключительная часть: Мин игра: игра: « угадай чей голосок »
11.11 №7 15.30-15.55	Цель: Знать построения в колонну, ходьба на пятках, носках, переходи на бег в спокойном и ритмичном темпе, соблюдать правила игры. Умение бегать по гимнастической скамейке с рюкзакom на спине; подлезать под шнур, не касаясь руками пола.	Мешочки с песком, гимнастическая скамейка,	Вводная часть: виды ходьбы на носочках, на пятках, синхронно поднимая бедра. Выполнение бега, боковые прыжки, подскоки ОРУ с мячом 1. Бег по гимнастической скамейке с рюкзаком на спине. 2. Подлезание под шнур не касаясь руками пола. Подвижная игра «Сделай фигуру» Цель: Бегать в раскляпную, менять движение по сигналу, сохранять не подвижную форму Заключительная часть: упражнения на дыхание « угадай чей голосок »

Методист:



Инструктор по физической культуре: Жаубасар Д.С.



Циклограмма деятельности детей по физической культуре ноября (21.11, 22 г - 25.11.22 г.)

Время	Цель	Атрибуты к игре	Ход урока
21.11 №7 15.30-15.55	Умеют бросить мяч о стену и ловить его двумя руками после отскока от пола; развивать технику прыжка на правой ноге между предметами.	Мяч	I-я Вводная часть: Приглашает детей войти в зал, пройти по кругу, останавливает, перестраивает в шеренгу. Задоровается. Проверяет осанку. Упражнения для разминки II Основная часть: ОРУ 1. Бросать мяч о стену и ловить его 2. прыжка на правой ноге между предметами. Подвижная игра: « Карсыя и шукя » III. Заключительная часть: М/п игра: игра: « угадай чей голосок »
24.11 №7 10.50-11.15	Умеют влезать на наклонную лесенку, не пропуская реек; совершенствовать умение бросать мяч о стену и ловить двумя руками после отскока от пола.	Мяч	I-я Вводная часть: Приглашает детей войти в зал, пройти по кругу, останавливает, перестраивает в шеренгу. Задоровается. Проверяет осанку. Упражнения для разминки II Основная часть: ОРУ 1. Влезать на наклонную лесенку, не пропуская реек 2. Бросать мяч о стену и ловить его Подвижная игра: « Хитрая лиса » III. Заключительная часть: М/п игра: игра: « угадай чей голосок »
25.11 №7 15.30-15.55	Цель: Знают построения в колонну, ходьбе на пятках, носках, переходя на бег в спокойном и ритмичном темпе, соблюдать правила игры. Умеют ходить по канату боком; продолжать учить умение влезать на наклонную лесенку не пропуская реек.	Гимнастическая скамейка, мяч	Вводная часть: виды ходьбы на носочках, на пятках, свысоким поднимаясь бедро. Выполнение бега, боковые прыжки, подскоки ОРУ с мячом 1. Ходить по канату боком 2. Влезать на наклонную лесенку, не пропуская реек Подвижная игра: « Хитрая лиса » Цель: бегать в раскатынную, менять движение по сигналу, сохранять не подвижную форму Заключительная часть: упражнения на дыхание « угадай чей голосок »

Методист:

Инструктор по физической культуре: Жаубасар Д.С.

Циклограмма деятельности детей по физической культуре ноябрь (28.11.22 г - 02.12.22 г.)

Ход урока

Время	Цель	Атрибуты к игре	
28.11 №7 15.30-15.55	Умеют прыгать на левой ноге между предметами; умеют ходить по канату боком.	Канат	<p>I-я Вводная часть: Приглашает детей войти в зал, пройти по кругу, останавливает, перестраивает в шеренгу. Загорается. Проверяет осанку. Упражнения для разминки</p> <p>II Основная часть:</p> <p>ОРУ</p> <p>1. Прыгать на левой ноге между предметами</p> <p>2. Ходить по канату боком</p> <p>Подвижная игра: « Кто быстрее »</p> <p>III. Заключительная часть: М/п игра: игра: « день и ночь »</p>
01.12 №7 10.50-11.15	Умеют метать мешочки с песком; продолжить уметь прыгать на левой ноге между предметами.	Мешочек	<p>I-я Вводная часть: Приглашает детей войти в зал, пройти по кругу, останавливает, перестраивает в шеренгу. Загорается. Проверяет осанку. Упражнения для разминки</p> <p>II Основная часть:</p> <p>ОРУ</p> <p>1. Метать мешочки с песком;</p> <p>2. Прыгать на левой ноге между предметами.</p> <p>Подвижная игра: « Кто быстрее »</p> <p>III. Заключительная часть: М/п игра: игра: « угадай чей голосок »</p>
02.12 №7 15.30-15.55	Знают построения в колонну, ходьбу на пятках, носках, переходе на бег в спокойном и ритмичном темпе, соблюдать правила игры. Умеют ходить по канату боком; умеют влезать на наклонную лесенку не пропуская реек.	канат	<p>Вводная часть: Игры ходьбы на носочках, на пятках, связным ползанием бедра.</p> <p>Выполнение бегов, боковые прыжки, подскоки</p> <p>ОРУ с мячом</p> <p>1. Ходить по канату боком;</p> <p>2. Влезать на наклонную лесенку не пропуская реек.</p> <p>Подвижная игра: « Хитрая лиса »</p> <p>Цель: Бегать в расставленную, менять движение по сигналу, сохранять неподвижную форму</p> <p>Заключительная часть: упражнения на дыхание « угадай чей голосок »</p>

Методист:

*Олеся*

Инструктор по физической культуре: Жайбасар Д.С.

Циклограмма деятельности детей по физической культуре ноября (09.11.22 г - 09.12.22 г.)

Ход урока

Время	Цель	Атрибуты к игре	
<p><b>09.12</b> <b>№7</b> <b>15.30-15.55</b></p>	<p>Умеют прыгать на левой ноге между предметами; умеют ходить по канату боком.</p>	<p>Канат</p>	<p>I-я Вводная часть: Приглашает детей войти в зал, пройти по кругу, останавливается, перестраивает в шеренгу. Здороваются. Проверяет осанку. Упражнения для разминки II Основная часть: ОРУ</p>
<p><b>09.12</b> <b>№7</b> <b>10.50-11.15</b></p>	<p>Умеют метать мешочки с песком; продолжить умение прыгать на левой ноге между предметами.</p>	<p>Мешочек</p>	<p>I-я Вводная часть: Приглашает детей войти в зал, пройти по кругу, останавливается, перестраивает в шеренгу. Здороваются. Проверяет осанку. Упражнения для разминки II Основная часть: ОРУ</p>
<p><b>09.12</b> <b>№7</b> <b>15.30-15.55</b></p>	<p>Знают построения в колонну, ходьбе на пятках, носках, пересхода на бег в спокойном и ритмичном темпе, соблюдать правила игры. Умеют ходить по канату боком; умеют влезать на наклонную лесенку не пропуская реек.</p>	<p>канат</p>	<p>Вводная часть: виды ходьбы на носочках, на пятках, связками поднимаем бедра. Выполнение бега, боковые прыжки, полскоки ОРУ с мячом 1. Ходить по канату боком; 2. Влезать на наклонную лесенку не пропуская реек. Подвижная игра. « Хитрая лиса » Цель: бегать в раскляную, менять движение по сигналу, сохранять не подвижную форму Заключительная часть: упражнения на дыхание « угадай чей голосок »</p>

Методист:

Инструктор по физической культуре: Жаубасар Д.С.