

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының 01.09-03.09.2021 оқу жылына циклограммасы бірінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҮОК	Мақсат ҮОК	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 02.09 9.10-9.30 03.09 9.10-9.30	Менің балабақшам	1. Сапта бір-бірлеп жүру және жүгіру. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру. Сызықтар арасымен (15 см арақашықтық) тепе-теңдікті сақтап жүру. 2. Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен, секірумен кезектестіру. Сызықтар арасымен (15 см арақашықтық) жүру. Допты тура бағытта домалату.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 02.09 9.35-9.55 03.09 9.35-9.55	Менің балабақшам	1. Сапта бір-бірлеп жүру және жүгіру. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру. Сызықтар арасымен (15 см арақашықтық) тепе-теңдікті сақтап жүру. 2. Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен, секірумен кезектестіру. Сызықтар арасымен (15 см арақашықтық) жүру. Допты тура бағытта домалату.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 01.09 16.05-16.30	Менің балабақшам	Мақсаты: денешынықтару сабақтарына қызығушылықтарын қалыптастыру. Міндеттері: балаларға саптағы орнын табуды үйрету. Бір орында тұрып жоғары секіруге үйрету, бір мезетте екі аяғымен еденнен серпіліп секіру қабілетін дамыту. Кішірейтілген алаңда жүруге жаттықтыру, тепе-теңдік сақтау қабілетін дамыту. Мақсаты: денешынықтару сабақтарына қызығушылықтарын қалыптастыру. Міндеттері: балаларға саптағы орнын табуды үйрету. Бір орында тұрып жоғары секіруге үйрету, бір мезетте екі аяғымен еденнен серпіліп секіру қабілетін дамыту. Кішірейтілген алаңда жүруге жаттықтыру, тепе-теңдік сақтау қабілетін дамыту.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№12 02.09 10.00-10.25	Менің балабақшам	Мақсаты: денешынықтару сабақтарына қызығушылықтарын қалыптастыру. Міндеттері: балаларға саптағы орнын табуды үйрету. Бір орында тұрып жоғары секіруге үйрету, бір мезетте екі аяғымен еденнен серпіліп секіру қабілетін дамыту. Кішірейтілген алаңда жүруге жаттықтыру, тепе-теңдік сақтау қабілетін дамыту. Мақсаты: денешынықтару сабақтарына қызығушылықтарын қалыптастыру. Міндеттері: балаларға саптағы орнын табуды үйрету. Бір орында тұрып жоғары секіруге үйрету, бір мезетте екі аяғымен еденнен серпіліп секіру қабілетін дамыту. Кішірейтілген алаңда жүруге жаттықтыру, тепе-теңдік сақтау қабілетін дамыту.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

<p>02.09 10.45-11.15 03.09 15.30-16.00</p>	<p>Менін балабакшам</p>	<p>Тақырып: Осыған дейін үйренген қимыл қозғалыс дағдылары мен шеберлік терін жетілдіру. Мақсаты:Балалардың бұрын қалыптасқан дене шынықтыру дағдылары мен шеберліктерін бақылау және бекіту. Тақырып: Орташа қарқынмен жүгірудің жоғары лақтыру техникасының дағдысын жетілдіру. Мақсаты:Бұрын қалыптасқан дене дағдылары мен шеберліктерін жетелдіру, бастапқы бақылауға диагностика жасау үшін балардың шеберлік және дағды дейгейін бақылау</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Дөңгір, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 03.09 16.05-16.35</p>	<p>Менін балабакшам</p>	<p>Тақырып: Осыған дейін үйренген қимыл қозғалыс дағдылары мен шеберлік терін жетілдіру. Мақсаты:Балалардың бұрын қалыптасқан дене шынықтыру дағдылары мен шеберліктерін бақылау және бекіту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Дөңгір, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№7 01.09 15.30-16.00 02.09 11.20-11.50</p>	<p>Мой детский сад</p>	<p>Цель: формирование у детей чувства привязанности, любви к детскому саду, детям, взрослым и развитию интереса к совместной деятельности. I. Учить сохранению равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке, метанию мяча вдаль из-за головы правой и левой рукой. Упражнять в построении в колонну, ходьбе на пятках, носках, переходя на бег в спокойном, ритмичном темпе. Воспитывать коммуникабельность, интерес к занятию. ПИИ «Лошадки»</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба,бег ОРУ Оснaвные упражнение Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи, спортивные палки, разные принадлежности</p>

Тексерілген күні: 31.08.2021 м.

Әдіскердің қолы: 

Күні Тобы	Тақырып ҮОК	Мақсат ҮОК	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 07.09 9.35-9.55 09.09 9.10-9.30 10.09 9.10-9.30	Менің достарым	1. Біркалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүру және жүгіру. Құрсаудан еңбектеп оту. Заттар арасымен доптарды, құрсауларды домалату. 2. Сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүру және жүгіру. Заттар арасымен доптарды, құрсауларды домалату. 8 м дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу. 3. Түрлі тапсырмалармен жүгіру: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіру. 8 м дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу. 1,5 м қашықтықтан тігінен нысанға дәлдеп лақтыру.	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 07.09 9.10-9.30 09.09 9.35-9.55 10.09 9.35-9.55	Менің достарым	1. Біркалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүру және жүгіру. Құрсаудан еңбектеп оту. Заттар арасымен доптарды, құрсауларды домалату. 2. Сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүру және жүгіру. Заттар арасымен доптарды, құрсауларды домалату. 8 м дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу. 3. Түрлі тапсырмалармен жүгіру: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіру. 8 м дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу. 1,5 м қашықтықтан тігінен нысанға дәлдеп лақтыру.	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 06.09 15.30- 16.00 07.09 10.30- 10.55 08.09 16.05- 16.30	Менің достарым	Мақсаты: баланың қозғалыс қабілеті мен үйлесімділігін дамыту. Міндеттері: бір орында қос аяқтап және бір аяқтап секіру, қол мен аяқтың қозғалысын үйлестіру қабілетін дамыту. Ырғақпен адымлау және сапта жүріп бара жатқанда педагогтің белгісі бойынша бағытын өзгерту қабілетін дамыту. Алақаны мен тізесіне сүйеніп түрлі бағытта еңбектеуге жаттықтыру, бірбірімен соқтығыспай, айналып кету қабілетін нығайту. Ептілікке баулу, қимылдарын үйлестіруге және спортзал ішінде кеңістікті бағдарлауға үйрету. Жинақылық пен дербестікке тәрбиелеу. Мақсаты: секіру және допты домалату дағдыларын дамыту. Міндеттері: өкшемен отырып, бір-біріне допты домалату, көзбен олшеу, доптың бағытын сақтау қабілетін дамыту. Бір орында қос аяқтап және бір аяқтап секіруді жаныастыру, секірген кезде тізесін аздап бүгіп, аяқтарын бірге және бөлек қою қабілетін нығайту. Залда әртүрлі бағытта жүріп жаттығу, ол және сол жақтан заттарды айналып оту қабілетін жетілдіру. Дене шынықтыру сабақтарына қатысты ол көзқарас қалыптастыруды жаныастыру. Таза ауада. Мақсаты: организмнің функционалдық мүмкіндіктерін дамыту.	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		<p>Міндеттері: организмнің функционалдык мүмкіндіктерін арттыруға ықпал ету. Ойынның шарттарына қарай шеңберге және сапка тұру қабілетін нығайтуды жалғастыру. Спорт алаңының бір жағынан қарама-қарсы жағына қарай жүгіріп өту қабілетін жетілдіру. Статикалық тепе-теңдікті сақтау қабілетін қалыптастыру. Ептілік, шапшаң әрекет ету қабілеті мен зейінін дамыту.</p> <p>Педагогтің айтқандарын тыңдау, оның көрсеткендерін мұқият деп қоюға үйрету, өз қимылдарын өзге балалармен келісіп жасауға үйрету. Мейірімділікке тәрбиелеу.</p>			
<p>№12 06.09 16.00- 16.25 07.09 10.00- 10.25 09.09 10.00- 10.25</p>	<p>Менің достарым</p>	<p>Максаты: баланың қозғалыс қабілеті мен үйлесімділігін дамыту.</p> <p>Міндеттері: бір орында қос аяқтап және бір аяқтап секіру, қол мен аяқтың қозғалысын үйлестіру қабілетін дамыту. Бір-бірімен адымдау және сапта жүріп бара жатқанда педагогтің белгісі бойынша бағытын өзгерту қабілетін дамыту. Алақаны мен тізесіне сүйеніп түрлі бағытта еңбектеуге жаттықтыру, бірбірімен соқтығыспай, айналып кету қабілетін нығайту. Ептілікке баулу, қимылдарын үйлестіруге және спортзал ішінде кеңістікті бағдарлауға үйрету. Жинақылық пен дербестікке тәрбиелеу.</p> <p>Максаты: секіру және допты домалату дағдыларын дамыту.</p> <p>Міндеттері: өкшемен отырып, бір-біріне допты домалату, көзбен өлшеу, доптың бағытын сақтау қабілетін дамыту. Бір орында қос аяқтап және бір аяқтап секіруді жалғастыру, секірген кезде тізесін аздап бүгіп, аяқтарын бірге және бөлек қою қабілетін нығайту. Залда әртүрлі бағытта жүріп жаттығу, оң және сол жақтағы заттарды айналып өту қабілетін жетілдіру. Дене шынықтыру сабақтарына қатысты оң көзқарас қалыптастыруды жалғастыру.</p> <p>Таза ауада.</p> <p>Максаты: организмнің функционалдык мүмкіндіктерін дамыту.</p> <p>Міндеттері: организмнің функционалдык мүмкіндіктерін арттыруға ықпал ету. Ойынның шарттарына қарай шеңберге және сапка тұру қабілетін нығайтуды жалғастыру. Спорт алаңының бір жағынан қарама-қарсы жағына қарай жүгіріп өту қабілетін жетілдіру. Статикалық тепе-теңдікті сақтау қабілетін қалыптастыру. Ептілік, шапшаң әрекет ету қабілеті мен зейінін дамыту.</p> <p>Педагогтің айтқандарын тыңдау, оның көрсеткендерін мұқият деп қоюға үйрету, өз қимылдарын өзге балалармен келісіп жасауға үйрету. Мейірімділікке тәрбиелеу.</p>	<p>Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

<p>№2 07.09 11.00- 11.30 10.09 15.30- 16.00</p>	<p>Менің достарым</p>	<p>Тақырып: Бұрын қалыптасқан қимыл-қозғалыс дағдыларын бекіту. Мақсаты: бақтапқы бақылауға диагностика жасау үшін балалардың бұрын қалыптасқан қимыл қозғалыс дағдылары мен шеберліктері деңгейін бақылау Тақырып: Бақылау тексеру ұйымдастырылған оқу қызметі. Мақсаты: Балалардың дене дайындығын және қалыптасқан шеберлігінің деңгейін анықтау</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 07.09 11.35- 12.05 09.09 10.45- 11.15 10.09 16.05- 16.35</p>	<p>Менің достарым</p>	<p>Тақырып: Бұрын қалыптасқан қимыл-қозғалыс дағдыларын бекіту. Мақсаты: бақтапқы бақылауға диагностика жасау үшін балалардың бұрын қалыптасқан қимыл қозғалыс дағдылары мен шеберліктері деңгейін бақылау Тақырып: Бақылау тексеру ұйымдастырылған оқу қызметі. Мақсаты: Балалардың дене дайындығын және қалыптасқан шеберлігінің деңгейін анықтау Тақырып: «Гимнастикалық орындақта ішпен еңбекте.» Мақсаты: Балаларда қимыл қозғалыс белсенділігі мен күш сапасын дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№7 06.09 11.20- 11.50 08.09 15.30- 16.00</p>	<p>Мои друзья</p>	<p>1. Учить, бросанию и ловля мяча не прижимая к груди, прыжком на двух ногах из обруча в обруч. Закреплять умение действовать по звуковому сигналу. Воспитывать коммуникабельность, интерес к занятию. ПМ «Кто лучше прыгнет» Учить прыжком с зажатым мячом между ног; закрепить перебрасывание мяча друг другу. Воспитывать коммуникабельность, интерес к занятию. Предлагает ПМ «Точно в цель»</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Оснвные упражнения Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи, спортивные налки, разные приятствие</p>

Тексерілген күні: 3.09 2021 жж

Әдіскердің қолы:




Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 13.09-17.09.2021 оқу жылына циклограммасы үшінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Мақсат ҰОҚ	Әдістемелік кабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 14.09 9.35-9.55 16.09 9.10-9.30 17.09 9.10-9.30	Менің сүйікті ойындарым және ойыншықтары м	1. 1-1,5 минут ішінде баяу қарқынмен үздіксіз жүгіру. 1.5м кашықтықтан тігінен нысанаға дәлдеп лақтыру. Табан мен алақанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу. 2. Кіші және үлкен қадаммен жүру және жүгіру. Табан мен алақанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу. Гимнастикалық кабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. 3. Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру. Гимнастикалық кабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру-жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 14.09 9.10-9.30 16.09 9.35-9.55 17.09 9.35-9.55	Менің сүйікті ойындарым және ойыншықтары м	1. 1-1,5 минут ішінде баяу қарқынмен үздіксіз жүгіру. 1.5м кашықтықтан тігінен нысанаға дәлдеп лақтыру. Табан мен алақанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу. 2. Кіші және үлкен қадаммен жүру және жүгіру. Табан мен алақанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу. Гимнастикалық кабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. 3. Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру. Гимнастикалық кабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру-жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 13.09 15.30-15.55 14.09 10.30-10.55 15.09 16.05-16.30	Менің сүйікті ойындарым және ойыншықтары м	1.Мақсаты: допты домалата білу және тізерлеп жүру дағдыларын дамыту. Міндеттері: өкшемен отырып, допты бір-біріне домалату қабілетін жетілдіру (кашықтық – 2 метр), допты кашықтыққа қарай итеру қабілетін дамыту. 6 метр кашықтықта алақаны мен тізесіне сүйеніп түрлі бағытта еңбектеуге жаттықтыру, бірбірімен соқтығыспай айналып кету қабілетін нығайту. Организмнің жалпы шыдамдылық қабілетін, ептілік пен үйлестіру қабілетін дамыту. Экологиялық мәдениетке тәрбиелеу, қоршаған ортаны эстетикалық тұрғыдан қабылдауға үйрету. 2.Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау, қозғалыс үйлесімділігі дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: еденге тасталған түзу жіптің бойымен жүру, тепе-теңдікті сақтауға үйрету, дұрыс жүру рефлексін қалыптастыру. Алақандары мен тізесін тіреп еңбектеген кезде қолдары мен аяқтарының қозғалысын үйлестіре білу қабілетін нығайту. Ырғақпен секіріп жаттығу – аяқтарын бірге және бөлек-бөлек қою, қолдарын басынан жоғары көтеріп шапалақтау. Үйлестіру қабілетін дамыту, тозімділікке баулу. Қоршаған ортаның сұлулығын көре білуге, оған қайырымды болуға тәрбиелеу.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру-жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		<p>3. Таза ауада. Мақсаты: көтеріңкі заттың үстімен жүру, секіру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: организмнің функционалдық мүмкіндіктерін арттыруға ықпал ету, демін ірікпей, еркін тыныстау қабілетін дамытуды жалғастыру. Ойынның шарттарына қарай шеңберге және сапқа тұру қабілетін нығайтуды жалғастыру. Биіктегі тіреуде жүрген кезде дене сымбатын сақтап, дұрыс жүру қабілетін қалыптастыру. Дене сымбатының бұзылуының алдын алу. Алға қарай секіріп жылжыған кезде бір уақытта қос аяқтап серпіле секіру және жерге жартылай бүгілген аяқтың ұшымен түсу қабілетін нығайту. Педагогтің айтқандарын тыңдау, оның көрсеткендерін мұқият ден қоюға үйрету, өз қимылдарын өзге балалармен келісіп жасауға үйрету. Ептілік, шапшаң әрекет ету қабілеті мен зейінін дамыту. Бір-біріне қайырымды болуға тәрбиелеу.</p>			
<p>№12 13.09 16.00-16.25 14.09 10.00-10.25 16.09 10.00-10.25</p>	<p>Менің сүйікті ойындарым және ойыншықтарым</p>	<p>1. Мақсаты: допты домалата білу және тізерлеп жүру дағдыларын дамыту. Міндеттері: оқшамен отырып, допты бір-біріне домалату қабілетін жетілдіру (қашықтық – 2 метр), допты қашықтыққа қарай итеру қабілетін дамыту. 6 метр қашықтықта алақаны мен тізесіне сүйеніп түрлі бағытта еңбектеуге жаттықтыру, бірбірімен соқтығыспай айналып кету қабілетін нығайту. Организмнің жалпы шыдамдылық қабілетін, ептілік пен үйлестіру қабілетін дамыту. Экологиялық мәдениетке тәрбиелеу, қоршаған ортаны эстетикалық тұрғыдан қабылдауға үйрету. 2. Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау, қозғалыс үйлесімділігі дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: еденге тасталған тұзу жіптің бойымен жүру, тепе-теңдікті сақтауға үйрету, дұрыс жүру рефлексін қалыптастыру. Алақандары мен тізесін тіреп еңбектеген кезде қолдары мен аяқтарының қозғалысын үйлестіре білу қабілетін нығайту. Ырғақпен секіріп жаттығу – аяқтарын бірге және бөлек-бөлек қою, қолдарын басынан жоғары көтеріп шапалақтау. Үйлестіру қабілетін дамыту, төзімділікке баулу. Қоршаған ортаның сұлулығын көре білуге, оған қайырымды болуға тәрбиелеу. 3. Таза ауада. Мақсаты: көтеріңкі заттың үстімен жүру, секіру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: организмнің функционалдық мүмкіндіктерін арттыруға ықпал ету, демін ірікпей, еркін тыныстау қабілетін дамытуды жалғастыру. Ойынның шарттарына қарай шеңберге және сапқа тұру қабілетін нығайтуды жалғастыру. Биіктегі тіреуде жүрген кезде дене сымбатын сақтап, дұрыс жүру қабілетін қалыптастыру. Дене сымбатының бұзылуының алдын алу. Алға қарай секіріп жылжыған кезде бір уақытта қос аяқтап серпіле секіру және жерге жартылай бүгілген аяқтың ұшымен түсу қабілетін нығайту. Педагогтің айтқандарын тыңдау, оның</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		көрестендерін мұқият деп қанаға үйрету, өз қимылдарын өзге балалармен келісіп жасауға үйрету. Ептілік, шапшаң әрекет ету қабілеті мен зейінін дамыту. Бір-біріне қайырымды болуға тәрбиелеу.			
№2 14.09 11.00-11.30 16.09 10.45-11.15 17.09 15.30-16.00	Менің сүйікті ойындарым және ойыншықтары м	Тақырып: «Басына қапшық қойып, арқанмен жанына аяқты алшақ басып жүру.» Мақсаты: Қозғалу мен тепе-теңдікті үйлестіру, ептілік пен күш сапасын жетілдіру. Тақырып: «Гимнастикалық орындармен жүру.» Мақсаты: гимнастикалық орындарда жаттығу жасау кезінде тұрақты тепе-теңдікті қалыптастыру, секіру және обручке ормелеген кезде топтасу дағдыларын жетілдіреді Тақырып: «Обручке топтасып бүйірмен кіру және заттар арасымен секіру.» Мақсаты: топтасу және обручке кіру дағдысын қалыптастыру, жаттығуларды орындау	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№13 14.09 11.35-12.05 17.09 16.05-16.35	Менің сүйікті ойындарым және ойыншықтары м	Тақырып: «Басына қапшық қойып, арқанмен жанына аяқты алшақ басып жүру.» Мақсаты: Қозғалу мен тепе-теңдікті үйлестіру, ептілік пен күш сапасын жетілдіру. Тақырып: «Гимнастикалық орындармен жүру.» Мақсаты: гимнастикалық орындарда жаттығу жасау кезінде тұрақты тепе-теңдікті қалыптастыру, секіру және обручке ормелеген кезде топтасу дағдыларын жетілдіреді	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№7 13.09 11.20-11.50 15.09 15.30-16.00 16.09 11.20-11.50	Любимые игры и игрушки	1. Учить прыжкам с зажатым мячом между ног; лазанию по наклонной лесенке на четвереньках. Закрепить перебрасывания мяча друг другу. Воспитывать коммуникабельность, интерес к занятию П/И «Волк и зайцы» 2. Учить сохранению равновесия при ходьбе с перешагиванием через предметы. Произвольно прыгать из обруча в обруч. П/И «Найди себе пару» 3. На воздухе. Совершенствовать метание мешочка на дальность, развивать ловкость, равновесие. П.И. «Кто дальше»	Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Оснaвные упражнения Игра	Игровая технология, Здоровосберегающие технологии	Мячи, спортивные палки, разные препятствие

Тексерілген күні: 10.09.2021 м

Әдіскердің қолы: 

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серіккызының 20.09-24.09.2021 оқу жылына циклограммасы төртінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҮОҚ	Мақсат ҮОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 21.09 9.35-9.55 23.09 9.10-9.30 24.09 9.10-9.30	Жиһаз	1. Сапта бір-бірімен жүру, жүруді басқа қимылдармен кезектестіру. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру. Дөпті екі қолымен бастан асыра келергі арқылы лақтыру. 2. Сапка тұру, сапка құрылымын өзгертіп қайта тұру. Дөпті екі қолымен бастан асыра келергі арқылы лақтыру. 50 см жоғары көтерілген арканның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. 3. Тізені жоғары көтеріп жүру мен жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арканның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. Басқа қап киіп, заттарды аттап өту, бұрылу.	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Дөптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 21.09 9.10-9.30 23.09 9.35-9.55 24.09 9.35-9.55	Жиһаз	1. Сапта бір-бірімен жүру, жүруді басқа қимылдармен кезектестіру. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру. Дөпті екі қолымен бастан асыра келергі арқылы лақтыру. 2. Сапка тұру, сапка құрылымын өзгертіп қайта тұру. Дөпті екі қолымен бастан асыра келергі арқылы лақтыру. 50 см жоғары көтерілген арканның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. 3. Тізені жоғары көтеріп жүру мен жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арканның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. Басқа қап киіп, заттарды аттап өту, бұрылу.	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Дөптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 20.09 15.30-15.55 21.09 10.30-10.55 22.09 16.05-16.30	Жиһаз	1. Мақсаты: арқанмен жүру және дөптарды домалату дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: ойындардың көмегімен балалардың қозғалыс тәжірибесін байыту, белсенді демалуға дағдыландыру. Қозғалыс бағытын сақтай отырып, бір-бірден сапта жүгіру қабілетін жетілдіру Еденге тасталған түзу жіптің бойымен жүруге үйретуді жалғастыру, жіпті бойлай жүрген кезде басты дұрыс ұстау қабілетін дамыту, дене сымбатының бұзылуының алдын алу. Дөптарды кез келген бағыттарға домалатуға жаттықтыру, дөпті саусақтардың көмегімен қатты итеру қабілетін дамыту, саусақтар моторикасын дамыту. Организмнің жалпы тозымділігін, еңгілігін, үйлестіру қабілетін дамыту. Бір-біріне қайырымды болуға тәрбиелеу. 2. Мақсаты: секіру және еңбектеу дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: секіру жаттығуларын үйрету. Бір аяқ алда, екіншісі	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Дөптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		<p>артта. Қолдарды шынайы қимылдатып, жеңіл әрі ритмге сай, сипаттан шықпай жүгіру. Қолыныс бағытын сиктай отырып төрт аяқтан еңбектеуге үйретуді жалғастыру.</p> <p>Организмнің жалпы төзімділігін, үйлестіру қабілетін дамыту. Дүниеге жағымды көзқарастен қарауға тәрбиелеу, жинақылыққа баулу.</p> <p>3 Тап алуада.</p> <p>Мақсаты: велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: велосипедпен тура бағытта жүруге үйрету. Секірген кезде аяқтарды көкеекен ауыстыруды үйретуді жалғастыру (бір аяқ алда, екіншісі – артта). Қиырайтіннен алаңда жүргенде тұрақты тепе-теңдік сақтау жаттығуларын жасау, дене сымбатынан бұйылуынан алдын алу. Педагогтің түсіндірмелерін мүқият тыңдау қабілетін қалыптастыру, оның көрсеткендерін мүқият есте сақтауға үйрету.</p> <p>Организмнің жалпы төзімділігін, үйлестіру қабілетін дамыту. Ден сау, салмақты әрі әлемі бояуға деген құшарлыққа баулу.</p>
<p>№12 20.09 16.00-16.25 21.09 10.00-10.25 23.09 10.00-10.25</p>	<p>Жауап</p>	<p>1 Мақсаты: арқанмен жүру және доптарды домалату дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: ойындардың көмегімен балалардың қолыныс тәжірибесін байыту, белсенді демалуға дағдыландыру. Қолыныс бағытын сиктай отырып, бір-бірден санға жүгіру қабілетін жетілдіру.</p> <p>Еденге тасталған түзу жіптің бойымен жүруге үйретуді жалғастыру, жіпті бойлай жүрген кезде басты дұрыс ұстау қабілетін дамыту, дене сымбатынан бұйылуынан алдын алу.</p> <p>Доптарды көт келген бағыттарға домалатуға жаттықтыру, допты сауасактардың көмегімен қатты итеру қабілетін дамыту, сауасактар моторикасын дамыту. Организмнің жалпы төзімділігін, сиптілігін, үйлестіру қабілетін дамыту. Бір-біріне қайырамына болуға тәрбиелеу.</p> <p>2. Мақсаты: секіру және еңбектеу дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: секіру жаттығуларын үйрету. Бір аяқ алда, екіншісі артта. Қолдарды шынайы қимылдатып, жеңіл әрі ритмге сай, сипаттан шықпай жүгіру. Қолыныс бағытын сиктай отырып төрт аяқтан еңбектеуге үйретуді жалғастыру.</p> <p>Организмнің жалпы төзімділігін, үйлестіру қабілетін дамыту. Дүниеге жағымды көзқарастен қарауға тәрбиелеу, жинақылыққа баулу.</p> <p>3 Тап алуада.</p> <p>Мақсаты: велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру.</p>

<p>Сапа түргәу, сәлемдәу! Журу, жүгіру, ЖДЖ Негизги жаптыгулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Дөңгә, спорттық таякшалар, шығаршык, әртүрлі кедергілер</p>

		Монеттер, пелюскине мен тура багытта жүрүсө үйрөтө. Сөөргөн көчкө аяктарына кетектен аударууна үйрөтүл жаттастыруу (бир аяк алды, екінчиси – артта) Кичирейтилген аякка жүрсөңө туракты тене-теңдик сактау жаттыгууларын жасашуу, дене сымбатанып бушудууна алдын алуу. Педагогтин түсіндиргендерин мүнөптү тандуу кабилетин калыптастыруу, ошон көрсөткөндөрүн мүнөптү есте сактауга үйрөтүү. Организмдин жалпы төзүмдүүлүгүн, үйлөстүрүү кабилетин дамытуу. Ден саяу, салауатты эри эдеми болууга деген күштарлыкка баулуу.			
№2 21.09 11.00-11.30 17.09 15.30-16.00	Жиһаз	Такырып: «Сапта тұрып,допты өкі колмен кеудеден лактыруу.» Мақсаты: спорттык ойын элементтері аркылы денені шынықтыру дагдыларын дамыту. Такырып: «Допты алып жүрү және лактыру.» Мақсаты: спорттык ойын элементтерін орындау шеберлігін дамыту,бау аркылы секіру дагдыларын жетілдіру Такырып: «Кедергілер аркылы енбектеу.» Мақсаты:дене шынықтыру жаттыгууларын орындау кезінде күш сапасын,козғалысты және козғалыс үйлөсімділігін дамыйды.	Сапка тұрығызу, сәлемдесу! Жүрү,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттыгуулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сактау технологиясы	Доптар, спорттык таякшалар, шыгыршык, эртүрлі кедергілер
№13 21.09 11.35-12.05 23.09 10.45-11.15 24.09 16.05-16.35	Жиһаз	Такырып: «Сапта тұрып,допты өкі колмен кеудеден лактыруу.» Мақсаты: спорттык ойын элементтері аркылы денені шынықтыру дагдыларын дамыту. Такырып: «Допты алып жүрү және лактыру.» Мақсаты: спорттык ойын элементтерін орындау шеберлігін дамыту,бау аркылы секіру дагдыларын жетілдіру Такырып: «Кедергілер аркылы енбектеу.» Мақсаты:дене шынықтыру жаттыгууларын орындау кезінде күш сапасын,козғалысты және козғалыс үйлөсімділігін дамыйды	Сапка тұрығызу, сәлемдесу! Жүрү,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттыгуулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сактау технологиясы	Доптар, спорттык таякшалар, шыгыршык, эртүрлі кедергілер
№7 20.09 11.20-11.50 22.09 15.30-16.00	Мебель	1.Учить хождению по гимнастической скамейке, с перешагиванием через предметы: прыжком через рейки, шнуры, предметы; закрепить бег со средней скоростью П/И «Мы веселые ребята» 2.Учить прыжком через рейки, предметы; перебрасывание мяча одной рукой друг к другу, стоя в колонне, кругу; закреплять-ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы П/И «Мяч в корзине»	Здравствуйте! Ходьба,бег ОРУ Оснавные упражнения Игра	Игровая технология, Здоровосберегающие технологии	Мячи, спортивные палки, разные припятствие

Тексерілген күні: 17.09.2021ж.

Әдіскердің колы: Кусей

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 27.09-01.10.2021 оқу жылына циклограммасы бірінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Мақсат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 28.09 9.35-9.55 30.09 9.10-9.30 01.10 9.10-9.55	Күзгі орман	1. Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру. Басқа қап киіп, заттарды аттап өту, бұрылу. 2-3 метрлік қашықтықта алға ұмтыла қос аяқпен секіру. 2. Шапшаң және баяу қарқынмен жүру және жүгіру. 2-3 метрлік қашықтықта алға ұмтыла қос аяқпен секіру. Тепе-теңдікті сақтап бөренемен жүру. 3. Ойлы-қырлы тактаймен жүру және жүгіру. Тепе-теңдікті сақтап бөренемен жүру. Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу (1,5 м қашықтықта).	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 28.09 9.10-9.30 30.09 9.35-9.55 01.10 9.35-9.55	Күзгі орман	1. Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру. Басқа қап киіп, заттарды аттап өту, бұрылу. 2-3 метрлік қашықтықта алға ұмтыла қос аяқпен секіру. 2. Шапшаң және баяу қарқынмен жүру және жүгіру. 2-3 метрлік қашықтықта алға ұмтыла қос аяқпен секіру. Тепе-теңдікті сақтап бөренемен жүру. 3. Ойлы-қырлы тактаймен жүру және жүгіру. Тепе-теңдікті сақтап бөренемен жүру. Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу (1,5 м қашықтықта).	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 27.09 15.30-15.55 28.09 9.35-9.55 29.09 16.05-16.30	Күзгі орман	1. Мақсаты: секіру және доғаның астымен еңбектеу дағдыларын бекіту. Міндеттері: екі аяқтың ұшымен серпіле секіру (аса биік емес) қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Адымын қолдың шынайы қозғалысымен үйлестіріп басу, сызықтан шықпай жүру қабілетін нығайту. Алақаны мен табанын тіреп еңбектеуге жаттығуды жалғастыру; организмнің жалпы төзімділігін, үйлестіру қабілетін дамыту. Жануарлардың табиғаттағы тіршілігі туралы түсінігін кеңейту, экологиялық мәдениет қалыптастыруға ықпал ету. Жинақылыққа үйрету, зейіні мен ойлау қабілетін дамыту. 2. Мақсаты: допты домалату және арқанның астымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: басын тигізбей арқанның астынан еңбектеп өту біліктерін бекіту. Арқан астынан басты тигізбей еңбектеп өтуге үйрету. Ептілік пен икемділікке баулу. Допты қақпаға домалатып салуға жаттықтыру. Допты күшпен итеруге және доптың бағытын сақтауға жаттықтыруды жалғастыру. Көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту. Педагогтің түсіндіргендерін мұқият тыңдау қабілетін қалыптастыру, оның көрсеткендерін мұқият есте сақтауға үйрету. Қимыл-қозғалыстарды өзге	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		<p>балалармен келісіп орындау. Балалардың жанды табиғат нысандары туралы білімін байыту.</p> <p>3. Мақсаты: жерде жатқан жіптің үстімен жүру және биіктікке секіру дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: сапта қатарды бұзбай ыргакпен жүру және жүгіру қабілетін қалыптастыруды әрі қарай жалғастыру. Қимыл-козғалыстарды өзге балалармен келісіп орындау қабілетін дамыту. Жіпті бойлай жүргенде тепе-теңдікті тұрақты сақтай білу қабілетін нығайту, жалпақтабанның алдын алу – табанның дұрыс жетілуін қамтамасыз ету.</p> <p>40 см биіктікке тартылған жіптің астымен еңбектеп өту арқылы балалардың бойында иілгіштік және ептілік сынды қасиеттерді дамыту. Дербестікке, жинақылыққа тәрбиелеу.</p>			
<p>№12 27.09 16.00-16.25 28.09 10.00-10.25 30.09 10.00-10.25</p>	Күзгі орман	<p>1. Мақсаты: секіру және доғаның астымен еңбектеу дағдыларын бекіту.</p> <p>Міндеттері: екі аяқтың ұшымен серпіле секіру (аса биік емес) қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Адымын қолдың шынайы қозғалысымен үйлестіріп басу, сызықтан шықпай жүру қабілетін нығайту. Алақаны мен табанын тірел еңбектеуге жаттығуды жалғастыру; организмнің жалпы төзімділігін, үйлестіру қабілетін дамыту. Жануарлардың табиғаттағы тіршілігі туралы түсінігін кеңейту, экологиялық мәдениет қалыптастыруға ықпал ету. Жинақылыққа үйрету, зейіні мен ойлау қабілетін дамыту.</p> <p>2. Мақсаты: допты домалату және арқанның астымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: басын тигізбей арқанның астынан еңбектеп өту біліктерін бекіту. Арқан астынан басты тигізбей еңбектеп өтуге үйрету. Ептілік пен икемділікке баулу. Допты қақпаға домалатып салуға жаттықтыру. Допты күшпен итеруге және доптың бағытын сақтауға жаттықтыруды жалғастыру. Көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту. Педагогтің түсіндіргендерін мұқият тыңдау қабілетін қалыптастыру, оның көрсеткендерін мұқият есте сақтауға үйрету. Қимыл-козғалыстарды өзге балалармен келісіп орындау. Балалардың жанды табиғат нысандары туралы білімін байыту.</p> <p>3. Мақсаты: жерде жатқан жіптің үстімен жүру және биіктікке секіру дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: сапта қатарды бұзбай ыргакпен жүру және жүгіру қабілетін қалыптастыруды әрі қарай жалғастыру. Қимыл-</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>қозғалыстарды өзге балалармен келісіп орындау қабілетін дамыту. Жіпті бойлай жүргенде тепе-теңдікті тұрақты сақтай білу қабілетін нығайту, жалпақтабанның алдын алу – табанның дұрыс жетілуін қамтамасыз ету.</p> <p>40 см биіктікке тартылған жіптің астымен еңбектеп өту арқылы балалардың бойында илгіштік және ептілік сынды қасиеттерді дамыту. Дербестікке, жинақылыққа тәрбиелеу.</p>			
<p>№2 28.09 11.00-11.30 30.09 10.45-11.15 01.10 15.30-16.00</p>	Күзгі орман	<p>1.Тақырып: «Орташа қарқынмен жүгіру доты жоғары қарай лақтыру техникасымен дағдысын жетілдіру.» Мақсаты:бұрын қалыптасқан дене дағдыларымен шеберліктерін жетілдіру,бастапқы бақылауға диагностика жасау үшін балаларды шеберлік және дағды деңгейін бақылау 2.Тақырып: «Бұрын қалыптасқан қимыл қозғалыс дағдыларын бекіту.» Мақсаты:бастапқы бақылауға диагностика жасау үшін балалардың бұрын қалыптасқан қимыл қозғалыс дағдыларын мен шеберліктері деңгейін бақылау. 3.Тақырып: «Кедергілер арқылы еңбектеу кедергілер арқылы еңбектеу және аяқты жартылай бүгіп орындықтан секіру.» Мақсаты:дене шынықтыру жаттығуларын орындау кезінде күш сапасын,қозғалысты және қозғалыс үйлесімділігін дамыды.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
<p>№13 28.09 11.35-12.05 01.10 16.05-16.35</p>	Күзгі орман	<p>1.Тақырып: «Орташа қарқынмен жүгіру доты жоғары қарай лақтыру техникасымен дағдысын жетілдіру.» Мақсаты:бұрын қалыптасқан дене дағдыларымен шеберліктерін жетілдіру,бастапқы бақылауға диагностика жасау үшін балаларды шеберлік және дағды деңгейін бақылау 2.Тақырып: «Бұрын қалыптасқан қимыл қозғалыс дағдыларын бекіту.» Мақсаты:бастапқы бақылауға диагностика жасау үшін балалардың бұрын қалыптасқан қимыл қозғалыс дағдыларын мен шеберліктері деңгейін бақылау.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
<p>№7 27.09 11.20-11.50 29.09 15.30-16.00 30.09 11.20-11.50</p>	Осень в леу.	<p>1. Учить подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками после отскока от пола; развивать технику прыжка на двух ногах с мешочком, зожитым между колен по прямой; П/И «мы листочки» 2.Учить ходить по канату приставным шагом; прыгать через предметы по прямой на двух ногах. Упражнять: в ходьбе с перешагиванием через предметы. П/И «Самолеты» 3. Учить детей ходить на носках; развивать умение</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба,бег ОРУ Оснвные упражнение Игра</p>	Игровая технология, Здоровосберегающие технологии	Мячи,спортивные палки, разные припятствие

24.09.2014
11/09/14

Текст документа
Текст документа

			«Общество с ограниченной ответственностью «ТТТ»		
--	--	--	---	--	--

Дене тәрбиесінің ұсқаушысы Жуубасар Домира Серікқызының: 04.10-08.10.2021 оқу жылының пиктограммасы екінші ағтты.

Күн/Тобла	Тақырып ҮОЖ	Мақсат ҮОЖ	Әдістемелік мәблелдер	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 05.10 9.35-9.55 07.10 9.10-9.30 08.10 9.10-9.30	Ас атпаса- нын	1. Қол мен аяқ қимылын үйлестіріп жүру. Дөңгі бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу (1,5 м қашықтықта). Тактайды, орындақта көлдененінен еңбектеу. 2. Сынықтар арасымен (15 см арақашықтық) жүру, жүгіру. Тактайды, орындақта көлдененінен еңбектеу. Бір-бірінен қашық қойылған 5-6 доп арқылы кезекпен аттан өту. 3. Педагогтің белгісімен сыпта жүрудің бағытын өзгерту. Бір-бірінен қашық қойылған 5-6 доп арқылы кезекпен аттан өту. Дөңгі аяқтарымен бір-біріне домалату.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Дөңгі, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 05.10 9.10-9.55 07.10 9.35-9.55 08.10 9.10-9.55	Ас атпаса- нын	1. Қол мен аяқ қимылын үйлестіріп жүру. Дөңгі бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу (1,5 м қашықтықта). Тактайды, орындақта көлдененінен еңбектеу. 2. Сынықтар арасымен (15 см арақашықтық) жүру, жүгіру. Тактайды, орындақта көлдененінен еңбектеу. Бір-бірінен қашық қойылған 5-6 доп арқылы кезекпен аттан өту. 3. Педагогтің белгісімен сыпта жүрудің бағытын өзгерту. Бір-бірінен қашық қойылған 5-6 доп арқылы кезекпен аттан өту. Дөңгі аяқтарымен бір-біріне домалату.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Дөңгі, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 04.10 15.30-15.55 05.10 10.30-10.55 06.10 16.05-16.35	Ас атаса- нан	1. Мақсаты: стандартты емес жабдықты пайдалану арқылы бой түзулігінің бұзылуынан профилактикасын өткізу. Міндеттері: шеңбер түрінде дөңгеленген тасталған жіпті бойлай жүруге, тепе-теңдік сақтауға үйрету, дене сымбатының бұзылуынан алдын алу. Төрт аяқтап еңбектеген кезде қол мен аяқтың үйлесімділігін дамытуды жаптастыру, топпен бірге жұмыс істеу және жіпке денесін тигізбеу қабілетін дамыту. Спортпен айналысуға, сұлу да шымыр болуға деген қызығушылығын қалыптастыру. 2. Мақсаты: дөңгі бір-біріне домалату, арқанмен жүру кезінде тепе- теңдікті сақтау дағдыларын қалыптастыру. «Отырып» бір-біріне дөңгі домалату (қашықтық – 2 метр). Міндеттері: сапқа бұзбай жүгіру және жүру қабілетін дамыту, өз қимылын өзге балалармен келісіп отыруға үйрету. Жіпті бойлай жүрген кезде тепе- теңдік сақтау, жалпақтабағын алдын алу. Дөңгі бір-біріне домалатуға жаттықтыру, көзбен мөлшерлеу, дөңгі қозғалыс бағытын сақтау қабілетін дамыту. Дөңгі аяқтарына сабақтарына қызығушылығын ояту; дербестік пен жинақылыққа үйрету. 3. Мақсаты: самокат тебу және секіру дағдыларын қалыптастыру.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Дөңгі, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		<p>Міндеттері: тыныс алу мен дем шығару актілерін реттеуді үйрету. Сапқа жүрген кезде бағытты өзгерту қабілетін жетілдіру.</p> <p>Бір-бірден тізбекке тұруға жаттықтыру, өз бетінше әрекет ету және сапқа тұрған кезде кеңістікті бағдарлау қабілетін дамыту. Бір орында қос аяқтап секіруге жаттығуды жалғастыру. Бір уақытта екі аяқпен бірдей еденнен серпіліп секіру қабілетін қалыптастыру.</p> <p>Еденнен бір уақытта қос аяқпен екпінмен секіру қабілетін нығайту.</p> <p>Педагогтің түсіндіргендерін мұқият тыңдау, көрсеткендерін бақылау қабілетін қалыптастыру, жинақылыққа, зейінді болуға үйрету.</p> <p>Өз организмін күтуге үйрету.</p>			
<p>№12 04.10 16.00-16.25 05.10 10.00-10.25 07.10 10.00-10.25</p>	<p>Ас атасы- нан</p>	<p>1. Мақсаты: стандартты емес жабдықты пайдалану арқылы бой түзулігінің бұзылуының профилактикасын өткізу.</p> <p>Міндеттері: шеңбер түрінде дөңгеленіп тасталған жіпті бойлай жүруге, тепе-теңдік сақтауға үйрету, дене сымбатының бұзылуының алдын алу.</p> <p>Төрт аяқтап еңбектеген кезде қол мен аяқтың үйлесімділігін дамытуды жалғастыру, топпен бірге жұмыс істеу және жіпке денесін тигізбеу қабілетін дамыту. Спортпен айналысуға, сұлу да шымыр болуға деген қызығушылығын қалыптастыру.</p> <p>2. Мақсаты: доптарды бір-біріне домалату, арқанмен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>«Отырып» бір-біріне допты домалату (қашықтық – 2 метр). Міндеттері: сапты бұзбай жүгіру және жүру қабілетін дамыту, өз қимылын өзге балалармен келісіп отыруға үйрету. Жіпті бойлай жүрген кезде тепе-теңдік сақтау, жалпақтабанның алдын алу. Допты бір-біріне домалатуға жаттықтыру, көзбен мөлшерлеу, доптың қозғалыс бағытын сақтау қабілетін дамыту. Денешынықтыру сабақтарына қызығушылығын ояту; дербестік пен жинақылыққа үйрету.</p> <p>3. Мақсаты: самокат тебу және секіру дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: тыныс алу мен дем шығару актілерін реттеуді үйрету. Сапқа жүрген кезде бағытты өзгерту қабілетін жетілдіру.</p> <p>Бір-бірден тізбекке тұруға жаттықтыру, өз бетінше әрекет ету және сапқа тұрған кезде кеңістікті бағдарлау қабілетін дамыту. Бір орында қос аяқтап секіруге жаттығуды жалғастыру. Бір уақытта екі аяқпен бірдей еденнен серпіліп секіру қабілетін қалыптастыру.</p> <p>Еденнен бір уақытта қос аяқпен екпінмен секіру қабілетін нығайту.</p> <p>Педагогтің түсіндіргендерін мұқият тыңдау, көрсеткендерін бақылау қабілетін қалыптастыру, жинақылыққа, зейінді болуға үйрету.</p> <p>Өз организмін күтуге үйрету.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

<p>№2 05.10 11.00-11.30 08.10 15.30-16.00</p>	<p>Ас атасы- лан</p>	<p>1. Тақырып: «Допты баспен итеріп дұғанын астымен төрт тағандап еибектеп өту.» Мақсаты: дене шынықтыру жаттығуларын орындау кезінде ептілікті қалыптастыру, қозғалуды және күш сапасын үйлестіру. 2. Тақырып: «Допты оң және сол қолмен көлденең нысанаға лақтыру.» Мақсаты: допты көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру шеберлігін қалыптастыру көз өлшемін, ептілікті және жаттығуларды орындау кезінде қозғалыс үйлесімділігін дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 05.10 11.35-12.05 07.10 10.45-11.15 08.10 16.05-16.35</p>	<p>Ас атасы- нан</p>	<p>1. Тақырып: «Допты баспен итеріп дұғанын астымен төрт тағандап еибектеп өту.» Мақсаты: дене шынықтыру жаттығуларын орындау кезінде ептілікті қалыптастыру, қозғалуды және күш сапасын үйлестіру. 2. Тақырып: «Допты оң және сол қолмен көлденең нысанаға лақтыру.» Мақсаты: допты көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру шеберлігін қалыптастыру көз өлшемін, ептілікті және жаттығуларды орындау кезінде қозғалыс үйлесімділігін дамыту. 3. Тақырып: «Гимнастикалық орындықтың үстімен аяқты алшак басып бүйірлеп жүру.» Мақсаты: гимнастикалық орындықта күрделі тапсырманы орындаған кезде тұрақты тепе-теңдікті сақтау дағдысын қалыптастыру</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№7 04.10 11.20-11.50 06.10 15.30-16.00</p>	<p>Хлеб- всему голова</p>	<p>1. Учить прыгать через предметы по прямой на двух ногах. Лазать по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек разноименным способом. Закрепить умение двигаться по канату приставным шагом. П/И «Пожарные на учении» 2. Учить прыгать в длину с места, приземляясь на полусогнутые ноги; метать мешочек в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча. П/И «кто дальше бросит»</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Оснaвные упражнение Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающи е технологии</p>	<p>Мячи, спортивные палки, разные припятствие</p>

Тексерілген күні: 1.10.2021 м

Әдіскердің қолы:




Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 11.10-15.10.2021 оқу жылына циклограммасы үшінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Максат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 12.10 9.35-9.55 14.10 9.10-9.30 15.10 9.10-9.30	Күздің себеті	1. Сапта бағыттарын ауыстыра отырып жүру, жүгіру. Допты аяқтарымен бір-біріне домалату. Қимылының бағытын сақтап, 6 метр арақашықтықта төрт тағандап еңбектеу. 2. Бірінің соңынан бірі бой түзулігін дұрыс сақтап жүру, жүгіру. Қимылының бағытын сақтап, 6 метр арақашықтықта төрт тағандап еңбектеу. Жіп бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру. 3. Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып жүгіру. Жіп бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру. 2-3 метрлік қашықтықта алға ұмтыла қос аяқпен секіру.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 12.10 9.10-9.30 14.10 9.35-9.55 15.10 9.35-9.55	Күздің себеті	1. Сапта бағыттарын ауыстыра отырып жүру, жүгіру. Допты аяқтарымен бір-біріне домалату. Қимылының бағытын сақтап, 6 метр арақашықтықта төрт тағандап еңбектеу. 2. Бірінің соңынан бірі бой түзулігін дұрыс сақтап жүру, жүгіру. Қимылының бағытын сақтап, 6 метр арақашықтықта төрт тағандап еңбектеу. Жіп бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру. 3. Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып жүгіру. Жіп бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру. 2-3 метрлік қашықтықта алға ұмтыла қос аяқпен секіру.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 11.10 15.30-15.55 12.10 10.30-10.55 13.10 16.05-16.30	Күздің себеті	1. Максаты: жоғары қарай секіру және төрттағандап еңбектеу дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: қапталға бұрылу үшін мейлінше биікке секіруге үйрету, сапта тұрғанда бірқалыпты қозғалыс ырғағын сақтай отырып жүру және жүгіру қабілетін нығайту. Еңбектеуге жаттықтыру. 3 доғаның астынан кезекпен өткізіп, ептілік пен икемділік қабілетін дамыту. Өз денсаулығын күтуге үйрету. 2. Максаты: допты домалату және бір орында тұрып секіру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: допты заттардың арасымен домалатқан кезде доп траекториясы бағытын өзгертуді үйрету. Допты қол саусақтарымен қатты күш салмай ақырын итеріп жіберу қабілетін дамыту. Бір орында секіруге, оң және сол жаққа бұрылуға жаттықтыру, екі аяқпен бір уақытта жерден серпіле секіріп оңға, солға бұрылу және айналуды қабілетін нығайту. Зейінін, үйлестіру қабілетін дамыту. Салауатты өмір сүру дағдысын қалыптастыру. 3. Максаты: велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: үш дөңгелекті велосипедті тебуге үйрету. Бұлшық ет қорсетін нығайту, жалпақтабаңшың алдын алу, қолдың ұсақ	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		<p>моторикасын дамыту, дыбыстар шыгару аркылы тыныс алу жаттыгуларын дұрыс орындау кабілетін нығайту. «Өкшеге отырып» допты бір-біріне карай домалату кабілетін нығайту, көзбен мөлшерлеу дагдысын дамыту, доптың багытын сактай білуге баулу. Тізесін аздап бүгіп акырын жерге түсу кабілетін дамытуды жалғастыру. Денешыныктыру сабактарына катысты жағымды көз карас калыптастыруды әрі карай жалғастырамыз. Епті әрі тез болуға ынталандыруды жалғастыру.</p>			
<p>№12 11.10 16.00-16.25 12.10 10.00-10.25 14.10 10.00-10.25</p>	<p>Күздің себеті</p>	<p>1. Мақсаты: жоғары карай секіру және төрттағандап еңбектеу дагдыларын калыптастыру. Міндеттері: капталға бұрылу үшін мейлінше биікке секіруге үйрету, сапта тұрғанда біркалыпты козғалыс ыргағын сактай отырып жүру және жүгіру кабілетін нығайту. Еңбектеуге жаттықтыру. 3 доғаның астынан кезекпен өткізіп, ептілік пен икемділік кабілетін дамыту. Өз денсаулығын күтуге үйрету.</p> <p>2. Мақсаты: допты домалату және бір орында тұрып секіру дагдыларын калыптастыру. Міндеттері: допты заттардың арасымен домалатқан кезде доп траекториясы багытын өзгертуді үйрету. Допты кол саусақтарымен қатты күш салмай акырын итеріп жіберу кабілетін дамыту. Бір орында секіруге, оң және сол жакка бұрылуға жаттықтыру, екі аякпен бір уақытта жерден серпіле секіріп оңға, солға бұрылу және айналу кабілетін нығайту. Зейінін, үйлестіру кабілетін дамыту. Салауатты өмір сүру дагдысын калыптастыру.</p> <p>3. Мақсаты: велосипед тебу дагдыларын калыптастыру. Міндеттері: үш дөңгелекті велосипедті тебуге үйрету. Бұлшық ет корсетін нығайту, жалпақтабанның алдын алу, колдың ұсак моторикасын дамыту, дыбыстар шыгару аркылы тыныс алу жаттыгуларын дұрыс орындау кабілетін нығайту. «Өкшеге отырып» допты бір-біріне карай домалату кабілетін нығайту, көзбен мөлшерлеу дагдысын дамыту, доптың багытын сактай білуге баулу. Тізесін аздап бүгіп акырын жерге түсу кабілетін дамытуды жалғастыру. Денешыныктыру сабактарына катысты жағымды көз карас калыптастыруды әрі карай жалғастырамыз. Епті әрі тез болуға ынталандыруды жалғастыру.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттыгулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сактау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

<p>№2 12.10 11.00-11.30 14.10 10.45-11.15 15.10 15.30-16.00</p>	<p>Күздің себеті</p>	<p>1.Тақырып: «Велосепед және самокат тебу .» Мақсаты:қозғалыс үйлесімділігін ептілікті және спорттық ойын элементері арқылы күш сапаларын дамыту.</p> <p>2. Тақырып: «Допты кеудеден лақтыру баскетбол иқсасы .» Мақсаты:қозғалыс үйлесімділігін ептілікті және спорттық ойын элементері арқылы күш сапаларын дамыту.</p> <p>3. Тақырып: «Велосепед және самокат тебу .» Мақсаты:қозғалыс үйлесімділігін ептілікті және спорттық ойын элементері арқылы күш сапаларын дамыту</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 12.10 11.35-12.05 15.10 16.05-16.35</p>	<p>Күздің себеті</p>	<p>1.Тақырып: «Велосепед және самокат тебу .» Мақсаты:қозғалыс үйлесімділігін ептілікті және спорттық ойын элементері арқылы күш сапаларын дамыту.</p> <p>2. Тақырып: «Допты кеудеден лақтыру баскетбол иқсасы .» Мақсаты:қозғалыс үйлесімділігін ептілікті және спорттық ойын элементері арқылы күш сапаларын дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№7 11.10 11.20-11.50 13.10 15.30-16.00 14.10 11.20-11.50</p>	<p>Что у осени в корзинке?</p>	<p>1.Учить ползать на животе с мешочком на спине. Закрепить навыки метания мешочка в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча. Совершенствовать навык подбрасывания и ловли. П/И «Караси и щука»</p> <p>2.Учить ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка. Прыжки, чередуя прыжок на двух, одной ноге, продвигаясь вперед. П/И «Караси и щука»</p> <p>3.Совершенствовать метание мешочка на дальность, ходьбу и бег в колонне по одному, умение собираться в круг. П/И «Быстро в круг»</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба,бег ОРУ Оснавные упражнение Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегаю щие технологии</p>	<p>Мячи,спортивные палки, разные припятствие</p>

Тексерілген күні: 8.10. 2021 ж

Әдіскердің қолы: 

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 18.10-22.10.2021 оқу жылына циклограммасы төртінші апта

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Мақсат ҰОҚ	Әдістемелік кабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 19.10 9.35-9.55 21.10 9.10-9.30 22.10 9.10-9.30	Күздің соңы	<p>1. Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып жүгіру. 2-3 метрлік қашықтықта алға ұмтыла қос аяқпен секіру. Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату.</p> <p>2. Сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүру және жүгіру. Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Қимылының бағытын сақтап, 6 метр арақашықтықта төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>3. Шапшаң және баяу қарқынмен жүгіру. Қимылының бағытын сақтап, 6 метр арақашықтықта төрт тағандап еңбектеу. Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен кадаммен өрмелеу.</p>	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 19.10 9.10-9.30 21.10 9.35-9.55 22.10 9.35-9.55	Күздің соңы	<p>1. Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып жүгіру. 2-3 метрлік қашықтықта алға ұмтыла қос аяқпен секіру. Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату.</p> <p>2. Сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүру және жүгіру. Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Қимылының бағытын сақтап, 6 метр арақашықтықта төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>3. Шапшаң және баяу қарқынмен жүгіру. Қимылының бағытын сақтап, 6 метр арақашықтықта төрт тағандап еңбектеу. Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен кадаммен өрмелеу.</p>	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

№6 18.10 15.30-15.55 19.20 10.30-10.55 20.10 16.05-16.30	Күздің соны	<p>1. Мақсаты: казак ойындарын пайдалану арқылы қозғалыс тәжірибесін байыту.</p> <p>Міндеттері: алақаны мен табанына сүйеніп төрт аяқтап еңбектеуді, еңбектеген кезде көтерілген заттың биіктігін ескеруді үйретуді жалғастыру, сәттілікке баулу. Дөпты төменнен жоғары қарай саусақпен оп-онай итеру және дөпты заттардың арасымен домалатқан кезде бағытын өзгерту қабілетін нығайту. Әлеуметтік ортада дұрыс байланыс орнату, төзімділік қабілеттерін дамыту, казактың ұлттық ойындарын пайдалану арқылы балалардың қозғалыс тәжірибесін байыту.</p> <p>2. Мақсаты: бой түзулігінің бұзылуының профилактикасы, үйлесімділік қабілеттерін дамыту.</p> <p>Міндеттері: басына қап қойып, жіпті бойлай жүруге үйрету (дене сымбатының бұзылуының алдын алу). Еңбектеген кезде қол мен аяқтың жұмысын үйлестіре білу қабілетін нығайту, таяқшаның астынан еңбектеп өткен кезде оған денесін тигізбеуді үйрету; ептілік қабілетін дамыту. Жылдамдықпен оңға және солға бұрылып секіруге жаттығу. Денешынықтыру сабақтарына қатысты жағымды көзқарас қалыптастыруды әрі қарай жалғастырамыз. Өз денсаулығын күтуге тәрбиелеу.</p> <p>3. Мақсаты: ойындар және спорттық жаттығулар арқылы кеңістікті бағдарлауын дамыту.</p> <p>Міндеттері: үш дөңгелекті велосипед тебуге, онымен бұрылуға үйрету. Бұлшық ет көрсетін нығайту, жалпақтабанның алдын алу, қолдың ұсақ моторикасын дамыту, дыбыстар шығару арқылы орындалатын тыныс алу жаттығуларын дұрыс орындау қабілетін нығайту. «Ирелендеп» жүру мен жүгіруге жаттығу, заттарды оң жағынан және сол жағынан айналып өту қабілетін жетілдіру. Дөпты саусақтардың ұшымен итеріп, кілемшелердің арасымен «жыланша» ирелендетіп домалату қабілетін нығайту.</p> <p>Еденнен бір уақытта қос аяқтап қатты серпіліп көтерілу, жерге түскен кезде тізені аздап бұғу қабілетін нығайтуды жалғастырамыз. Денешынықтыру сабақтарына қатысты жағымды көзқарас қалыптастыру. Бұлшық еттерін нығайтуға ынталандыру.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Дөптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
--	-------------	---	---	--	--

<p>№12 18.10 16.00-16.25 19.10 10.00-10.25 21.10 10.00-10.25</p>	<p>Күздің соңы</p>	<p>1.Мақсаты: казак ойындарын пайдалану аркылы қозғалыс тәжірибесін байыту.</p> <p>Міндеттері: алақаны мен табанына сүйеніп төрт аяқтап еңбектеуді, еңбектеген кезде көтерілген заттың биіктігін ескеруді үйретуді жалғастыру, ептілікке баулу. Допты төменнен жоғары қарай саусақпен оп-оңай итеру және допты заттардың арасымен домалатқан кезде бағытын өзгерту қабілетін нығайту. Әлеуметтік ортада дұрыс байланыс орнату, төзімділік қабілеттерін дамыту, казактың ұлттық ойындарын пайдалану аркылы балалардың қозғалыс тәжірибесін байыту.</p> <p>2. Мақсаты: бой түзулігінің бұзылуының профилактикасы, үйлесімділік қабілеттерін дамыту.</p> <p>Міндеттері: басына қап қойып, жіпті бойлай жүруге үйрету (дене сымбатының бұзылуының алдын алу). Еңбектеген кезде қол мен аяқтың жұмысын үйлестіре білу қабілетін нығайту, таяқшаның астынан еңбектеп өткен кезде оған денесін тигізбеуді үйрету; ептілік қабілетін дамыту. Жылдамдықпен оңға және солға бұрылып секіруге жаттығу. Денешынықтыру сабақтарына қатысты жағымды көзқарас қалыптастыруды әрі қарай жалғастырамыз. Өз денсаулығын күтуге тәрбиелеу.</p> <p>3. Мақсаты: ойындар және спорттық жаттығулар аркылы кеңістікті бағдарлауын дамыту.</p> <p>Міндеттері: үш дөңгелекті велосипед тебуге, онымен бұрылуға үйрету. Бұлшық ет көрсетін нығайту, жалпақтабанның алдын алу, қолдың ұсақ моторикасын дамыту, дыбыстар шығару аркылы орындалатын тыныс алу жаттығуларын дұрыс орындау қабілетін нығайту. «Ирелендеп» жүру мен жүгіруге жаттығу, заттарды оң жағынан және сол жағынан айналып өту қабілетін жетілдіру. Допты саусақтардың ұшымен итеріп, кілемшелердің арасымен «жыланша» ирелендетіп домалату қабілетін нығайту.</p> <p>Еденнен бір уақытта қос аяқтап қатты серпіліп көтерілу, жерге түскен кезде тізені аздап бұғу қабілетін нығайтуды жалғастырамыз. Денешынықтыру сабақтарына қатысты жағымды көзқарас қалыптастыру. Бұлшық еттерін нығайтуға ынталандыру.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
--	--------------------	---	--	---	---

<p>№2 19.10 11.00-11.30 22.10 15.30-16.00</p>	<p>Күздің соңы</p>	<p>1.Тақырып: 3 обручтен топтасып қатар өту биіктікке секіру. Максаты:ептілікті және қозғалыс үйлесімділігін дамыту, обруч арқылы өткен кезде топтаса білу шеберлігі, биіктікке секіру,спорттық ойын элементтерін жетілдіру.</p> <p>2.Тақырып: «Кедергілерден өтіп төрттағандап енбектеу.» Максаты:дене жаттығулары және тапсырмалар арқылы қозғалыс белсенділігін ептілікті, қозғалыс үйлесімділігін дамыту</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 19.10 11.35-12.05 21.10 10.45-11.15 22.10 16.05-16.35</p>	<p>Күздің соңы</p>	<p>1.Тақырып: 3 обручтен топтасып қатар өту биіктікке секіру. Максаты:ептілікті және қозғалыс үйлесімділігін дамыту, обруч арқылы өткен кезде топтаса білу шеберлігі, биіктікке секіру,спорттық ойын элементтерін жетілдіру.</p> <p>2.Тақырып: «Кедергілерден өтіп төрттағандап енбектеу.» Максаты:дене жаттығулары және тапсырмалар арқылы қозғалыс белсенділігін ептілікті, қозғалыс үйлесімділігін дамыту</p> <p>3.Тақырып: «Допты екі қолмен төменнен лақтыру.» Максаты:Дене жаттығулары арқылы балалардың психофизикалық қасиеттерін дамыту</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№7 18.10 11.20-11.50 20.10 15.30-16.00</p>	<p>Поздняя осень</p>	<p>1.Учить ходить по гимнастической скамейке, перекладывая на каждый шаг мяч из одной руки в другую перед собой; бросать мяч вверх и ловить его двумя руками с продвижением вперед. П/И «Сбей кеглю»</p> <p>2.Учить лазать по гимнастической стенке до верха с переходом на другой пролет и спуском вниз. Закрепить навыки прыгать, чередуя прыжок на двух, на одной ноге, продвигаясь вперед. П/И «Сбей кеглю»</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба,бег ОРУ Оснвные упражнения Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи,спортивные палки, разные припятствие</p>

Тексерілген күні: 16.10.2021ж

Әдіскердің қолы: 

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 01.11-05.11.2021 оқу жылына циклограммасы екінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Максат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 02.11 9.35-9.55 04.11 9.10-9.30 05.11 9.10-9.30	Менің көшем	1. Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып жүгіру. Бір шеңберден екінші шеңберге біртіндеп секіру. Екі сызықтың арасымен тепе-теңдікті сақтап жүру. 2. Бау қарқында жүру және жүгіру. Жіп бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтап жүру. қабілеттерін дамыту. 40 см биіктікте көтерілген арканның астынан еңбектеп өту. 3. Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен, секірумен кезектестіру. 40 см биіктікте көтерілген арканның астынан еңбектеп өту. Еденнен 20-25 см көтерілген баспалдақ тақтайданатпап өту.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 02.11 9.10-9.55 04.11 9.35-9.55 05.11 9.10-9.55	Менің көшем	1. Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып жүгіру. Бір шеңберден екінші шеңберге біртіндеп секіру. Екі сызықтың арасымен тепе-теңдікті сақтап жүру. 2. Бау қарқында жүру және жүгіру. Жіп бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтап жүру. қабілеттерін дамыту. 40 см биіктікте көтерілген арканның астынан еңбектеп өту. 3. Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен, секірумен кезектестіру. 40 см биіктікте көтерілген арканның астынан еңбектеп өту. Еденнен 20-25 см көтерілген баспалдақ тақтайданатпап өту.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 01.11 15.30-15.55 02.11 10.30-10.55 03.11 16.05-16.35	Менің көшем	1. Максаты: денсаулығын күте білуін қалыптастыру, майтабан профилактикасын өткізу. Міндеттері: допты екпінмен итеріп, доптың қозғалыс бағытын сақтауға үйретуді жалғастыру. Секірген кезде аяқтың қалпын кезекпен ауыстыру қабілетін жетілдіруді жалғастыру. Кішірейтілген алаңмен жүрген кезде тепе-теңдікті сақтауға үйрету, жүрген кезде басты дұрыс ұстай білу қабілетін дамыту, дене сымбатының бұзылуының алдын алу. Педагогтің түсіндіргендерін мұқият тыңдау қабілетін қалыптастыру, оның көрсеткендерін мұқият есте сақтауға үйрету. Дені сау, келбетті, әдемі болуға деген құштарлығын ояту. 2. Максаты: доппен жаттығу жасау және сызық арқылы секіру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: допты алға-жоғары көтеріп, оны қос қолдап қағып алуға үйрету. Тізені аздап бүгіп, сәл ғана биікке секіру жаттығуларын ырақпен орындау қабілетін нығайту. Басына құм салынған қапшық қойып жіпті бойлай жүруге жаттығу, тепе-теңдік сақтау қабілетін дамыту, әдемі жүріске дағдыландыру. Педагогтің түсіндіргендерін мұқият тыңдау қабілетін қалыптастыру, оның көрсеткендерін мұқият есте сақтауға үйрету. Қимыл-қозғалыстарды балалармен бірге орындау.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		<p>3. Максаты: футбол добымен ойнау дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: футбол добын еркін бағытта алып жүруге үйрету. Қос аяқтап алға секіру, екі аяқпен бір уақытта екпінмен секіру және тізесін сәл бүгіп аяқтың ұшымен жерге түсу қабілетен жетілдіру. Заттарды жанамай айналып өту қабілетін нығайту (жалпақтабанның алдын алу – табанның бұлшық еттерін дамыту). Фитболдарды бір-біріне қарай домалатуға жаттықтыру, көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту.</p> <p>Қозғалыстың дұрыстығы мен айқындығын дамыту, сақтық пен қайырымды болуға баулу.</p>			
<p>№12 01.11 16.00-16.25 02.11 10.00-10.25 04.11 10.00-10.25</p>	<p>Менің көшем</p>	<p>1. Максаты: денсаулығын күте білуін қалыптастыру, майтабан профилактикасын өткізу.</p> <p>Міндеттері: допты екпінмен итеріп, доптың қозғалыс бағытын сақтауға үйретуді жалғастыру. Секірген кезде аяқтың қалпын кезекпен ауыстыру қабілетін жетілдіруді жалғастыру. Кішірейтілген алаңмен жүрген кезде тепе-теңдікті сақтауға үйрету, жүрген кезде басты дұрыс ұстай білу қабілетін дамыту, дене сымбатының бұзылуының алдын алу. Педагогтің түсіндіргендерін мұқият тыңдау қабілетін қалыптастыру, оның көрсеткендерін мұқият есте сақтауға үйрету. Дені сау, келбетті, әдемі болуға деген құштарлығын ояту.</p> <p>2. Максаты: доппен жаттығу жасау және сызық арқылы секіру дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: допты алға-жоғары көтеріп, оны қос қолдап қағып алуға үйрету. Тізені аздап бүгіп, сәл ғана биікке секіру жаттығуларын ырғақпен орындау қабілетін нығайту. Басына құм салынған қапшық қойып жіпті бойлай жүруге жаттығу, тепе-теңдік сақтау қабілетін дамыту, әдемі жүріске дағдыландыру. Педагогтің түсіндіргендерін мұқият тыңдау қабілетін қалыптастыру, оның көрсеткендерін мұқият есте сақтауға үйрету. Қимыл-қозғалыстарды балалармен бірге орындау.</p> <p>3. Максаты: футбол добымен ойнау дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: футбол добын еркін бағытта алып жүруге үйрету. Қос аяқтап алға секіру, екі аяқпен бір уақытта екпінмен секіру және тізесін сәл бүгіп аяқтың ұшымен жерге түсу қабілетен жетілдіру. Заттарды жанамай айналып өту қабілетін нығайту (жалпақтабанның алдын алу – табанның бұлшық еттерін дамыту). Фитболдарды бір-біріне қарай домалатуға жаттықтыру, көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту.</p> <p>Қозғалыстың дұрыстығы мен айқындығын дамыту, сақтық пен қайырымды болуға баулу.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

<p>№2 02.11 11.00-11.30 05.11 15.30-16.00</p>	<p>Менің көшем</p>	<p>1.Тақырып: «Оң және сол аяқпен кезектесіп алға қарай ұмтыла секіру.» Мақсаты:дене шынықтыру жаттығулары және қимылды ойындардың көмегімен жылдамдық күш қасиеттерін дамыту. 2. Тақырып: «Допты оң және сол қолмен қайтара үру.» Мақсаты:дене шынықтыру жаттығулары және қимылды ойындардың көмегімен жылдамдық күш қасиеттерін дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 02.11 11.35-12.05 04.11 10.45-11.15 05.11 16.05-16.35</p>	<p>Менің көшем</p>	<p>1.Тақырып: «Оң және сол аяқпен кезектесіп алға қарай ұмтыла секіру.» Мақсаты:дене шынықтыру жаттығулары және қимылды ойындардың көмегімен жылдамдық күш қасиеттерін дамыту. 2. Тақырып: «Допты оң және сол қолмен қайтара үру.» Мақсаты:дене шынықтыру жаттығулары және қимылды ойындардың көмегімен жылдамдық күш қасиеттерін дамыту. 3. Тақырып: «Алға қарай қадамдап допты еденге қайтара үру.» Мақсаты:дене шынықтыру жаттығулары және қозғалмалы ойындардың көмегімен жылдамдық күш қасиеттерін ептілікті және қозғалыс үйлесімділігін дамыту</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№7 01.11 11.20-11.50 03.11 15.30-16.00</p>	<p>Моя улица.</p>	<p>1. Учить прыгать на левой ноге между предметами; продолжить учить умению ходить по канату боком, совершенствовать игру с мячом. ПИИ «Соревнования с мячом» 2.Учить бегать по гимнастической скамейке. Прыгать через предметы правым и левым боком на двух ногах, продвигаясь вперед. Закрепить навыки ходьбы на четвереньках «По ладошке».ПИИ «Сделай фигуру».</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба,бег ОРУ Оснaвные упражнения Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающи е технологии</p>	<p>Мячи,спортивные палки, разные припятствие</p>

Тексерілген күні: 29.10.2023ж

Әдіскердің қолы: *[Signature]*

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 25.10-29.10.2021 оқу жылына циклограммасы бірінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Мақсат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 26.10 9.35-9.55 28.10 9.10-9.30 29.10 9.10-9.55	Ата-аналар еңбегі	<p>1. Сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүру және жүгіру. Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен кадаммен өрмелеу. Басқа қап киіп, заттарды аттап өту.</p> <p>2. Көлбеу тактаймен (ені 2 см, биіктігі 30-35 см) жоғары және төмен жүру және жүгіру. Басқа қап киіп, заттарды аттап өту. Допты лақтыру және қағып алу, допты дұрыс лақтыру және өзіне қыспай қағып алу.</p> <p>3. Кіші және үлкен кадаммен жүгіру. Допты лақтыру және қағып алу, допты дұрыс лақтыру және өзіне қыспай қағып алу. Бір шеңберден екінші шеңберге біртіндеп секіру.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 26.10 9.10-9.30 28.10 9.35-9.55 29.10 9.35-9.55	Ата-аналар еңбегі	<p>1. Сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүру және жүгіру. Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен кадаммен өрмелеу. Басқа қап киіп, заттарды аттап өту.</p> <p>2. Көлбеу тактаймен (ені 2 см, биіктігі 30-35 см) жоғары және төмен жүру және жүгіру. Басқа қап киіп, заттарды аттап өту. Допты лақтыру және қағып алу, допты дұрыс лақтыру және өзіне қыспай қағып алу.</p> <p>3. Кіші және үлкен кадаммен жүгіру. Допты лақтыру және қағып алу, допты дұрыс лақтыру және өзіне қыспай қағып алу. Бір шеңберден екінші шеңберге біртіндеп секіру.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

<p>№6 25.10 15.30-15.55 26.10 9.35-9.55 27.10 16.05-16.30</p>	<p>Ата-аналар еңбегі</p>	<p>1. Мақсаты: музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқынмен қозғалу білігін дамыту. Міндеттері: музыкалық сүйемелдеумен түрлі бағытта, әртүрлі ырғақпен қозғалу: ырғақпен жүру, жеңіл жүгіру. Тепе-теңдікті сақтауға жаттығу, басына қапшық қойып жіпті бойлай жүру қабілетін нығайту және басты дұрыс ұстауға үйрету; әдемі жүруге дағдыландыру, дене сымбатының бұзылуының алдын алу. Бір орында айналып секіруге үйрету, айналу үшін мүмкіндігінше жоғары секіру қабілетін жетілдіру. Қоршаған ортаға қамқорлық жасауға баулу, қозғалыстың айқындығы мен баланың ой-қиялын дамыту.</p> <p>2. Мақсаты: музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқынмен қозғалу білігін дамыту. Міндеттері: қатар жатқан қос сызықтың ортасымен кең адымдап жүруге үйрету. Түрлі ырғақпен музыкаға сәйкес әртүрлі қозғалыстар жасау, ырғаққа сай жүру, қолдарын қозғалтып алға-артқа жеңіл жүгіру. Допты бір-біріне домалатуға жаттығу, допты қос қолдап серпіп итеру қабілетін қалыптастыру; көзбен мөлшерлеу, кеңістікте бағдарлау қабілеттерін дамыту. Балалардың бойында қайырымдылық, дербестік, ойыншықтарды күтіп ұстау сынды қасиеттер қалыптастыру.</p> <p>3. Мақсаты: қозғалыс үйлесімділігі дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: самокат тебуді үйрету, бір аяқпен жердің бетінен күшпен итерілу. «Жыланша» жүріске және жүгіруге жаттықтыру, заттарды оң жақтан және сол жақтан айналып өту қабілетін жетілдіру. Қимылдарды саппен орындау қабілетін қалыптастыру. Қолды бастан жоғары көтеріп шапалақтап, ырғақпен секіруге жаттықтыру (аяқтары бірге, аяқтарының арасын ашып). Жалпақтабанның алдын алу – табандағы буындардың қозғалғыштығын арттыру. Организмнің жалпы төзімділігін, ептілік пен үйлестіру қабілетін дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№12 25.10 16.00-16.25 26.10 10.00-10.25 28.10 10.00-10.25</p>	<p>Ата-аналар еңбегі</p>	<p>1. Мақсаты: музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқынмен қозғалу білігін дамыту. Міндеттері: музыкалық сүйемелдеумен түрлі бағытта, әртүрлі ырғақпен қозғалу: ырғақпен жүру, жеңіл жүгіру. Тепе-теңдікті сақтауға жаттығу, басына қапшық қойып жіпті бойлай жүру қабілетін нығайту және басты дұрыс ұстауға үйрету; әдемі жүруге дағдыландыру, дене сымбатының бұзылуының алдын алу. Бір орында айналып секіруге үйрету, айналу үшін мүмкіндігінше жоғары секіру қабілетін жетілдіру. Қоршаған ортаға қамқорлық жасауға баулу, қозғалыстың айқындығы мен баланың ой-қиялын дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>2.Максаты: музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқынмен қозғалу білігін дамыту. Міндеттері: қатар жатқан қос сызықтың ортасымен кең адымдап жүруге үйрету. Түрлі ырғақпен музыкаға сәйкес әртүрлі қозғалыстар жасау, ырғаққа сай жүру, қолдарын қозғалтып алға-артқа жеңіл жүгіру. Допты бір-біріне домалатуға жаттығу, допты қос қолдап серпіп итеру қабілетін қалыптастыру; көзбен мөлшерлеу, кеңістікте бағдарлау қабілеттерін дамыту. Балалардың бойында қайырымдылық, дербестік, ойыншықтарды күтіп ұстау сынды қасиеттер қалыптастыру.</p> <p>3. Максаты: қозғалыс үйлесімділігі дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: самокат тебуді үйрету, бір аяқпен жердің бетінен күшпен итерілу. «Жыланша» жүріске және жүгіруге жаттықтыру, заттарды оң жақтан және сол жақтан айналып өту қабілетін жетілдіру. Қимылдарды саппен орындау қабілетін қалыптастыру. Қолды бастан жоғары көтеріп шапалақтап, ырғақпен секіруге жаттықтыру (аяқтары бірге, аяқтарының арасын ашып). Жалпақтабанның алдын алу – табандағы буындардың қозғалғыштығын арттыру. Организмнің жалпы төзімділігін, ептілік пен үйлестіру қабілетін дамыту.</p>			
<p>№2 26.10 11.00-11.30 28.10 10.45-11.15 29.10 15.30-16.00</p>	Ата-аналар еңбегі	<p>1.Тақырып: «Заттардың арасымен оң және сол аяқпен секіру.» Мақсаты: Дене жаттығулары арқылы балалардың психофизикалық қасиеттерін дамыту.</p> <p>2.Тақырып: «Сапта тұрып допты бастан асырып лақтыру.» Мақсаты: допты лақтыру шеберлігі мен дағдысын қалыптастыру, орындықтың үстінде жаттығуды орындаған кезде тепе-теңдікті сезіну және секірген кезде қозғалыс үйлесімділігін сақтау.</p> <p>3.Тақырып: «футбол және бадминтон элементтерін үйрену.» Мақсаты: спорттық ойындарға деген қызығушылықты бойларына сіндіру</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
<p>№13 26.10 11.35-12.05 29.10 16.05-16.35</p>	Ата-аналар еңбегі	<p>1.Тақырып: «Заттардың арасымен оң және сол аяқпен секіру.» Мақсаты: Дене жаттығулары арқылы балалардың психофизикалық қасиеттерін дамыту.</p> <p>2.Тақырып: «Сапта тұрып допты бастан асырып лақтыру.» Мақсаты: допты лақтыру шеберлігі мен дағдысын</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		қалыптастыру, орындықтың үстінде жаттығуды орындаған кезде тепе-теңдікті сезіну және секірген кезде қозғалыс үйлесімділігін сақтау.			
№7 25.10 11.20-11.50 27.10 15.30-16.00 28.10 11.20-11.50	Труд родителей	1. Учить бросать мяч о стену и ловить его двумя руками после отскока от пола; развивать технику прыжка на правой, левой ноге между предметами, совершенствовать ходьбу по канату. П/И «Самолёты» 2. Учить прыгивать на согнутые ноги с высоты в обозначенное место. Закрепить умение проползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках. П/И «Самолёты» 3. Учить метать мешочки с песком, правой, левой рукой, продолжить учить умению бегать змейкой. Совершенствовать бег, ходьбу. П/И «Будь внимательным»	Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Оснвные упражнение Игра	Игровая технология, Здоровосберегающие технологии	Мячи, спортивные палки, разные припятствие

Тексерілген күні:

32.10.2021 ж.

Әдіскердің қолы:

А. Сағадина

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 08.11-12.11.2021 оқу жылына циклограммасы үшінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Мақсат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 09.11 9.35-9.55 11.11 9.10-9.30 12.11 9.10-9.30	Үйдегі және көшедегі қауіпсіздік	1. Шапшаң және баяу қарқынмен аяуыса отырып жүгіру. Еденнен 20-25 см көтерілген баспалдақ тақтайданаттап өту. Заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу. 2. Сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүру және жүгіру. Заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру (сызықтардың арақашықтығы 40-50 см). 3. 1-1,5 минут ішінде баяу қарқынмен үздіксіз жүгіру. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру. Тепе-теңдікті сақтап бөренемен жүру.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 09.11 9.10-9.30 11.11 9.35-9.55 12.11 9.35-9.55	Үйдегі және көшедегі қауіпсіздік	1. Шапшаң және баяу қарқынмен аяуыса отырып жүгіру. Еденнен 20-25 см көтерілген баспалдақ тақтайданаттап өту. Заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу. 2. Сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүру және жүгіру. Заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру (сызықтардың арақашықтығы 40-50 см). 3. 1-1,5 минут ішінде баяу қарқынмен үздіксіз жүгіру. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру. Тепе-теңдікті сақтап бөренемен жүру.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 08.11 15.30-15.55 09.11 10.30-10.55 10.11 16.05-16.30	Үйдегі және көшедегі қауіпсіздік	1. Мақсаты: доппен жаттығулар жасау дағдыларын дамыту. Міндеттері: допты жоғары лақтыруға және оны қос қолдап қағып алуға үйрету. Арқанның астынан оң және сол жақ бүйірмен еңбектеп өткен кезде дұрыс топтасу қабілетін нығайту, елтілігін дамыту. Балалардың қозғалыс тәжірибесін байытуды жалғастыру, денешынықтыру жаттығуларымен өз бетінше айналысуға құштарлығын дамыту. 2. Мақсаты: доппен жаттығулар арқылы қозғалыс тәжірибелерін байыту. Міндеттері: шектелген аялда денені дұрыс ұстап, аяқтың ұшымен жүруге үйрету. Жалпақтабанның алдын алу. Арқанның астымен оң және сол жақ бүйірмен өтуге жаттықтыру, қосалқы адымды ретімен орындау арқылы аяқ пен қолдың қимылдарын үйлестіру қабілетін нығайту. Елтілік пен шапшаңдықты дамыту. Балалардың қимыл-қозғалыс тәжірибесін байытуды жалғастырамыз; балалардың арасында денешынықтыру сабақтарына оң көзқарас қалыптастырып, дене жаттығуларымен өз бетінше айналысуға деген құштарлығын дамыту.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		<p>3. Мақсаты: тұрақты тепе-теңдікті сақтау дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: балаларды етпетінен жатып, қолдың көмегімен гимнастикалық орындық үстімен еңбектеуге үйрету. Допты бір-біріне лақтырып, оны қос қолды еркін қозғалтып қағып алу қабілетін нығайту (екі қолды бастан жоғары көтеріп қағып алу, ойынға қатысатын жұп арасындағы қашықтық – 1,5 метр). Жалпақтабанның алдын алу, сіңір аппаратын нығайту және табандағы буындардың қозғалғыштығын арттыру. Балалардың бойында салауатты өмір сүру дағдысын қалыптастыру.</p>			
<p>№12 08.11 16.00-16.25 09.11 10.00-10.25 11.11 10.00-10.25</p>	<p>Үйдегі және көшедегі қауіпсіздік</p>	<p>1. Мақсаты: доппен жаттығулар жасау дағдыларын дамыту.</p> <p>Міндеттері: допты жоғары лақтыруға және оны қос қолдап қағып алуға үйрету. Арқанның астынан оң және сол жақ бүйірмен еңбектел өткен кезде дұрыс топтасу қабілетін нығайту, ептілігін дамыту. Балалардың қозғалыс тәжірибесін байытуды жалғастыру, денешынықтыру жаттығуларымен өз бетінше айналысуға құштарлығын дамыту.</p> <p>2. Мақсаты: доппен жаттығулар арқылы қозғалыс тәжірибелерін байыту.</p> <p>Міндеттері: шектелген аяқта денені дұрыс ұстап, аяқтың ұшымен жүруге үйрету. Жалпақтабанның алдын алу. Арқанның астымен оң және сол жақ бүйірмен өтуге жаттықтыру, қосалқы адымды ретімен орындау арқылы аяқ пен қолдың қимылдарын үйлестіру қабілетін нығайту. Ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Балалардың қимыл-қозғалыс тәжірибесін байытуды жалғастырамыз; балалардың арасында денешынықтыру сабақтарына оң көзқарас қалыптастырып, дене жаттығуларымен өз бетінше айналысуға деген құштарлығын дамыту.</p> <p>3. Мақсаты: тұрақты тепе-теңдікті сақтау дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: балаларды етпетінен жатып, қолдың көмегімен гимнастикалық орындық үстімен еңбектеуге үйрету. Допты бір-біріне лақтырып, оны қос қолды еркін қозғалтып қағып алу қабілетін нығайту (екі қолды бастан жоғары көтеріп қағып алу, ойынға қатысатын жұп арасындағы қашықтық – 1,5 метр). Жалпақтабанның алдын алу, сіңір аппаратын нығайту және табандағы буындардың қозғалғыштығын арттыру. Балалардың бойында салауатты өмір сүру дағдысын қалыптастыру.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

<p>№2 09.11 11.00-11.30 11.11 10.45-11.15 12..11 15.30-16.00</p>	<p>Үйдегі және көшедегі қауіпсіздік</p>	<p>1. Тақырып: «Допты баспен итеріп торттағандай еңбектеу.» Мақсаты: дене шынықтыру жаттығулары және қозғалмалы ойындардың көмегімен жылдамдық күш қасиеттерін ептілікті және қозғалыс үйлесімділігін дамыту.</p> <p>2. Тақырып: «Допты бір қолмен алып жүру обручке қолына доп ұстап топтасып тұру.» Мақсаты: допты қайтара ұру шеберлігін жетілдіру, обручке топтасып кіру орындықта жаттығуды орындау кезінде тепе-теңдікті сақтау.</p> <p>3. Тақырып: «Топтасып дұғадан өту.» Мақсаты: топтасы, еңбектеу, допты алып жүру дағдыларын жетілдіру</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 09.11 11.35-12.05 12.11 16.05-16.35</p>	<p>Үйдегі және көшедегі қауіпсіздік</p>	<p>1. Тақырып: «Допты баспен итеріп торттағандай еңбектеу.» Мақсаты: дене шынықтыру жаттығулары және қозғалмалы ойындардың көмегімен жылдамдық күш қасиеттерін ептілікті және қозғалыс үйлесімділігін дамыту.</p> <p>2. Тақырып: «Допты бір қолмен алып жүру обручке қолына доп ұстап топтасып тұру.» Мақсаты: допты қайтара ұру шеберлігін жетілдіру, обручке топтасып кіру орындықта жаттығуды орындау кезінде тепе-теңдікті сақтау.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№7 08.11 11.20-11.50 10.11 15.30-16.00 11.11 11.20-11.50</p>	<p>Безопасность дома и на улице.</p>	<p>1. Учить подлезать под шнур, не касаясь руками пола. Упражнять в ходьбе и беге в колонне. Закрепить навыки прыжков через предметы правым и левым боком на двух ногах, продвигаясь вперед. ПИ «Паук и мухи»</p> <p>2. Учить прыгивать со скамейки в обозначенное место. Совершенствовать ходьбу приставным шагом (пятки на канате, носки на полу); по скамейке. ПИ «Паук и мухи»</p> <p>3. Учить подлезать под дугу, совершенствовать ходьбу и бег, развивать глазомер при метании. ПИ «1,2,3, Стоп»</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Оснaвные упражнения Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи, спортивные палки, разные прилжательствие</p>

Тексерілген күні:

5.11.2021 ж.

Әдіскердің қолы:

Күсем

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 15.11-19.11.2021 оқу жылына циклограммасы төртінші апта

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Мақсат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 16.11 9.35-9.55 18.11 9.10-9.30 19.11 9.10-9.30	Үй жануарлары	1. Бір минут баяу қарқында жүгіру. Тепе-теңдікті сақтап бөренемен жүру. Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу. 2. Саптізбекте бағыттарын ауыстыра отырып жүру. Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу. Ойлы-қырлы тақтаймен жүру. 3. Бір қалыппен 40–50 метрге жүгіру. Ойлы-қырлы тақтаймен жүру. Қатарға бір-бірден сапка тұру. Сапты қайтадан құру.	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 16.11 9.10-9.30 18.11 9.35-9.55 19.11 9.35-9.55	Үй жануарлары	1. Бір минут баяу қарқында жүгіру. Тепе-теңдікті сақтап бөренемен жүру. Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу. 2. Саптізбекте бағыттарын ауыстыра отырып жүру. Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу. Ойлы-қырлы тақтаймен жүру. 3. Бір қалыппен 40–50 метрге жүгіру. Ойлы-қырлы тақтаймен жүру. Қатарға бір-бірден сапка тұру. Сапты қайтадан құру.	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 15.11 15.30-15.55 16.11 10.30-10.55 17.11 16.05-16.30	Үй жануарлары	1. Мақсаты: күш пен ептілікті, допты меңгеру дағдыларын дамыту. Міндеттері: аяқты тиісті жерінде: алыстан және затқа қатты жақындамай, дер кезінде итеру қабілетін қалыптастыру. Жұптасып жеңіл әрі ырақпен жүгіруге және жүруге үйрету. Жіптің үстімен жүргенде бойды тік ұстал, тепе-теңдікті сақтау қабілетін қалыптастыру. Әрекет етіп жылдамдығын, қимылқозғалыс үйлесімділігін дамыту. Педагогтің тапсырмаларын тез әрі дәл орындау, өз қимылдарын өзге балалармен үйлесімді етіп орындау қабілетін қалыптастыруды жалғастырамыз. Балаларды ұқыпты болуға, ұжыммен бірге жұмыс істеуге үйрету. 2. Мақсаты: үйлесімділік қабілеттерін дамыту, доппен жаттығу жасау дағдыларын жетілдіру. Міндеттері: допты төмен қарай еденге лақтыру және жерге тиіп, секірген допты екі қолмен қағып алуға үйрету. 4 адымнан бастап қос аяқпен жоғарыға секіру дағдысын, секірген кезде қол мен	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		<p>аяқтың үйлесімділігін сақтай білу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Сап қатарында жүру, бағытын өзгерту. Ептілік, зейін, кеңістікте бағдарлау қабілеттерін дамыту. Спортпен айналысуға ынталандыру, дағдыландыру.</p> <p>3. Мақсаты: спорттық ойындар элементтері арқылы қозғалыс тәжірибесін байыту.</p> <p>Міндеттері: бір орыннан ұзындыққа секіру кезінде бастапқы қалыпта дұрыс тұруға, қолдың төмен-алға қарай қозғалысын аяқтың итерілуімен үйлестіре орындауға үйрету. Допты аяқпен екпінді түрде итеру және доптың бағытын сақтау білігін бекіту, көз мөлшерін дамыту. Қимыл үйлесімділігін, ептілікті, назарын дамыту. Төзімділікке, тәртіптілікке тәрбиелеу.</p>			
<p>№12 15.11 16.00-16.25 16.11 10.00-10.25 18.11 10.00-10.25</p>	<p>Үй жануарлары</p>	<p>1. Мақсаты: күш пен ептілікті, допты менгеру дағдыларын дамыту.</p> <p>Міндеттері: аяқты тиісті жерінде: алыстан және затқа қатты жақындамай, дер кезінде итеру қабілетін қалыптастыру. Жұптасып жеңіл әрі ырғақпен жүгіруге және жүруге үйрету. Жіптің үстімен жүргенде бойды тік ұстап, тепе-теңдікті сақтау қабілетін қалыптастыру. Әрекет етіп жылдамдығын, қимылқозғалыс үйлесімділігін дамыту. Педагогтің тапсырмаларын тез әрі дәл орындау, өз қимылдарын өзге балалармен үйлесімді етіп орындау қабілетін қалыптастыруды жалғастырамыз. Балаларды ұқыпты болуға, ұжыммен бірге жұмыс істеуге үйрету.</p> <p>2. Мақсаты: үйлесімділік қабілеттерін дамыту, доппен жаттығу жасау дағдыларын жетілдіру.</p> <p>Міндеттері: допты төмен қарай еденге лақтыру және жерге тиіп, секірген допты екі қолмен қағып алуға үйрету. 4 адымнан бастап қос аяқпен жоғарыға секіру дағдысын, секірген кезде қол мен аяқтың үйлесімділігін сақтай білу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Сап қатарында жүру, бағытын өзгерту. Ептілік, зейін, кеңістікте бағдарлау қабілеттерін дамыту. Спортпен айналысуға ынталандыру, дағдыландыру.</p> <p>3. Мақсаты: спорттық ойындар элементтері арқылы қозғалыс тәжірибесін байыту.</p> <p>Міндеттері: бір орыннан ұзындыққа секіру кезінде бастапқы қалыпта дұрыс тұруға, қолдың төмен-алға қарай қозғалысын аяқтың итерілуімен үйлестіре орындауға үйрету. Допты аяқпен екпінді түрде итеру және доптың бағытын сақтау білігін бекіту, көз мөлшерін дамыту. Қимыл үйлесімділігін, ептілікті, назарын дамыту. Төзімділікке, тәртіптілікке тәрбиелеу.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

<p>№2 16.11 11.00-11.30 19.11 15.30-16.00</p>	<p>Үй жануарлары</p>	<p>1.Тақырып: «Тепе-теңдікті сақтай отырып , нығыздалған доптардың арасымен аяқтың ұшымен жүру» Мақсаты:топтасы, еңбектеу, допты алып жүру дағдыларын жетілдіру.</p> <p>2. Тақырып: «Таза ауадағы дамытушы ойындар.» Мақсаты:спорттық ойындарға және таза ауадағы қозғалмалы ойындарға деген қызығушылықты арттыру.</p>	<p>Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 16.11 11.35-12.05 18.11 10.45-11.15 19.11 16.05-16.35</p>	<p>Үй жануарлары</p>	<p>1.Тақырып: «Тепе-теңдікті сақтай отырып , нығыздалған доптардың арасымен аяқтың ұшымен жүру.» Мақсаты:топтасы, еңбектеу, допты алып жүру дағдыларын жетілдіру.</p> <p>2. Тақырып: «Таза ауадағы дамытушы ойындар.» Мақсаты:спорттық ойындарға және таза ауадағы қозғалмалы ойындарға деген қызығушылықты арттыру.</p> <p>3. Тақырып: «Баудың астымен бүйірлеп өту.» Мақсаты:топтасу дағдыларын , тепе-теңдікті сақтау және екі аяқпен кезектесіп секіру шеберлігін дамыту</p>	<p>Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№7 15.11 11.20-11.50 17.11 15.30-16.00</p>	<p>Домашние животные</p>	<p>1.Учить ходить по гимнастической скамейке, бросать мешочек в обруч одной рукой снизу. Упражнять в ходьбе в колонне, по канату, шнуру прямо, боком. ПИ «Брось дальше»</p> <p>2.Учить пролезать в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола. Упражнять в ходьбе в колонне по сигналу менять направление. Закреплять умение бросать мешочек в обруч одной рукой снизу.</p> <p>ПИ «Брось дальше»</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба,бег ОРУ Оснавные упражнение Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи,спортивные палки, разные припятствие</p>

Тексерілген күні:

12.11.2018

Әдіскердің қолы:

[Handwritten signature]

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 22.11-26.11.2021 оқу жылына циклограммасы бірінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Мақсат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 23.11 9.35-9.55 25.11 9.10-9.30 26.11 9.10-9.55	Тәуелсіздік Қазақстан (ҚР Тұңғыш Президенті, мемлекеттік рәміздер)	<p>1. Жетекшімен ауыса отырып жүру және жүгіру. Сапқа құрылымын өзгертіп қайта тұру. Допты екі қолымен бастан асыра кедергі арқылы лақтыру (2 м қашықтықтан).</p> <p>2. Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып жүгіру. Допты екі қолымен бастан асыра кедергі арқылы лақтыру (2 м қашықтықтан). Қысқа секіртпемен секіру.</p> <p>3. Бір қалыпты жүру, жүгіру. Қысқа секіртпемен секіру. Оң және сол қолымен көлденең нысанаға (2-2,5 м қашықтықтан), дәлдеп лақтыру.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 23.11 9.10-9.30 25.11 9.35-9.55 26.11 9.35-9.55	Тәуелсіздік Қазақстан (ҚР Тұңғыш Президенті, мемлекеттік рәміздер)	<p>1. Жетекшімен ауыса отырып жүру және жүгіру. Сапқа құрылымын өзгертіп қайта тұру. Допты екі қолымен бастан асыра кедергі арқылы лақтыру (2 м қашықтықтан).</p> <p>2. Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып жүгіру. Допты екі қолымен бастан асыра кедергі арқылы лақтыру (2 м қашықтықтан). Қысқа секіртпемен секіру.</p> <p>3. Бір қалыпты жүру, жүгіру. Қысқа секіртпемен секіру. Оң және сол қолымен көлденең нысанаға (2-2,5 м қашықтықтан), дәлдеп лақтыру.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

<p>№6 22.11 15.30-15.55 23.11 9.35-9.55 24.11 16.05-16.30</p>	<p>Тәуелсіздік Қазақстан (ҚР Тұңғыш Президенті, мемлекеттік рәміздер)</p>	<p>1. Мақсаты: доппен жаттығу жасау біліктерін қалыптастыру. Міндеттері: допты еденге лақтыру, жерге тиіп секірген допты қос қолдың еркін қимылымен қағып алу қабілетін дамыту. Қойылған заттарға жанаспай, олардың арасымен бағытын ауыстыра отырып еңбектеу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз; ептілік, организмнің жалпы төзімділігін дамыту. Қайырымдылыққа, айналадағы тіршілік иелеріне жағымды көзқарас қалыптастыруға ықпал ету; салауатты өмір сүруге және отбасымен бірге дене тәрбиесімен айналысуға дағдыландыру.</p> <p>2. Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау және еңбектеу жаттығулары арқылы организмнің функционалдық мүмкіндіктерін арттыру. Міндеттері: тапсырмаларды орындап, гимнастикалық орындық үстінде жаттығулар орындау, тепе-теңдікті сақтау. Тізе мен алақанды тіреп, бір қатарға қойылған заттардың арасымен еңбектеп жүру қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Аяқ пен қолдың қозғалысын үйлестіру және заттарға жанаспай жүруді үйрету. Ептілікке, шыдамдылыққа баулу, үйлестіру қабілетін дамыту; тәртіпке бағынуға, батылдыққа баулу.</p> <p>3. Мақсаты: нысанаға дәлдеп лақтыру және ұзындыққа секіру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: текшені қолденен нысанаға қолды екпінді түрде түзету арқылы лақтыруға үйрету, көз мөлшерін дамыту. Бір орыннан ұзындыққа секіру кезінде дұрыс бастапқы қалыпты бекіту, қолдың төмен-алға қарай қозғалысын аяқтың итерілуімен үйлестіре орындау. Ептілікті, төзімділікті, қиялын дамыту. Мейірімділік пен толеранттылыққа тәрбиелеу.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>*№12 22.11 16.00-16.25 23.11 10.00-10.25 25.11 10.00-10.25</p>	<p>Тәуелсіздік Қазақстан (ҚР Тұңғыш Президенті, мемлекеттік рәміздер)</p>	<p>1. Мақсаты: доппен жаттығу жасау біліктерін қалыптастыру. Міндеттері: допты еденге лақтыру, жерге тиіп секірген допты қос қолдың еркін қимылымен қағып алу қабілетін дамыту. Қойылған заттарға жанаспай, олардың арасымен бағытын ауыстыра отырып еңбектеу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз; ептілік, организмнің жалпы төзімділігін дамыту. Қайырымдылыққа, айналадағы тіршілік иелеріне жағымды көзқарас қалыптастыруға ықпал ету; салауатты өмір сүруге және отбасымен бірге дене тәрбиесімен айналысуға дағдыландыру.</p> <p>2. Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау және еңбектеу жаттығулары арқылы организмнің функционалдық мүмкіндіктерін арттыру. Міндеттері: тапсырмаларды орындап, гимнастикалық орындық үстінде жаттығулар орындау, тепе-теңдікті сақтау. Тізе мен алақанды тіреп, бір қатарға қойылған заттардың арасымен</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>сибектен жүру қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Аяқ пен қолдың қозғалысын үйлестіру және заттарға жағаспай жүруді үйрету. Ептілікке, шыдамдылыққа баулу, үйлестіру қабілетін дамыту; тәртіпке бағынуға, батылдыққа баулу.</p> <p>3. Мақсаты: нысанаға дәлдеп лақтыру және ұзындыққа секіру дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: текшені қолденең нысанаға қолды екпінді түрде түзету арқылы лақтыруға үйрету, көз мөлшерін дамыту. Бір орыннан ұзындыққа секіру кезінде дұрыс бастапқы қалыпты бекіту, қолдың төмен-алға қарай қозғалысын аяқтың итерілуімен үйлестіре орындау. Ептілікті, төзімділікті, қиялын дамыту. Мейірімділік пен толеранттылыққа тәрбиелеу.</p>			
<p>№2 23.11 11.00-11.30 25.11 10.45-11.15 26.11 15.30-16.00</p>	<p>Тәуелсіздік Қазақстан (ҚР Тұңғыш Президенті, мемлекеттік рәміздер)</p>	<p>1.Тақырып: «Гимнастикалық орындықтың үстімен басына қапшық қойып жүру.» Мақсаты:топтасу дағдыларын , тепе-теңдікті сақтау және екі аяқпен кезектесіп секіру шеберлігін дамыту. 2. Тақырып: «Текшелерді аттап өту арқылы арқанмен бүйірлеп жүру.» Мақсаты:тепе-теңдікті сезінуді қозғалысты үйлестіруді дамыту. 3.Тақырып: «Көлбеу тақтайдың үстімен түзу жүру қырлы бөренелерден екі аяқпен секіру.» Мақсаты:Жылдамдық күш қасиеттерін қозғалысты, ептілік пен қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 23.11 11.35-12.05 26.11 16.05-16.35</p>	<p>Тәуелсіздік Қазақстан (ҚР Тұңғыш Президенті, мемлекеттік рәміздер)</p>	<p>1.Тақырып: «Гимнастикалық орындықтың үстімен басына қапшық қойып жүру.» Мақсаты:топтасу дағдыларын , тепе-теңдікті сақтау және екі аяқпен кезектесіп секіру шеберлігін дамыту. 2. Тақырып: «Текшелерді аттап өту арқылы арқанмен бүйірлеп жүру.» Мақсаты:тепе-теңдікті сезінуді қозғалысты үйлестіруді дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

<p>№7 22.11 11.20-11.50 24.11 15.30-16.00 25.11 11.20-11.50</p>	<p>Независимый Казахстан(Первый Президент РК,государственный символика РК)</p>	<p>1.Учить ходить по гимнастической скамейке, бросать мешочек в обруч одной рукой снизу. Упражнять з ходьбе в колонне, по канату, шнуру прямо, боком. ПИ «Брось дальше» 2.Учить пролезать в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола. Упражнять в ходьбе в колонне по сигналу менять направление. Закреплять умение бросать мешочек в обруч одной рукой снизу.</p> <p>ПИ «Брось дальше» 3.На воздухе. Учить передвигаться по льжне скользящим шагом друг за другом развивать ориентировку в пространстве, упражнять в беге в разном темпе</p> <p>ПИ «Снежки»</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба,бег ОРУ Оснaвные упражнение Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи,спортивные палки, разные припятствие</p>
---	--	---	--	--	--

Тексерілген күні: 19.11.2021ж

Әдіскердің қолы: *К.Шеңбер*

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 29.11-03.12.2021 оқу жылына циклограммасы екінші алға.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Максат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 30.11 9.35-9.55 02.12 9.10-9.30 03.12 9.10-9.30	Тариха саяхат	<p>1.Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіру. Оң және сол қолымен көлденең нысанаға (2-2,5м кашықтықтан), дәлдеп лақтыру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру.</p> <p>2. Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүру.</p> <p>3.Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүру.Гимнастикалық қабырғадан кезектескен кадаммен өрмелеу.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 30.11 9.10-9.55 02.12 9.35-9.55 03.12 9.10-9.55	Тариха саяхат	<p>1.Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіру. Оң және сол қолымен көлденең нысанаға (2-2,5м кашықтықтан), дәлдеп лақтыру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру.</p> <p>2. Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүру.</p> <p>3.Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүру.Гимнастикалық қабырғадан кезектескен кадаммен өрмелеу.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 29.11 15.30-15.55 30.11 10.30-10.55 01.12 16.05-16.35	Тариха саяхат	<p>1.Максаты: нысанаға дәлдеп лақтыру дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: заттардың арасымен қысқа-қысқа адыммен «жыланша» жүру. Қолымызды аяғымыздың қозғалысына қарай еркін қимылдату. Қозғалыс үйлесімділігін дамыту; Тұрақты тепе-теңдік сақтауға және биікте тұрып тапсырмаларды орындаған кезде басты дұрыс ұстауға жаттықтыру, дене сымбатының бұзылуының алдын алу. Допты алға-жоғары лақтырып, өзіне жақындатпай, бүгілген саусақтармен қағып алу қабілетін жетілдіру. Балалардың бойында дербестік, өз-өзіне сенімділік қабілетін қалыптастыру. Дене тәрбиесімен айналысуға ынталандыру, дағдыландыру.</p> <p>2.Максаты: футбол элементтерін қолдану, кеңістікті бағдарлау (оңға-солға) дағдыларын қалыптастыру.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		<p>Міндеттері: алға қарай екпінмен қос аяқтап секіру және тізені жартылай бүгіп, аяқтың ұшымен жерге түсу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Заттарға жанаспай, оларды айналып өту қабілетін қалыптастыру (жалпақтабанның алдын алу – табандағы бұлшық еттерді нығайту). Бір-біріне фитболдарды домалатуға жаттықтыру, көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту. Қозғалыстың дұрыстығы мен айқындығын дамыту, елгезек әрі қайырымды болуға тәрбиелеу.</p> <p>3. Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: бір орыннан итеріле отырып, көлденең жолмен сырғанауға, тепе-теңдікті сақтауға үйрету. Тұрақты түрде тепе-теңдікті сақтау қабілетін жетілдіру, тақтайдың екі ұшынан бастап жүріп, екі жаққа айырылып кетуге үйрету. Оңға қосалқы адым жасап бір кермеден екіншісіне өту арқылы гимнастикалық қабырғамен өрмелеуді бекіту. 20 см биіктіктен тереңге секіруге жаттықтыруды жалғастыру. Жерге тізені сәл бүгіп түсу және жерге түскеннен кейін тепе-теңдікті сақтап қалу қабілетін дамыту. Жалпақтабанның алдын алу – сінір аппаратын нығайту және табандағы буындардың қозғалғыштық қабілетін арттыру. Табиғатты аялауға тәрбиелеу.</p>			
<p>№12 29.11 16.00-16.25 30.11 10.00-10.25 02.12 10.00-10.25</p>	<p>Тариха саяхат</p>	<p>1.Мақсаты: нысанаға дәлдеп лақтыру дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: заттардың арасымен қысқа-қысқа адыммен «жыланша» жүру. Қолымызды аяғымыздың қозғалысына қарай еркін қимылдату. Қозғалыс үйлесімділігін дамыту; Тұрақты тепе-теңдік сақтауға және биікте тұрып тапсырмаларды орындаған кезде басты дұрыс ұстауға жаттықтыру, дене сымбатының бұзылуының алдын алу. Допты алға-жоғары лақтырып, өзіне жақындатпай, бүгілген саусақтармен қағып алу қабілетін жетілдіру. Балалардың бойында дербестік, өз-өзіне сенімділік қабілетін қалыптастыру. Дене тәрбиесімен айналысуға ынталандыру, дағдыландыру.</p> <p>2.Мақсаты: футбол элементтерін қолдану, кеңістікті бағдарлау (оңға-солға) дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: алға қарай екпінмен қос аяқтап секіру және тізені жартылай бүгіп, аяқтың ұшымен жерге түсу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Заттарға жанаспай, оларды айналып өту қабілетін қалыптастыру (жалпақтабанның алдын алу – табандағы бұлшық еттерді нығайту). Бір-біріне фитболдарды домалатуға жаттықтыру, көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту. Қозғалыстың дұрыстығы мен айқындығын дамыту, елгезек әрі қайырымды болуға тәрбиелеу.</p> <p>3. Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: бір орыннан итеріле отырып, көлденең жолмен сырғанауға, тепе-теңдікті сақтауға үйрету. Тұрақты түрде тепе-теңдікті сақтау</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>кабілетін жетілдіру, тақтайдың екі ұшынан бастап жүріп, екі жаққа айырылып кетуге үйрету. Оңға қосалқы адым жасап бір кермеден екіншісіне өту арқылы гимнастикалық қабырғамен өрмелеуді бекіту. 20 см биіктіктен тереңге секіруге жаттықтыруды жалғастыру. Жерге тізені сәл бүтіп түсу және жерге түскеннен кейін тепе-теңдікті сақтап қалу қабілетін дамыту. Жалпақтабанның алдын алу – сіңір аппаратын нығайту және табандағы буындардың қозғалғыштық қабілетін арттыру. Табиғатты аялауға тәрбиелеу.</p>			
<p>№2 30.11 11.00-11.30 03.12 15.30-16.00</p>	Тариха саяхат	<p>1.Тақырып: «Баудың оң және сол жағына секіру, көлбеу тақтаймен аяқты алшақ басып жүру.» Мақсаты:дене шынықтыру жаттығулары арқылы қозғалу белсенділігін, қозғалыс үйлесімділігін және ептілікті қалыптастыру. 2. Тақырып: «Мұз жолағымен сырғанау.» Мақсаты:спорттық ойын элементтері арқылы қозғалу дағдысын , тепе-теңдік сезімін қалыптастыру.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
<p>№13 30.11 11.35-12.05 02.12 10.45-11.15 03.12 16.05-16.35</p>	Тариха саяхат	<p>1.Тақырып: «Баудың оң және сол жағына секіру, көлбеу тақтаймен аяқты алшақ басып жүру.» Мақсаты:дене шынықтыру жаттығулары арқылы қозғалу белсенділігін, қозғалыс үйлесімділігін және ептілікті қалыптастыру. 2. Тақырып: «Мұз жолағымен сырғанау.» Мақсаты:спорттық ойын элементтері арқылы қозғалу дағдысын , тепе-теңдік сезімін қалыптастыру. 3. Тақырып: «Допты екі қолмен лақтырып ұстап алу.» Мақсаты:допты жоғарыға қарай лақтыру және ұстап алу дағдысын қалыптастыру, бір аяқтан екінші аяққа секірудің көмегімен қозғалыс үйлесімділігін дамыту.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
<p>№7 29.11 11.20-11.50 01.12 15.30-16.00</p>	Путешествие в нашу историю.	<p>1.Учить ходить по ребристой поверхности, прыгать с гимнастической скамейки на обозначенное место, мягко приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в пролезании в обруч прямо, боком, не касаясь руками пола.</p> <p>ПИ «Юрта»</p>	Здравствуйте! Ходьба,бег ОРУ Оснaвные упражнения Игра	Игровая технология, Здоровосберегающие технологии	Мячи, спортивные палки, разные препятствия

		2. Учить метать в вертикальную цель правой, левой рукой от плеча упражнять в ходьбе по ребристой доске. Закреплять умение прыгать с гимнастической скамейки на обозначенное место, мягко приземляться на полусогнутые ноги. ПМ «Юрта»			
--	--	--	--	--	--

Тексерілген күні: 26. 11. 2021.

Әдіскердің қолы:



Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 06.12-10.12.2021 оқу жылына циклограммасы үшінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОК	Мақсат ҰОК	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 07.12 9.35-9.55 09.12 9.10-9.30 10.12 9.10-9.30	Нұр-Сұлтан-Отанымыздың жүрегі!	<p>1. Баяу қарқынмен үздіксіз жүгіру. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмелеу. Шеңбер түрінде салынған арқан бойымен тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету.</p> <p>2. Шапшаң және баяу қарқынмен ауыса отырып жүгіру. Шеңбер түрінде салынған арқан бойымен тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. Түрлі бағытта төрттағандап еңбектеу.</p> <p>3. Екі сызықтың арасындағы жолмен қолдарын еркін жағдайда ұстап кендеу адыммен жүру. Түрлі бағытта төрттағандап еңбектеу. Бір-біріне допты домалату.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 07.12 9.10-9.30 09.12 9.35-9.55 10.12 9.35-9.55	Нұр-Сұлтан-Отанымыздың жүрегі!	<p>1. Баяу қарқынмен үздіксіз жүгіру. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмелеу. Шеңбер түрінде салынған арқан бойымен тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету.</p> <p>2. Шапшаң және баяу қарқынмен ауыса отырып жүгіру. Шеңбер түрінде салынған арқан бойымен тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. Түрлі бағытта төрттағандап еңбектеу.</p> <p>3. Екі сызықтың арасындағы жолмен қолдарын еркін жағдайда ұстап кендеу адыммен жүру. Түрлі бағытта төрттағандап еңбектеу. Бір-біріне допты домалату.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 06.12 15.30-15.55 07.12 10.30-10.55 08.12 16.05-16.30	Нұр-Сұлтан-Отанымыздың жүрегі!	<p>1. Мақсаты: баланың денсаулығын қорғау және нығайту, дене тәрбиесіне қызығушылығын дамыту, денсаулық сақтау технологияларын қолдана отырып, қозғалыс қабілеті мен икемділігіне талпындыру.</p> <p>Міндеттері: бір-біріне доп лақтыруды және қолды төбеге көтеріп, қос қолдан қағып алу әдісін меңгеруді жалғастырамыз. Алға қарай секірген кезде қос аяқты бірдей көтеру және тізені аздап бүгіп, жерге түсу қабілетін қалыптастыруды әрі қарай жалғастырамыз. Демді іште сақтамай, еркін демалу қабілетін жетілдіру. Балаларды бір-біріне қайырымды, мейірімді болуға тәрбиелеу.</p> <p>2. Мақсаты: доппен жаттығу жасау және еңбектеу арқылы салауатты өмір салтына машықтарын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: гимнастикалық орындық бойымен етпетінен өрмелеуге үйрету. Орындықтың екі шетінен ұстап, қолдарымызбен көмектесіп өрмелейміз. Допты бір-біріне лақтырып, қолдың басын еркін</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		<p>кимылдатып, бір мезгілде қос қолдап қағып алу қабілетін жетілдіру. Қолды ныққа қойып, аяқтың ұшымен жүруге, тепе-теңдікті сақтауға, сызықтан шығып кетпеуге жаттықтыру. Балалардың бойында салауатты өмір сүру дағдысының қалыптасуына ықпал ету, отбасына және жақындарына құрметпен қарауға үйрету.</p> <p>3. Мақсаты: қысқы ойындарға қызығушылықтарын қалыптастыру. Міндеттері: мұзды жолмен сырғанауға, тепе-теңдікті сақтауға үйрету. Арақашықтығы 2 метрлік екі қатарға тұрып, қолды жоғары көтеру әдісімен бір-біріне доп лақтыруға үйрету. Жұптар арасындағы қышықтық пен допты лақтыру күшін бірбірімен үйлестіру қабілетін дамыту. Қолмен төменге және алға қарай оқыс қимылдар жасау, бір орыннан ұзындыққа секірген кезде аяқты екпінмен алға созу, жерге тізені сәл бүгіп түсу қабілетін дамыту. Көзбен мөлшерлеу қабілетін, әрекет ету жылдамдығын дамыту; бұлшық ет тонусын реттеу қабілетін қалыптастыруды әрі қарай жалғастыру.</p>			
<p>№12 06.12 16.00-16.25 07.12 10.00-10.25 09.12 10.00-10.25</p>	<p>Нұр-Сұлтан- Отанымызды н жүрегі!</p>	<p>1. Мақсаты: баланың денсаулығын қорғау және нығайту, дене тәрбиесіне қызығушылығын дамыту, денсаулық сақтау технологияларын қолдана отырып, қозғалыс қабілеті мен икемділігіне талпындыру. Міндеттері: бір-біріне доп лақтыруды және қолды төбеге көтеріп, қос қолдап қағып алу әдісін меңгеруді жалғастырамыз. Алға қарай секірген кезде қос аяқты бірдей көтеру және тізені аздап бүгіп, жерге түсу қабілетін қалыптастыруды әрі қарай жалғастырамыз. Демді іште сақтамай, еркін демалу қабілетін жетілдіру. Балаларды бір-біріне қайырымды, мейірімді болуға тәрбиелеу.</p> <p>2. Мақсаты: доппен жаттығу жасау және еңбектеу арқылы салауатты өмір салтына машықтарын қалыптастыру. Міндеттері: гимнастикалық орындық бойымен етлетінен өрмелеуге үйрету. Орындықтың екі шетінен ұстап, қолдарымызбен көмектесіп өрмелейміз. Допты бір-біріне лақтырып, қолдың басын еркін қимылдатып, бір мезгілде қос қолдап қағып алу қабілетін жетілдіру. Қолды ныққа қойып, аяқтың ұшымен жүруге, тепе-теңдікті сақтауға, сызықтан шығып кетпеуге жаттықтыру. Балалардың бойында салауатты өмір сүру дағдысының қалыптасуына ықпал ету, отбасына және жақындарына құрметпен қарауға үйрету.</p> <p>3. Мақсаты: қысқы ойындарға қызығушылықтарын қалыптастыру. Міндеттері: мұзды жолмен сырғанауға, тепе-теңдікті сақтауға үйрету. Арақашықтығы 2 метрлік екі қатарға тұрып, қолды жоғары көтеру әдісімен бір-біріне доп лақтыруға үйрету. Жұптар арасындағы қышықтық пен допты лақтыру күшін бірбірімен</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доғтар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		үйлөстүрү кабилетин дамыту. Колмен төменге және алга карай окыс кимылдар жасау, бир орыннан ұзындыкка секирген кезде аякты екпінмен алга созу, жерге тізені сәл бүгін түсу кабилетин дамыту. Көзбен мөлшерлеу кабилетин, әрекет ету жылдамдыгын дамыту; бұлшык ет тонусын реттеу кабилетин калыптастыруды әрi карай жалғастыру.			
№2 07.12 11.00-11.30 09.12 10.45-11.15 10.12 15.30-16.00	Нұр-Султан-Отанымыздың жүрегі!	1. Тақырып: «Допты заттардың арасымен домаллату.» Мақсаты: Қозғалу дағдыларын және қозғалыс үйлесімділігін калыптастыру. 2. Тақырып: «Допты баспен итеріп, кегілдердің арасымен төрттағандап еңбектеу.» Мақсаты: Қозғалу дағдыларын және қозғалыс үйлесімділігін калыптастыру. 3. Тақырып: «Тепетендікті сақтап, ойлы қырлы тактай үстімен жүру» Мақсаты: тепе тендік сезімін қозғалысты үйлестіреді ептілікпен күш қасиетін дамыту.	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№13 07.12 11.35-12.05 10.12 16.05-16.35	Нұр-Султан-Отанымыздың жүрегі!	1. Тақырып: «Допты заттардың арасымен домаллату.» Мақсаты: Қозғалу дағдыларын және қозғалыс үйлесімділігін калыптастыру. 2. Тақырып: «Допты баспен итеріп, кегілдердің арасымен төрттағандап еңбектеу.» Мақсаты: Қозғалу дағдыларын және қозғалыс үйлесімділігін калыптастыру.	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№7 06.12 11.20-11.50 08.12 15.30-16.00 09.12 11.20-11.50	Нұр-Султан-столица нашей родины!	1. Учить ходить по гимнастической скамейке, с переключением на каждый шаг мяча из руки в руку за спиной. Закреплять умение метать мяч в вертикальную цель правой, левой рукой от плеча ПМ «Не оставайся на полу» 2. Учить лазанию по шведской стенке, вверх, вниз не пропуская рек. Подлезанию под дуги высотой 50см. ПМ «Не оставайся на полу» 3. Учить детей метать снежки в цель, и спускаться на санках	Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Основные упражнения Игра	Игровая технология, Здоровосберегающие технологии	Мячи, спортивные палки, разные припятствие

		сediaнках с горы. Плигра «Точно в цель»			
--	--	--	--	--	--

Тексерілген күні: 3.12.2021ж

Әдіскердің қолы: 


Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 13.12-15.12.2021 оқу жылына циклограммасы төртінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҮОҚ	Максат ҮОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 14.12 9.35-9.55	Менің туған өлкем	1. Шашырап жүру және жүгіру. Бір-біріне допты домалату. Басына күм салынған қап қойып (салмағы 400 грамм), тура салынған жіп бойымен жүру.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 14.12 9.10-9.30	Менің туған өлкем	1. Шашырап жүру және жүгіру. Бір-біріне допты домалату. Басына күм салынған қап қойып (салмағы 400 грамм), тура салынған жіп бойымен жүру.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 13.12 15.30-15.55 14.12 10.30-10.55 15.12 16.05-16.30	Менің туған өлкем	1. Максаты: көз мөлшерін дамыту, салауатты өмір салты машықтарын қалыптастыру. Міндеттері: биікте жүрген кезде денені тік ұстап, дене сымбатын сақтау қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Дененің дұрыс қалпын сақтап, қолдың көмегімен тартылу қабілетін нығайту, организмнің жалпы төзімділігін дамыту, күшін арттыру. Балалардың санасына салауатты өмір сүру дағдысын сіңіруге ықпал ету. 2. Максаты: қозғалысты мәнерлеп орындау дағдыларын ырғаққа үйрету. Міндеттері: биікте жүрген кезде тепе-теңдік пен дене сымбатын сақтап заттарды аздап өтуге жаттықтыруды әрі қарай жалғастырамыз. Допты еденге тігінен лақтырып, жерге тиіп секіргеннен кейін қос қолдан қағып шуды үйрету. Педагогтің айтқандарын тыңдау, оның көрсеткендерін мұқият ден қозға үйрету, өз қимылдарын өзге балалармен келісін жасауға үйрету.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		<p>козғалыстарды орындау ізбе-ізділігі мен тәртібін сақтау.</p> <p>3. Таза ауада.</p> <p>Мақсаты: спорттық жаттығулар арқылы қозғалыс үйлесімділігін және төзімділікті дамыту. Міндеттері: қарды нысанаға лақтыруға, сермеуге үйрету. Бір-бірін шамамен сүйреу, шананы бірде оң, бірде сол қолымен сүйреу білігін дамыту.</p> <p>Тұрақты тепе-теңдік пен биікте жүрген кезде денені тік ұстап, дене сымбатын сақтау, одан аяқтың ұшымен жеңіл түсу қабілетін нығайту (сколиоздың алдын алу). Дұрыс тыныс алу дағдысын қалыптастыруды жалғастыру. Қозғалыстың айқындығын, ығраққа сәйкестігін дамыту. Қоршаған ортаның сұлулығын қабылдай білуге үйрету, ойыншықтарды күтіп ұстауға тәрбиелеу. Әрекеттерді бірлесіп орындау, бір-біріне жол беру біліктерін тәрбиелеу.</p>			
<p>№12 13.12 16.00-16.25 14.12 10.00-10.25</p>	<p>Менің туған өлкем</p>	<p>1. Мақсаты: көз мөлшерін дамыту, салауатты өмір салты машықтарын қалыптастыру. Міндеттері: биікте жүрген кезде денені тік ұстап, дене сымбатын сақтау қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Дененің дұрыс қалпын сақтап, қолдың көмегімен тартылу қабілетін нығайту, организмнің жалпы төзімділігін дамыту, күшін арттыру. Балалардың санасына салауатты өмір сүру дағдысын сіңіруге ықпал ету.</p> <p>2. Мақсаты: қозғалысты мәнерлеп орындау дағдыларын ығраққа үйрету. Міндеттері: биікте жүрген кезде тепе-теңдік пен дене сымбатын сақтап заттарды аттап өтуге жаттықтыруды әрі қарай жалғастырамыз. Допты еденге тігінен лақтырып, жерге тиіп секіргеннен кейін қос қолдап қағып алуды үйрету. Педагогтің айтқандарын тыңдау, оның көрсеткендерін мұқият ден қоюға үйрету, өз қимылдарын өзге балалармен келісіп жасауға үйрету, қозғалыстарды орындау ізбе-ізділігі мен тәртібін сақтау.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№2 14.12 11.00-11.30</p>	<p>Менің туған өлкем</p>	<p>1. Тақырып: «Гимнастикалық орындықтың үстінде ішпен еңбектеу» Мақсаты: тепе-теңдік сезімін қозғалысты үйлестіріп ептілікпен күш қасиетін дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

<p>№13 14.12 11.35-12.05</p>	<p>Менің туган өлкем</p>	<p>1.Тақырып: «Гимнастикалық орындақтың үстінде ішпен еңбектеу» Мақсаты:теле теңдік сезімін қозғалысты үйлестіріді ептілікпен күш қасиетін дамыту.</p>	<p>Сапа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№7 13.12 11.20-11.50 15.12 15.30-16.00</p>	<p>Мой родной край</p>	<p>1.Учить ползать с подлезанием под дуги с мячом в руках. Закрепить умение бросать мяч двумя руками из-за головы через припятствие. ПМИ «Не оставайся на полу» 2.Учить лазанью по шведской стенке, вверх, вниз не пропуская реек. Подлезанию под дуги высотой 50см. ПМИ «Не оставайся на полу»</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба,бег ОРУ Оснaвные упражнение Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи,спортивные палки, разные припятствие</p>

Тексерілген күні: 20.12.2017ж

Әдіскердің қолы: 

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 20.12-24.12.2021 оқу жылына циклограммасы төртінші апта.(қайталау)

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Максат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
<p>№4 21.12 9.35-9.55 23.12 9.10-9.30 24.12 9.10-9.30</p>		<p>1. Шашырап жүру және жүгіру. Бір-біріне допты домалату. Басына құм салынған қап қойып (салмағы 400 грамм), тура салынған жіп бойымен жүру.</p> <p>2. Жүруді жүгіруге ауыстыру. Басына құм салынған қап қойып (салмағы 400 грамм), тура салынған жіп бойымен жүру. Допты жоғары қарай лақтыру және оны қос қолымен қағып алу.</p> <p>3. Қатар қойылған заттардың арасынан «жыланша» жүгіру. Допты жоғары қарай лақтыру және оны қос қолымен қағып алу. Сызықтардың үстінен қос аяқпен секіру (бір-бірінен 1 м арақашықтықтағы 4 сызық).</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№11 14.12 9.10-9.30 23.12 9.30-9.55 24.12 9.30-9.55</p>		<p>1. Шашырап жүру және жүгіру. Бір-біріне допты домалату. Басына құм салынған қап қойып (салмағы 400 грамм), тура салынған жіп бойымен жүру.</p> <p>2. Жүруді жүгіруге ауыстыру. Басына құм салынған қап қойып (салмағы 400 грамм), тура салынған жіп бойымен жүру. Допты жоғары қарай лақтыру және оны қос қолымен қағып алу.</p> <p>3. Қатар қойылған заттардың арасынан «жыланша» жүгіру. Допты жоғары қарай лақтыру және оны қос қолымен қағып алу. Сызықтардың үстінен қос аяқпен секіру (бір-бірінен 1 м арақашықтықтағы 4 сызық).</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

<p>№6 20.12 15.30-15.55 21.12 10.30-10.55 22.12 16.05-16.30</p>		<p>1. Мақсаты: көз мөлшерін дамыту, салауатты өмір салты машықтарын қалыптастыру. Міндеттері: биікте жүрген кезде денені тік ұстап, дене сымбатын сақтау қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Дененің дұрыс қалпын сақтап, қолдың көмегімен тартылу қабілетін нығайту, организмнің жалпы төзімділігін дамыту, күшін арттыру. Балалардың санасына салауатты өмір сүру дағдысын сіңіруге ықпал ету.</p> <p>2. Мақсаты: қозғалысты мәнерлеп орындау дағдыларын ығраққа үйрету. Міндеттері: биікте жүрген кезде тепе-теңдік пен дене сымбатын сақтап заттарды аттап өтуге жаттықтыруды әрі қарай жалғастырамыз. Допты еденге тігінен лақтырып, жерге тиіп секіргеннен кейін қос қолдап қағып алуды үйрету. Педагогтің айтқандарын тыңдау, оның көрсеткендерін мұқият ден қоюға үйрету, өз қимылдарын өзге балалармен келісіп жасауға үйрету, қозғалыстарды орындау ізбе-ізділігі мен тәртібін сақтау.</p> <p>3. Таза ауада.</p> <p>Мақсаты: спорттық жаттығулар арқылы қозғалыс үйлесімділігін және төзімділікті дамыту. Міндеттері: қарды нысанаға лақтыруға, сермеуге үйрету. Бір-бірін шамамен сүйреу, шананы бірде оң, бірде сол қолымен сүйреу білігін дамыту.</p> <p>Тұрақты тепе-теңдік пен биікте жүрген кезде денені тік ұстап, дене сымбатын сақтау, одан аяқтың ұшымен жеңіл түсу қабілетін нығайту (сколиоздың алдын алу). Дұрыс тыныс алу дағдысын қалыптастыруды жалғастыру. Қозғалыстың айқындығын, ығраққа сәйкестігін дамыту. Қоршаған ортаның сұлулығын қабылдай білуге үйрету, ойыншықтарды күтіп ұстауға тәрбиелеу. Әрекеттерді бірлесе орындау, бір-біріне жол беру біліктерін тәрбиелеу.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№12 20.12 16.00-16.25 21.12 10.00-10.25 23.12 10.00-10.25</p>		<p>1. Мақсаты: көз мөлшерін дамыту, салауатты өмір салты машықтарын қалыптастыру. Міндеттері: биікте жүрген кезде денені тік ұстап, дене сымбатын сақтау қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Дененің дұрыс қалпын сақтап, қолдың көмегімен тартылу қабілетін нығайту, организмнің жалпы төзімділігін дамыту, күшін арттыру. Балалардың санасына салауатты өмір сүру дағдысын сіңіруге ықпал ету.</p> <p>2. Мақсаты: қозғалысты мәнерлеп орындау дағдыларын ығраққа үйрету. Міндеттері: биікте жүрген кезде тепе-теңдік пен дене сымбатын сақтап заттарды аттап өтуге жаттықтыруды әрі қарай жалғастырамыз. Допты еденге тігінен лақтырып, жерге тиіп</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>секіргеннен кейін қос қолдап қағып алуды үйрету. Педагогтің айтқандарын тындау, оның көрсеткендерін мұқият ден қоюға үйрету, өз қимылдарын өзге балалармен келісіп жасауға үйрету, қозғалыстарды орындау ізбе-ізділігі мен тәртібін сақтау.</p> <p>3. Таза ауада.</p> <p>Максаты: спорттық жаттығулар арқылы қозғалыс үйлесімділігін және төзімділікті дамыту. Міндеттері: қарды нысанаға лақтыруға, сермеуге үйрету. Бір-бірін шамамен сүйреу, шапаны бірде оң, бірде сол қолымен сүйреу білігін дамыту.</p> <p>Тұрақты теле-тендік пен биікте жүрген кезде денені тік ұстап, дене сымбатын сақтау, одан аяқтың ұшымен жеңіл түсу қабілетін нығайту (сколиоздың алдын алу). Дұрыс тыныс алу дағдысын қалыптастыруды жалғастыру. Қозғалыстың айқындығын, ыргакка сәйкестігін дамыту. Қоршаған ортаның сұлулығын қабылдай білуге үйрету, ойыншықтарды күтіп ұстауға тәрбиелеу. Әрекеттерді бірлесе орындау, бір-біріне жол беру біліктерін тәрбиелеу.</p>			
<p>№2 21.12 11.00-11.30 24.12 15.30-16.00</p>		<p>1.Тақырып: «Гимнастикалық орындықтың үстінде ішпен еңбектеу» Максаты:тепе теңдік сезімін қозғалысты үйлестіріді ептілікпен күш қасиетін дамыту.</p> <p>2.Тақырып: «Қапшықты арқалап,төрттағандап еңбектеу және басына қапшық қойып ойлы қырлы тақтай үстімен жүру» Максаты:тұрақты тепе-теңдікті және қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 21.12 11.35-12.05 23.12 10.45-11.15 24.12 16.05-16.35</p>		<p>1.Тақырып: «Гимнастикалық орындықтың үстінде ішпен еңбектеу» Максаты:тепе теңдік сезімін қозғалысты үйлестіріді ептілікпен күш қасиетін дамыту.</p> <p>2.Тақырып: «Қапшықты арқалап,төрттағандап еңбектеу және басына қапшық қойып ойлы қырлы тақтай үстімен жүру» Максаты:тұрақты тепе-теңдікті және қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру.</p> <p>3.Тақырып: «Шаңғымен сырғишпен қадам жасау қарды нысанаға лақтыру» Максаты:Спорттық жаттығулар және таза ауадағы</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		ойындар арқылы қозғалыс дағдыларын, қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру.			
№7 20.12 11.20-11.50 22.12 15.30-16.00		<p>1. Учить ползать с подлезанием под дуги с мячом в руках. Закрепить умение бросать мяч двумя руками из-за головы через препятствие.</p> <p>ПВИ «Не оставайся на полу»</p> <p>2. Учить лазанию по шведской стенке, вверх, вниз не пропуская реек. Подлезанию под дуги высотой 50см.</p> <p>ПВИ «Не оставайся на полу»</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Оснaвные упражнения Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи, спортивные палки, разные препятствие</p>

Тексерілген күні: 15.12.2021ж

Әдіскердің қолы:



Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 27.12-31.12.2021 оқу жылына циклограммасы бірінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Мақсат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
<p>№4 28.12 9.35-9.55 30.12 9.10-9.30 31.12 9.10-9.55</p>	<p>Айналамыздағы өсімдіктер</p>	<p>1.Бағытты өзгерте отырып жүру және жүруден жүгіруге ауысу. Сызықтардың үстінен қос аяқпен секіру (бір-бірінен 1 м арақашықтықтағы 4 сызық).Гимнастикалық орындық бойымен қолдарын белдеріне қойып, текшелерден аттап жүру.</p> <p>2. Орташа қарқынмен жүру және жүгіру.Гимнастикалық орындық бойымен қолдарын белдеріне қойып, текшелерден аттап жүру.Допты бір-біріне төменнен лақтыру, басынан асыра лақтыру және оны қағып алу.</p> <p>3.Бірінің артынан бірі кедергілерден аттап жүру. Допты бір-біріне төменнен лақтыру, басынан асыра лақтыру және оны қағып алу.Балаларды төбешіктен сырғанау, бір-бірін сырғанату.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№11 28.12 9.10-9.30 30.12 9.35-9.55 31.12 9.35-9.55</p>	<p>Айналамыздағы өсімдіктер</p>	<p>1.Бағытты өзгерте отырып жүру және жүруден жүгіруге ауысу. Сызықтардың үстінен қос аяқпен секіру (бір-бірінен 1 м арақашықтықтағы 4 сызық).Гимнастикалық орындық бойымен қолдарын белдеріне қойып, текшелерден аттап жүру.</p> <p>2. Орташа қарқынмен жүру және жүгіру.Гимнастикалық орындық бойымен қолдарын белдеріне қойып, текшелерден аттап жүру.Допты бір-біріне төменнен лақтыру, басынан асыра лақтыру және оны қағып алу.</p> <p>3.Бірінің артынан бірі кедергілерден аттап жүру. Допты бір-біріне төменнен лақтыру, басынан асыра лақтыру және оны қағып алу.Балаларды төбешіктен сырғанау, бір-бірін сырғанату.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

<p>№6 27.12 15.30-15.55 28.12 9.35-9.55 29.12 16.05-16.30</p>	<p>Айналамызда ғы өсімдіктер</p>	<p>1. Мақсаты: жарыстар ұйымдастыру арқылы балалардың қозғалыс әлеуетін дамыту. Міндеттері: жарыстардың көмегімен балалардың қимылқозғалыс белсенділігін дамытуды жалғастырамыз. Бір орыннан ұзындыққа секірген кезде бастапқы қалыпты сақтау қабілетін нығайту, өзінің қатардағы орнын тез табу қабілетін нығайту, залдағы кеңістікті толық пайдалануға, жүрген кезде бір-біріне кедергі келтірмеуге үйрету. Допты екпінмен итеру және доптың қозғалыс бағытын сақтау қабілетін жетілдіру, көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту. Қозғалыс үйлесімділігін дамыту, ептілікке, зейінділікке баулу; төзімді, тәптіпті болуға үйрету; күшті, епті болуға деген қызығушылығын ояту.</p> <p>2. Мақсаты: жұппен бір-біріне доп лақтыру, ойын жаттығулары арқылы ұзындыққа секіру дағдыларын бекіту. Міндеттері: шаңғыны киюге және шешуге, дайындық жаттығуларын орындауға үйрету. Арақашықтығы 2 метрлік қос қатарда тұрып, қолдарын жоғары көтеру әдісімен бір-біріне доп лақтырып ойнауға үйрету. Допты лақтыру күші мен қатарлар арасындағы қашықтықты сәйкестендіру. Қолдармен төменге және алға оқыс қимылдар жасау қабілетін жетілдіруді жалғастыру, бір орында тұрып ұзындыққа секірген кезде қос аяқты бірдей екпінмен алға шығарып, жерге түскенде тізені аздап бүгуге үйрету; көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту, зейінділікке, жылдам әрекет етуге баулу. Педагогтің айтқандарын асықпай мұқият тындау қабілетін қалыптастыруды жалғастырамыз; өзгелермен дос болуға, тө</p> <p>3. Таза ауада. Мақсаты: шаңғымен жүру дағдысын қалыптастыру. Міндеттері: шаңғыны киюге және шешуге, дайындық жаттығуларын орындауға үйрету. Бір орында түрегеліп тұрып, қар лақтыру, бүгілген қолдарды екпінмен түзету арқылы қардың лақтыру күшін арттыру. Дұрыс жүру рефлексін қалыптастыру, дамыту. ірегін жылы, жағымды қабылдауға үйрету.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
--	--------------------------------------	---	--	---	---

<p>№12 27.12 16.00-16.25 28.12 10.00-10.25 30.12 10.00-10.25</p>	<p>Айналамызда ғы өсімдіктер</p>	<p>1. Максаты: жарыстар ұйымдастыру арқылы балалардың қозғалыс әлеуетін дамыту. Міндеттері: жарыстардың көмегімен балалардың қимылқозғалыс белсенділігін дамытуды жалғастырамыз. Бір орыннан ұзындыққа секірген кезде бастапқы қалыпты сақтау қабілетін нығайту, өзінің қатардағы орнын тез табу қабілетін нығайту, залдағы кеңістікті толық пайдалануға, жүрген кезде бір-біріне кедергі келтірмеуге үйрету. Допты екпінмен итеру және доптың қозғалыс бағытын сақтау қабілетін жетілдіру, көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту. Қозғалыс үйлесімділігін дамыту, ептілікке, зейінділікке баулу; төзімді, тәптіпті болуға үйрету; күшті, епті болуға деген қызығушылығын ояту.</p> <p>2. Максаты: жұппен бір-біріне доп лақтыру, ойын жаттығулары арқылы ұзындыққа секіру дағдыларын бекіту. Міндеттері: шаңғыны киюге және шешуге, дайындық жаттығуларын орындауға үйрету. Арақашықтығы 2 метрлік қос қатарда тұрып, қолдарын жоғары көтеру әдісімен бір-біріне доп лақтырып ойнауға үйрету. Допты лақтыру күші мен қатарлар арасындағы қашықтықты сәйкестендіру. Қолдармен төменге және алға оқыс қимылдар жасау қабілетін жетілдіруді жалғастыру, бір орында тұрып ұзындыққа секірген кезде қос аяқты бірдей екпінмен алға шығарып, жерге түскенде тізені аздап бүгуге үйрету; көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту, зейінділікке, жылдам әрекет етуге баулу. Педагогтің айтқандарын асықпай мұқият тындау қабілетін қалыптастыруды жалғастырамыз; өзгелермен дос болуға, тө</p> <p>3. Таза ауада. Максаты: шаңғымен жүру дағдысын қалыптастыру. Міндеттері: шаңғыны киюге және шешуге, дайындық жаттығуларын орындауға үйрету. Бір орында түрегеліп тұрып, қар лақтыру, бүгілген қолдарды екпінмен түзету арқылы қардың лақтыру күшін арттыру. Дұрыс жүру рефлексін қалыптастыру, дамыту. нiрегiн жылы, жағымды қабылдауға үйрету.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
--	--------------------------------------	--	--	---	---

<p>№2 28.12 11.00-11.30 30.12 10.45-11.15 31.12 15.30-16.00</p>	<p>Айналамыздағы өсімдіктер</p>	<p>1. Тақырып: «Гимнастика қабырғамен жоғарыға шығу қабырғаға доп лақтыру» Мақсаты: жылдамдық күш қасиетін, ептілікті және қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру. 2. Тақырып: «Қапшықты екі тізенің ортасына қысып, кегілдердің арасымен екі аяқпен секіру» Мақсаты: Қозғалу дағдыларын жылдамдық күш қасиеттері мен ептілікті дамыту. 3. Тақырып: «Гимнастика қабырғаға әртекті тәсілмен өрмелеу» Мақсаты: Қозғалу дағдыларын жылдамдық күш қасиеттері мен ептілікті дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 28.12 11.35-12.05 31.12 16.05-16.35</p>	<p>Айналамыздағы өсімдіктер</p>	<p>1. Тақырып: «Гимнастика қабырғамен жоғарыға шығу қабырғаға доп лақтыру» Мақсаты: жылдамдық күш қасиетін, ептілікті және қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру. 2. Тақырып: «Қапшықты екі тізенің ортасына қысып, кегілдердің арасымен екі аяқпен секіру» Мақсаты: Қозғалу дағдыларын жылдамдық күш қасиеттері мен ептілікті дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№7 27.12 11.20-11.50 29.12 15.30-16.00 30.12 11.20-11.50</p>	<p>Растения вокруг нас</p>	<p>Цель: расширение знаний о зиме, зимних забавах, видов спорта, зимних явлениях. 1. Учить прыгать с разбега, отталкиваясь двумя ногами через веревку, нанизывать кольца на палку кольце брось ПИ «Прыгай с нами через ров» 2. Учить лазанью по шведской стенке, вверх, вниз, с пролёта на пролёт. ПИ «Пожарные на ученье» 3. на воздухе Катание с горки. Учить кататься детей на санках ледянках по одному или вдвоем; подниматься с санками на горку; тормозить при спуске с нее. Подвижная игра «Игра в снежки»</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Оснaвные упражнения Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи, спортивные палки, разные препятствие</p>

Тексерілген күні: 29.12.2021ж

Одіскердің қолы: *К.Исмаилов*

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 05.01-06.01.2022 оқу жылына циклограммасы екінші апта.

Күні Тобы	Такырып ҰОҚ	Мақсат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 06.01 9.10-9.30	<i>Жануарлар әлемі</i>	1. Тақтай бойымен жүру және жүгіру. Балаларды төбешіктен сырғанау, бір-бірін сырғанату. Қимылының бағытын сақтап, 6 метр арақашықтықта төрт тағандап еңбектеу.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 06.01 9.35-9.55	<i>Жануарлар әлемі</i>	1. Тақтай бойымен жүру және жүгіру. Балаларды төбешіктен сырғанау, бір-бірін сырғанату. Қимылының бағытын сақтап, 6 метр арақашықтықта төрт тағандап еңбектеу.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 05.01 16.05-16.35	<i>Жануарлар әлемі</i>	1. Мақсаты: денешынықтыру сабақтары арқылы экологиялық мәдениеттерін қалыптастыру. Міндеттері: бөренемен төрт аяқтап өрмелеген кезде аяқ пен қолдың жұмысын үйлестіруге үйрету, 2 метр қашықтықта тұрып, бір-біріне доп лақтырысу қабілетін жетілдіруді әрі қарай жалғастыру, доптың ұшу бағытын қадағалау, ұшып келе жатқан допты қолды бүгіп жеңіл қағып алу. Қозғалыс ырғағын, айқындылығын дамыту. Балалардың бойында экологиялық мәдениеттің, жануарлардың табиғат жағдайындағы тіршілігі жайлы түсінік қалыптастыруға ықпал ету.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№12 06.01 10.00-10.25	<i>Жануарлар әлемі</i>	1. Мақсаты: денешынықтыру сабақтары арқылы экологиялық мәдениеттерін қалыптастыру. Міндеттері: бөренемен төрт аяқтап өрмелеген кезде аяқ пен қолдың жұмысын үйлестіруге үйрету, 2 метр қашықтықта тұрып, бір-біріне доп лақтырысу қабілетін жетілдіруді әрі қарай жалғастыру, доптың ұшу бағытын қадағалау, ұшып келе жатқан допты қолды бүгіп жеңіл қағып алу. Қозғалыс ырғағын, айқындылығын дамыту. Балалардың бойында экологиялық мәдениеттің, жануарлардың табиғат жағдайындағы тіршілігі жайлы түсінік қалыптастыруға ықпал ету.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

№2	Жануарлар әлемі		Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№13 06.01 10.45-11.15	Жануарлар әлемі	1. Тақырып: «Допты екі қолмен себетке салу баскетбол нұсқасы қолбеу тактайдың үстімен жүру және жүгіру» Мақсаты: Дәлдікті, қозғалыс үлесімділігін ойын жаттығулары және спорттық ойын элементтері арқылы жылдамдық қасиеттерін дамыту.	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№7 05.01 15.30-16.00	Мир животных	1. Учить ходить по наклонной доске боком, приставным шагом, сохраняя равновесие. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками из-за головы ПМ «Забрось мяч в кольцо»	Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Основные упражнения Игра	Игровая технология, Здоровосберегающи е технологии	Мячи, спортивные палки, разные припятствие

Тексерілген күні: 31.12.2021ж

Әдіскердің қолы:



Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 10.01-14.01.2021 оқу жылына циклограммасы үшінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Максат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 11.01 9.35-9.55 13.01 9.10-9.30 14.01 9.10-9.30	Құстар – біздің досымыз	<p>1.Түрлі қимылдарды түрлі қарқында музыкалық сүйемелдеу: ырғақты жүру, жеңіл жүгіру. Мұзды жолдармен өздігінен сырғанау. Екі аяқтың ұшымен итеріліп, орташа биіктікке секіру.</p> <p>2.Шашырап жүру және жүгіру. Екі аяқтың ұшымен итеріліп, орташа биіктікке секіру.Алақан мен табанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>3.Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру.Алақан мен табанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу. 2 метр арақашықтықта допты бір-біріне төменнен лақтыру.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 11.01 9.10-9.30 13.01 9.35-9.55 14.01 9.35-9.55	Құстар – біздің досымыз	<p>1.Түрлі қимылдарды түрлі қарқында музыкалық сүйемелдеу: ырғақты жүру, жеңіл жүгіру. Мұзды жолдармен өздігінен сырғанау. Екі аяқтың ұшымен итеріліп, орташа биіктікке секіру.</p> <p>2.Шашырап жүру және жүгіру. Екі аяқтың ұшымен итеріліп, орташа биіктікке секіру.Алақан мен табанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>3.Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру.Алақан мен табанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу. 2 метр арақашықтықта допты бір-біріне төменнен лақтыру.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 10.01 15.30-15.55 11.01 10.30-10.55 12.01 16.05-16.30	Құстар – біздің досымыз	<p>1. Максаты: музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқында қимыл жасау біліктерін қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: музыкаға сай әртүрлі ырғақпен түрлі қимылқозғалыстар жасауға үйретуді әрі қарай жалғастырамыз: өз төңірегінде айналу, жеңіл әрі ырғақпен секіру. Тұрақты тепетендік пен биікте жүрген кезде денені тік ұстап, дене сымбатын сақтау, одан аяқтың ұшымен жеңіл түсу қабілетін нығайту (сколиоздың алдын алу). Алға қарай</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		<p>қос аяқтап секіру жаттығуларын жалғастыру. Дұрыс тыныс алу дағдысын қалыптастыруды жалғастырамыз. Ойыншықтарды күтіп ұстауға баулу.</p> <p>2. Мақсаты: секіру және допты бір-біріне лақтыру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: бірнеше сызықтан керекпен секіруді, бір уақытта екі аяқпен екпінмен итерілуді, денені алға еңкейтпей, жерге аяқтың ұшымен түсуге үйетуді жалғастыру. Музыкаға сай түрлі ырғақпен әртүрлі қозғалыстар жасау қабілетін жетілдіруді әрі қарай жалғастырамыз: тізені жоғары көтеріп ырғақпен жүру, бірқалыпты отырып-тұру жаттығуларын орындау. Допты бастан асыра ұстап, қос қолдап лақтыруға жаттықтыру. Ойлау қабілетін, зейінін, есту арқылы қабылдау және көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту. Ынталылық пен ыждағаттылыққа, өз-өзіне сенімділікке баулу.</p> <p>3. Таза ауада. Мақсаты: шаңғымен жүрген кезде қимыл үйлесімділігін және тепе-теңдікті қалыптастыру. Міндеттері: шаңғымен адымдап жүруге үйрету. Жолмен сырғанау дағдысын бекіту. Динамикалық тепе-теңдікті және қимыл үйлесімділігін дамыту. Спортпен шұғылдануға және салауатты өмір салты машықтарын тәрбиелеу.</p>			
<p>№12 10.01 16.00-16.25 11.01 10.00-10.25 13.01 10.00-10.25</p>	<p>Құстар – біздің досымыз</p>	<p>1. Мақсаты: музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқында қимыл жасау біліктерін қалыптастыру. Міндеттері: музыкаға сай әртүрлі ырғақпен түрлі қимылқозғалыстар жасауға үйретуді әрі қарай жалғастырамыз: өз төңірегінде айналу, жеңіл әрі ырғақпен секіру. Тұрақты тепе-теңдік пен биікте жүрген кезде денені тік ұстап, дене сымбатын сақтау, одан аяқтың ұшымен жеңіл түсу қабілетін нығайту (сколиоздың алдын алу). Алға қарай қос аяқтап секіру жаттығуларын жалғастыру. Дұрыс тыныс алу дағдысын қалыптастыруды жалғастырамыз. Ойыншықтарды күтіп ұстауға баулу.</p> <p>2. Мақсаты: секіру және допты бір-біріне лақтыру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: бірнеше сызықтан керекпен секіруді, бір уақытта екі аяқпен екпінмен итерілуді, денені алға еңкейтпей, жерге аяқтың ұшымен түсуге үйетуді жалғастыру. Музыкаға сай түрлі ырғақпен әртүрлі қозғалыстар жасау қабілетін жетілдіруді әрі қарай жалғастырамыз: тізені жоғары көтеріп ырғақпен жүру, бірқалыпты отырып-тұру жаттығуларын орындау. Допты бастан асыра ұстап, қос қолдап лақтыруға жаттықтыру. Ойлау қабілетін, зейінін, есту арқылы қабылдау және көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>Ынтымастық пен ыждағаттылыққа, өз-өзіне сенімділікке баулу.</p> <p>3. Таза ауада.</p> <p>Мақсаты: шаңғымен жүрген кезде қимыл үйлесімділігін және тепе-теңдікті қалыптастыру. Міндеттері: шаңғымен адымдап жүруге үйрету. Жолмен сырғанау дағдысын бекіту. Динамикалық тепе-теңдікті және қимыл үйлесімділігін дамыту. Спортпен шұғылдануға және салауатты өмір салты машықтарын тәрбиелеу.</p>			
<p>№2</p> <p>11.01</p> <p>11.00-11.30</p> <p>13.01</p> <p>10.45-11.15</p> <p>14.01</p> <p>15.30-16.00</p>	<p>Құстар – біздің досымыз</p>	<p>1.Тақырып: «Бір орында тұрып ұзындыққа секіру» Мақсаты:Ойын және спорттық ойын элементтері арқылы дәлдеп лақтыру ептілік күш сапаларын дамыту.</p> <p>2.Тақырып: «Допты оң қолмен жоғары қарай лақтыру сол қолмен ұстап алу» Мақсаты:Ойын және спорттық ойын элементтері арқылы дәлдеп лақтыру ептілік күш сапаларын дамыту.</p> <p>3.Тақырып: «Шанада жұппен сырғанау» Мақсаты:Төбеден шанамен жұп болып сырғанауды үйрету.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13</p> <p>11.01</p> <p>11.35-12.05</p> <p>14.01</p> <p>16.05-16.35</p>	<p>Құстар – біздің досымыз</p>	<p>1.Тақырып: «Бір орында тұрып ұзындыққа секіру» Мақсаты:Ойын және спорттық ойын элементтері арқылы дәлдеп лақтыру ептілік күш сапаларын дамыту.</p> <p>2.Тақырып: «Допты оң қолмен жоғары қарай лақтыру сол қолмен ұстап алу» Мақсаты:Ойын және спорттық ойын элементтері арқылы дәлдеп лақтыру ептілік күш сапаларын дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№7</p> <p>10.01</p> <p>11.20-11.50</p> <p>12.01</p> <p>15.30-16.00</p> <p>13.01</p> <p>11.20-11.50</p>	<p>Птицы – наши друзья</p>	<p>1.Закреплять лазанье по шведской стенке вверх, вниз, с пролёта на пролёт. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками снизу</p> <p>ПМ «Снежинки»</p> <p>2.Учить ходить на повышенной опоре, прыгать на двух ногах из обруча в обруч, положенные в шахматном порядке, ПМ «Снежинки»</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба,бег ОРУ Оснaвные упражнения Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи,спортивные палки, разные припятствие</p>

		3.Учить скользить по ледяной дорожке самостоятельно, после разбега; приседать и снова вставать во время скольжения, развивать координацию движений ПМ «Найди пару».			
--	--	--	--	--	--

Тексерілген күні: 6.01.2022ж
Әдіскердің қолы: *К.С.С.*

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 17.01-21.01.2021 оқу жылына циклограммасы төртінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Мақсат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 18.01 9.35-9.55 20.01 9.10-9.30 21.01 9.10-9.30	Ғажайып қыс (қысқы ойындар)	1. Қозғалыс бағытын «жыланша» ирелеңдеп өзгертіп жүру. 2 метр арақашықтықта допты бір-біріне төменнен лақтыру. Доганың астынан еңбектеу (биіктігі 40 см). 2. Түзу бағытта біркелкі қадаммен жүру және бірқалыпты жүгіру. Доганың астынан еңбектеу (биіктігі 40 см). Биіктігі 5-10 см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру. 3. Жетекшінің ауысуымен, қарқынды жылдамдатып және ақырын жүгіру. Биіктігі 5-10 см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру. Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолымен қағып алу.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 18.01 9.10-9.30 20.01 9.30-9.55 21.01 9.30-9.55	Ғажайып қыс(қысқы ойындар)	1. Қозғалыс бағытын «жыланша» ирелеңдеп өзгертіп жүру. 2 метр арақашықтықта допты бір-біріне төменнен лақтыру. Доганың астынан еңбектеу (биіктігі 40 см). 2. Түзу бағытта біркелкі қадаммен жүру және бірқалыпты жүгіру. Доганың астынан еңбектеу (биіктігі 40 см). Биіктігі 5-10 см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру. 3. Жетекшінің ауысуымен, қарқынды жылдамдатып және ақырын жүгіру. Биіктігі 5-10 см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру. Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолымен қағып алу.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

<p>№6 17.01 15.30-15.55 18.01 10.30-10.55 19.01 16.05-16.30</p>	<p>Ғажайып кыс (қысқы ойындар)</p>	<p>1.Максаты: дене шынықтыру жаттығуларының денсаулықпен байланысы туралы түсініктерін қалыптастыру. Міндеттері: колдарын шынтақтың тұсынан бүгіп, екпінді тездетпей және баяулатпай, қысқа-қысқа алымдармен бірқалыпты жүгіруге үйретуді жалғастыру. Қос аяқпен екпінмен итеріліп, 5 жіптен кезекпен секіру және жерге аяқтың ұшымен жеңіл түсу, бойды тіктеп, табанды тіреп тұру қабілетін нығайту. Төрт аяқтап еңбектеу және заттар арқылы еңбектен өту (жұмсақ модульдер) қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Үйлесімділік қабілетін, организмнің жалпы төзімділігін дамыту, дұрыс тыныстауға дағдыландыру. Денешынықтыру мен денсаулық арасындағы байланыс туралы түсінік қалыптастыру: спортпен шұғылдануға тәрбиелеу, салауатты өмір сүруге дағдыландыру. Өз денсаулығын күте білуге тәрбиелеу.</p> <p>2.Максаты: допты меңгеру және гимнастикалық орындық бойымен жүру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: қозғалыс қарқынын сақтауға, аяқты өкшеден басып, ұшына түсіруге үйретуді жалғастыру. Түрегеп тұрған күйі допты бастан асырып алысқа лақтыру, қолды сілкіп түзету арқылы допты күшпен лақтыру қабілетін дамыту. Төбеге қапшық қойып, гимнастикалық орындықпен дене сымбатын бұзбай жүру, скалиоздың алдын алу. Спортпен шұғылдануға тәрбиелеу, салауатты өмір сүруге дағдыландыру.</p> <p>3.Таза ауада.</p> <p>Максаты: спорттық жаттығуларды орындау арқылы сенсомоторлық анализаторларын дамыту. Міндеттері: мұзды жолдармен сырғанауға, тепе-теңдікті сақтауға үйрету. Жүгіру, кол мен аяқ қимылдары үйлесімділігін бекіту. Шанамен сырғанауға жаттықтыру, қырын бұрылу, алдыға және жан-жағына қарау біліктерін дамыту. Жылдам әрекет етуін, көз мөлшерін, қимыл үйлесімділігін дамыту. Достыққа, дербестікке тәрбиелеу.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№12 17.01 16.00-16.25 18.01 10.00-10.25 20.01 10.00-10.25</p>	<p>Ғажайып кыс (қысқы ойындар)</p>	<p>1.Максаты: дене шынықтыру жаттығуларының денсаулықпен байланысы туралы түсініктерін қалыптастыру. Міндеттері: колдарын шынтақтың тұсынан бүгіп, екпінді тездетпей және баяулатпай, қысқа-қысқа алымдармен бірқалыпты жүгіруге үйретуді жалғастыру. Қос аяқпен екпінмен итеріліп, 5 жіптен кезекпен секіру және жерге аяқтың ұшымен жеңіл түсу, бойды тіктеп, табанды тіреп тұру қабілетін нығайту. Төрт аяқтап еңбектеу және заттар арқылы еңбектен өту (жұмсақ модульдер) қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Үйлесімділік қабілетін, организмнің жалпы төзімділігін дамыту, дұрыс тыныстауға дағдыландыру. Денешынықтыру мен денсаулық арасындағы байланыс туралы</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>түсінік қалыптастыру; спортпен шұғылдануға тәрбиелеу, салауатты өмір сүруге дағдыландыру. Өз денсаулығын күте білуге тәрбиелеу.</p> <p>2.Мақсаты: допты меңгеру және гимнастикалық орындық бойымен жүру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: қозғалыс қарқынын сақтауға, аяқты өкшеден басып, ұшына түсіруге үйретуді жалғастыру. Түрегеп тұрған күйі допты бастан асырып алысқа лақтыру, қолды сілкіп түзету арқылы допты күшпен дақтыру қабілетін дамыту. Төбеге қалшық қойып, гимнастикалық орындықпен дене сымбатын бұзбай жүру, скампадан алдын алу. Спортпен шұғылдануға тәрбиелеу, салауатты өмір сүруге дағдыландыру.</p> <p>3.Таза ауада.</p> <p>Мақсаты: спорттық жаттығуларды орындау арқылы сенсомоторлық анализаторларын дамыту. Міндеттері: мұзды жолдармен сырғанауға, тепе-теңдікті сақтауға үйрету. Жүгіру, қол мен аяқ қимылдары үйлесімділігін бекіту. Шанамен сырғанауға жаттықтыру, қырын бұрылу, алдыға және жан-жағына қарау біліктерін дамыту. Жылдам әрекет етуін, көз мөлшерін, қимыл үйлесімділігін дамыту. Достыққа, дербестікке тәрбиелеу.</p>			
<p>№2 18.01 11.00-11.30 21.01 15.30-16.00</p>	<p>Ғажайып қыс (қысқы ойындар)</p>	<p>1.Тақырып: «Кедергілер арқылы еңбектеу, доғаның астымен еңбектеу бір біріне төменнен доп лақтыру» Мақсаты: Дене шынықтыру жаттығулары және көп қимылды ойындар арқылы балалардың денешынықтыру дағдыларын дамыту.</p> <p>2.Тақырып: «Обручтері домалату және обручке бүйірмен кіру» Мақсаты: Қозғалыс үйлесімділігін ептілікті және ойын жаттығулары арқылы қозғалыс белсенділігін дамыту.</p>	<p>Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 18.01 11.35-12.05 20.01 10.45-11.15 21.01 16.05-16.1</p>	<p>Ғажайып қыс (қысқы ойындар)</p>	<p>1.Тақырып: «Кедергілер арқылы еңбектеу, доғаның астымен еңбектеу бір біріне төменнен доп лақтыру» Мақсаты: Дене шынықтыру жаттығулары және көп қимылды ойындар арқылы балалардың денешынықтыру дағдыларын дамыту.</p> <p>2.Тақырып: «Обручтері домалату және обручке бүйірмен кіру» Мақсаты: Қозғалыс үйлесімділігін ептілікті және ойын жаттығулары арқылы қозғалыс белсенділігін дамыту.</p>	<p>Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>3.Тақырып: «Нығыздалған доптарды ағтап өту арқылы гимнастикалық орындықтың үстімен жүру допты лақтыру»</p> <p>Мақсаты:Балалардың қозғалыс белсенділігін дамыту тепетеңдік сезімі дөңешынықтыру жаттығулары және спорттық ойын элементтері арқылы өзіндікті және қозғалыс үйлесімділігін дамыту.</p>			
<p>№7 17.01 11.20-11.50 19.01 15.30-16.00</p>	<p>Водное поло – зима(зимние забавы)</p>	<p>1.Учить забрасывать мяч в баскетбольную корзину двумя руками, закреплять умение прыгать на двух ногах из обруча в обруч</p> <p>II И «Сбей булаву»</p> <p>2.Совершенствовать пролезание в обруч правым левым боком, в группировке.</p> <p>III И «Найди пару».</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба,бег ОРУ Оснaвные упражнения Игра</p>	<p>Игровая технология. Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи,спортивные палки, разные припятствие</p>

Тексерілген күні: 14.01.2022ж.

Әдіскердің қолы: *Күсеп*

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының 24.01-28.01.2022 оқу жылына циклограммасы бірінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОК	Мақсат ҰОК	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 25.01 9.35-9.55 27.01 9.10-9.30	Айналамыздағы әсемдік	<p>1. Шашырап жүру және жүгіру. Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолымен қағып алу. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмелеу.</p> <p>2. Қалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүгіру. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмелеу. Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 3-6 доп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту.</p> <p>3. Сапта тапсырманы орындай отырып, жүру және жүгіру. Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 3-6 доп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту. Берілген бағытта допты домалату, допты қақпаға домалату.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№5 25.01 9.10-9.30 27.01 9.35-9.55 28.01 9.35-9.55	Айналамыздағы әсемдік	<p>1. Шашырап жүру және жүгіру. Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолымен қағып алу. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмелеу.</p> <p>2. Қалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүгіру. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмелеу. Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 доп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту.</p> <p>3. Сапта тапсырманы орындай отырып, жүру және жүгіру. Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 доп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту. Берілген бағытта допты домалату, допты қақпаға домалату.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

<p>24.01 15.30-15.55 25.01 9.35-9.55 26.01 16.05-16.30</p>	<p>Айналамызда ғы әсемдік</p>	<p>1.Максаты: еңбектеу және допты алға-жоғары лақтыру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: еденде бүйірімен тұрған сатының тепкішектерінің арасымен еңбектеуді үйрету, қол мен аяқтың жұмысын үйлестіруге дағдыландыру. Доп ұстаған қолдарымызды бастан асырып артқа қарай ұстау және бүгілген қолды жазып, доптың алға және жоғары қарай ұшу бағытын қамтамасыз ету; қимылдардың орындалу ретін сақтау қабілетін нығайту. Үйлестіру қабілетін, организмнің жалпы төзімділігін, икемділігін дамыту. Спортпен шұғылдануға дағдыландыру, салауатты өмір сүруге тәрбиелеу.</p> <p>2.Максаты: еңбектеу және допты алға-жоғары лақтыру дағдысын қалыптастыру. Міндеттері: қырлы тақтаймен жүрген кезде тепе-теңдікті сақтау (жаппақтабанның алдын алу) қабілетін жетілдіру. Еденде бүйірімен тұрған сатының тепкішектерінің арасымен жанаспай еңбектеуді, еңбектеген кезде бағытты солға және оңға қарай жазып өзертуді үйрету. Шектеуді алағана көс аяқтап секіріп жатпау. Ептілік пен үйлестіру қабілетін дамыту.</p> <p>3. Таза ауада. Максаты: спорттық ойындар арқылы организмнің функционалдық мүмкіндіктерін арттыру. Міндеттері: балаларды хоккей ойынымен таныстыру, қозғалыстың алғашқы шиклын дұрыс бастау үшін дұрыс бастапқы қалыпты қабылдауға үйрету. Шайбаны тура бағытта алып жүруге үйрету. Ептілікке баулу, организмнің төзімділігі мен күшін арттыру. Дене тәрбиесімен айналысуға, епті әрі шапшаң болуға тәрбиелеу.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру, ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№12 24.01 16.00-16.25 25.01 10.00-10.25 27.01 10.00-10.25</p>	<p>Айналамызда ғы әсемдік</p>	<p>1.Максаты: еңбектеу және допты алға-жоғары лақтыру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: еденде бүйірімен тұрған сатының тепкішектерінің арасымен еңбектеуді үйрету, қол мен аяқтың жұмысын үйлестіруге дағдыландыру. Доп ұстаған қолдарымызды бастан асырып артқа қарай ұстау және бүгілген қолды жазып, доптың алға және жоғары қарай ұшу бағытын қамтамасыз ету; қимылдардың орындалу ретін сақтау қабілетін нығайту. Үйлестіру қабілетін, организмнің жалпы төзімділігін, икемділігін дамыту. Спортпен шұғылдануға дағдыландыру, салауатты өмір сүруге тәрбиелеу.</p> <p>2. Максаты: жаттығуларды орындау кезінде тепе-теңдікті сақтау дағдысын қалыптастыру. Міндеттері: қырлы тақтаймен жүрген кезде тепе-теңдікті сақтау (жаппақтабанның алдын алу) қабілетін жетілдіру. Еденде бүйірімен тұрған сатының</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру, ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		тепкішектерінің арасымен жанапай епбектеуді, епбектеген кезде бағытты солға және оңға қарай жылдам өзгертуді үйрету. Шектеуді алаңда қос аяқтап секіріп жаттығу. Ептілік пен үйлестіру қабілетін дамыту; отансүйгіштікке баулу. 3. Таза ауада. Максаты: спорттық ойындар арқылы организмнің функционалдық мүмкіндіктерін арттыру. Міндеттері: балаларды хоккей ойынымен таныстыру; қозғалыстың ептілігі мен үйлестіру қабілетін дамыту; бастапқы кезеңде бастапқы кезеңде ойынның ептілігі мен үйлестіру қабілетін дамыту; ойынның ептілігі мен үйлестіру қабілетін дамыту; ойынның ептілігі мен үйлестіру қабілетін дамыту.			
10.45-11.15 28.01 15.30-16.00	Айналамыздағы әсемдік	1.Тақырып: «Еңістеу жерден шаңымен түсу және басын алаңға қотерілу» Максаты: балалардың жылдамдық күш сапаларын ептілік пен қозғалыс үйлесімділігін дамыту. 2.Тақырып: «Допты межелеген еп жерде дейін алып жүру» Максаты: балалардың жылдамдық күш сапаларын ептілік пен қозғалыс үйлесімділігін дамыту. 3.Тақырып: «Гимнастикалық қабырғада өрмелеу басқа аралыққа оту және төмен қарай түсу» Максаты: балалардың жылдамдық күш сапаларын ептілік пен қозғалыс үйлесімділігін дамыту.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру, ЖДЖ Негізгі жаптығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі келергілер
№13 25.01 11.35-12.05 28.01 16.05-16.35	Айналамыздағы әсемдік	1.Тақырып: «Допты межелеген еп жерде дейін алып жүру» Максаты: балалардың жылдамдық күш сапаларын ептілік пен қозғалыс үйлесімділігін дамыту. 2.Тақырып: «Гимнастикалық қабырғада өрмелеу басқа аралыққа оту және төмен қарай түсу» Максаты: балалардың жылдамдық күш сапаларын ептілік пен қозғалыс үйлесімділігін дамыту.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру, ЖДЖ Негізгі жаптығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі келергілер

<p>24.01 11.20-11.50 26.01 15.30-16.00 27.01 11.20-11.50</p>	<p>Прекрасное рядом</p>	<p>Цель: развитие личности ребенка, владеющего элементарными навыками познавательной деятельности, необходимыми для взаимодействия с окружающим миром; осмыслению нравственных норм и формирование терпимости и уважения к разным людям.</p> <p>1. Учить бегать по низкой доске. Прыгать попеременно на правой и левой ноге. Упражнять проходить с закрытыми глазами 3 м.</p> <p>2. Учить бросать мяч в даль двумя руками из-за головы в положении сидя, придавая броску энергиям выпрямлением согнутых рук; выполнять ОРУ в едином темпе. Закреплять умение последовательно перепрыгивать из обруча в обруч, энергично отталкиваясь двумя ногами одновременно, приземляться на носки, не наклоняя корпус вперед.</p> <p>III «Снег, Самолет, Санки»</p> <p>3. 3. На воздухе Катание с горки: Учить кататься детей на санках ледянках по одному или вдвоем; подниматься с санками на горку; тормозить при спуске с нее. Подвижная игра «Игра в снежки»</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Оснaвные упражнения Игра</p>	<p>Игровая технология. Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи, спортивные палки, разные припятствие</p>
--	-------------------------	---	---	--	---

Тексеріл ен күні:

14.01.2024

Өдіскердің қолы:

[Handwritten signature]

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 31.01-04.02.2022 оқу жылына циклограммасы екінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Максат ҰОҚ	Әдістемелік кабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 01.02 9.35-9.55 03.02 9.10-9.35 04.02 9.10-9.30	Көліктер	<p>1.Бағытты өзгерте отырып жүру және жүруден жүгіруге ауысу. Берілген бағытта допты домалату, допты қақпаға домалату. Басына қап қойып, жіптің бойымен жүру.</p> <p>2.Сапта белгі бойынша тоқтап, біреуден жүру және жүгіру. Басына қап қойып, жіптің бойымен жүру.Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру.</p> <p>3.Баяу қарқынмен жүру және жүгіру.Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру. Еденге салған тақтай бойымен қос аяқпен секіру.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 01.02 9.10-9.35 03.02 9.35-9.55 04.02 9.35-9.55	Көліктер	<p>1.Бағытты өзгерте отырып жүру және жүруден жүгіруге ауысу. Берілген бағытта допты домалату, допты қақпаға домалату. Басына қап қойып, жіптің бойымен жүру.</p> <p>2.Сапта белгі бойынша тоқтап, біреуден жүру және жүгіру. Басына қап қойып, жіптің бойымен жүру.Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру.</p> <p>3.Баяу қарқынмен жүру және жүгіру.Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру. Еденге салған тақтай бойымен қос аяқпен секіру.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 31.01 15.30-15.55 01.02 10.00-10.25 02.02 16.05-16.35	Көліктер	<p>1. Максаты: қолденең нысанаға дәлдеп лақтыру дағдысын қалыптастыру. Міндеттері: қарағай бұрлерін (ойыншық текшелерді) 2 метр қашықтықтан қолденең нысанаға лақтыру, көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту. Адымын кең ашып, жылдам қарқынмен жүгіру, қол мен аяқтың қозғалысын үйлестіру қабілетін жетілдіру. Табанды өкшеден аяқтың ұшына дейін тигізу, тепетендік сақтау қабілетін нығайту (жалпақтабанның алдын алу, табандағы бұлшық еттерді нығайту). Педагогтің айтқандарын тындау, оның көрсеткендеріне мұқият ден қоюға үйрету, өз қимылдарын өзге балалармен келісіп жасауға үйрету, қозғалыстарды орындау ізбе-ізділігі мен тәртібін сақтау.</p> <p>2.Максаты: көз мөлшерін, қолдары мен аяқтары қимылдарының үйлесімділігін дамыту.</p> <p>Міндеттері: 2 метр қашықтықтан қолденең нысанаға лақтыру, көзбен мөлшерлеу, лақтыратын қолға сәйкес келетін аяқты жылжытып қою қабілетін дамыту. Құрсаудан-құрсауға қос аяқтап секіру, қолды төменге және алға қимылдатып, аяқтың қозғалысымен үйлесімді әрекет</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		<p>ету, жерге тізені сәл бүгіп, аяқтың ұшымен жеңіл түсу қабілетін дамытуды жалғастырамыз. Жүру мен жүгіруді бір-бірімен кезектестіріп орындау, тез қарқынмен жүгірген кезде дене корпусын дұрыс ұстау қабілетін (денені қозғалыс бағытына қарай аздап еңкейту, нықтарды бос ұстау және алға қарау) қалыптастыру. Ептілік пен үйлестіру қабілетін дамыту; отансүйгіштікке баулу, жеке тұлғаның әлеуметтік дағдыларын қалыптастыруды жалғастыру.</p> <p>3. Таза ауада.</p> <p>Мақсаты: спорттық ойындар арқылы организмнің функционалдық мүмкіндіктерін арттыру. Міндеттері: хоккей ойнауға үйрету, қозғалыстың алғашқы циклын дұрыс бастау үшін дұрыс бастапқы қалыпты қабылдауға үйрету. Шайбаны тура бағытта алып жүруге үйрету. Соғатын қолға аттас аяқты сәл артқа қою білігін бекіту. Ептілікті, төзімділікті дамыту. Мейірімділікке, дербестікке тәрбиелеу.</p>			
<p>№12 31.01 16.00-16.25 01.01 10.00-10.25 03.01 10.00-10.25</p>	<p>Көліктер</p>	<p>1. Мақсаты: көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру дағдысын қалыптастыру. Міндеттері: қарағай бүрлерін (ойыншық текшелерді) 2 метр қашықтықтан көлденең нысанаға лақтыру, көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту. Адымын кең ашып, жылдам қарқынмен жүгіру, қол мен аяқтың қозғалысын үйлестіру қабілетін жетілдіру. Табанды екішеден аяқтың ұшына дейін тигізу, тепетендік сақтау қабілетін нығайту (жалпақтабанның алдын алу, табандағы бұлшық еттерді нығайту). Педагогтің айтқандарын тыңдау, оның көрсеткендеріне мұқият ден қоюға үйрету, өз қимылдарын өзге балалармен келісіп жасауға үйрету, қозғалыстарды орындау ізбе-ізділігі мен тәртібін сақтау.</p> <p>2. Мақсаты: көз мөлшерін, қолдары мен аяқтары қимылдарының үйлесімділігін дамыту.</p> <p>Міндеттері: 2 метр қашықтықтан көлденең нысанаға лақтыру, көзбен мөлшерлеу, лақтыратын қолға сәйкес келетін аяқты жылжытып қою қабілетін дамыту. Құрсаудан-құрсауға қос аяқтап секіру, қолды төменге және алға қимылдатып, аяқтың қозғалысымен үйлесімді әрекет ету, жерге тізені сәл бүгіп, аяқтың ұшымен жеңіл түсу қабілетін дамытуды жалғастырамыз. Жүру мен жүгіруді бір-бірімен кезектестіріп орындау, тез қарқынмен жүгірген кезде дене корпусын дұрыс ұстау қабілетін (денені қозғалыс бағытына қарай аздап еңкейту, нықтарды бос ұстау және алға қарау) қалыптастыру. Ептілік пен үйлестіру қабілетін дамыту; отансүйгіштікке баулу, жеке тұлғаның әлеуметтік дағдыларын қалыптастыруды жалғастыру.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		3. Таза ауада. Мақсаты: спорттық ойындар арқылы организмнің функционалдық мүмкіндіктерін арттыру. Міндеттері: хоккей ойнауға үйрету, қозғалыстың алғашқы циклын дұрыс бастау үшін дұрыс бастапқы қалыпты қабылдауға үйрету. Шайбаны тура бағытта алып жүруге үйрету. Соғатын қолға аттас аяқты сәл артқа қою білігін бекіту. Ептілікті, төзімділікті дамыту. Мейірімділікке, дербестікке тәрбиелеу.			
№2 01.02 11.00-11.30 04.02 15.30-16.00	Көліктер	1. Тақырып: «Бір обручтен 2 обручке секіру қырынан қойылған сатыны тақтайшалыры арқылы өту» Мақсаты: ептілікті қозғалыс белсенділігін жылдамдық күш қасиеттері мен балалардың топтасу шеберлігін дамыту. 2. Тақырып: «Допты себетке лақтыру» Мақсаты: қозғалыстың негізгі түрлерін жетілдіру, қозғалыс үйлесімділігін ептілікті дәлдікті және тепе теңдік сезімін дамыту.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№13 01.02 11.35-12.05 03.02 10.45-11.15 04.02 16.05-16.35	Көліктер	1. Тақырып: «Бір обручтен 2 обручке секіру қырынан қойылған сатыны тақтайшалыры арқылы өту» Мақсаты: ептілікті қозғалыс белсенділігін жылдамдық күш қасиеттері мен балалардың топтасу шеберлігін дамыту. 2. Тақырып: «Допты себетке лақтыру» Мақсаты: қозғалыстың негізгі түрлерін жетілдіру, қозғалыс үйлесімділігін ептілікті дәлдікті және тепе теңдік сезімін дамыту. 3. Тақырып: «Қырлы боренелер арқылы аттан өту» Мақсаты: қозғалыстың негізгі түрлерін жетілдіру, қозғалыс үйлесімділігін ептілікті дәлдікті және тепе теңдік сезімін дамыту.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№7 31.01 11.20-11.50 02.02 15.30-16.00	Транспорт	1. Учить ползать на животе с мешочком на спине, подтягиваясь руками. Совершенствовать метание мешочка вдаль. ПМ «Сбей кеглю» 2. Учить ползать на животе с мешочком на спине, подтягиваясь руками. Совершенствовать ходьбу по низкой скамейке с мешочком на голове. ПМ «Сбей кеглю»	Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Основные упражнения Игра	Игровая технология, Здоровосберегающие технологии	Мячи, спортивные палки, разные припятствие

Тексерілген күні:

28.01.2022 ж.

Әдіскердің қолы:

К. С. С. С.

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 07.02.-11.02.2022 оқу жылына циклограммасы үшінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Мақсат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 08.02 9.35-9.55 10.02 9.10-9.30 11.02 9.10-9.30	Электроника әлемі	<p>1.Орташа қарқынмен жүру және жүгіру. Еденге салған тактай бойымен қос аяқпен секіру. Бастапқы калыпта тұрып, түрлі бағытта қойылған доптарды лақтыру.</p> <p>2.Қарқынды өзгерте отырып жүру және жүгіру. Бастапқы калыпта тұрып, түрлі бағытта қойылған доптарды лақтыру. Сапқа тұру барысында бағдар бойынша теңелу; оңға, солға айналу, бұрылыстар жасау.</p> <p>3.Кедергілерден аттап жүру және жүгіру. Сапқа тұру барысында бағдар бойынша теңелу; оңға, солға айналу, бұрылыстар жасау. Қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіріп, қырындап адымдау.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 08.02 9.10-9.30 10.02 9.35-9.55 11.02 9.35-9.55	Электроника әлемі	<p>1.Орташа қарқынмен жүру және жүгіру. Еденге салған тактай бойымен қос аяқпен секіру. Бастапқы калыпта тұрып, түрлі бағытта қойылған доптарды лақтыру.</p> <p>2.Қарқынды өзгерте отырып жүру және жүгіру. Бастапқы калыпта тұрып, түрлі бағытта қойылған доптарды лақтыру. Сапқа тұру барысында бағдар бойынша теңелу; оңға, солға айналу, бұрылыстар жасау.</p> <p>3.Кедергілерден аттап жүру және жүгіру. Сапқа тұру барысында бағдар бойынша теңелу; оңға, солға айналу, бұрылыстар жасау. Қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіріп, қырындап адымдау.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 07.02 15.30-15.55 08.02 10.30-10.55 09.02 16.05-16.30	Электроника әлемі	<p>1. Мақсаты: секіру және нысанаға дәлдеп лақтыру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: еденде отырған күйі доп ұстаған қолдарымызды бастан асырып алысқа лақтыру, бүгілген қолды жазу арқылы допты лақтыру күшін арттыру қабілетін қалыптастыруды жалғастырамыз. Құрсаудан-құрсауға кезекпен қос аяқтап секіру, бір уақытта екі аяқпен күшпен итерілу, денені алға еңкейтпей, тізені сәл бүгіп, аяқтың ұшымен жеңіл түсу қабілетін нығайту. Күш пен жылдамдықты арттыру, көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту. Әлеуметтік қабілеті жоғары тұлға ретінде тәрбиелеу, отбасын сыйлауға баулу.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		<p>2.Мақсаты: өрмелеу және допты алысқа лақтыру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: кермені дұрыс ұстауға үйрету (4 саусақ үстінен, үлкен саусақ астынан), аяғын кезекпен басып гимнастикалық қабырғамен өрмелеу, аяқ пен қолдың қимылдарын үйлестіру қабілетін нығайту. Балаларды доп көтерген қолдарын басынан асырып лақтыру, бүгілген қолдарды жазып, жоғары қарай көтергеннен кейін екпінмен лақтырылған доптың ұшу траекториясының дұрыс болуын қамтамасыз ету. Ойын түріндегі жаттығулардың көмегімен балалардың қимылқозғалыс тәжірибесін байытуды, кеңістікте бағдарлау қабілетін, ырғақпен әрі айқын қимылдау қабілетін дамытуды жалғастырамыз. Балалардың бойында жануарлардың табиғаттағы тіршілігі жайлы түсінік қалыптастыру; жануарлардың тіршілігі туралы мәлімет беру; қайырымдылыққа тәрбиелеу, қоршаған ортаны позитивті тұрғыдан қабылдау.</p> <p>3. Таза ауада.</p> <p>Мақсаты: спорттық жаттығуларды орындау арқылы қимыл үйлесімділігін және тепе-теңдікті дамыту.</p> <p>Міндеттері: төбешікке қосалқы қадаммен, бір қырымен көтерілуге үйрету. Шаңғы жолымен бірінің артынан бірі сырғымалы қадаммен жүру білігін бекіту. Шаңғы жолымен бір-бірінің артынан сырғанап адымдап қозғалу біліктерін бекіту. Динамикалық тепе-теңдікті және қимыл үйлесімділігін дамыту. Спортпен шұғылдану, салауатты өмір салты машықтарын тәрбиелеу.</p>			
<p>№12 07.02 16.00-16.25 08.02 10.00-10.25 10.02 10.00-10.25</p>	<p>Электроника әлемі</p>	<p>1. Мақсаты: секіру және нысанаға дәлден лақтыру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: еденде отырған күйі доп ұстаған қолдарымызды бастан асырып алысқа лақтыру, бүгілген қолды жазу арқылы допты лақтыру күшін арттыру қабілетін қалыптастыруды жалғастырамыз. Құрсаудан-құрсауға кезекпен қос аяқтап секіру, бір уақытта екі аяқпен күшпен итерілу, денені алға еңкейтпей, тізені сәл бүгіп, аяқтың ұшымен жеңіл түсу қабілетін нығайту. Күш пен жылдамдықты арттыру, көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту. Әлеуметтік қабілеті жоғары тұлға ретінде тәрбиелеу, отбасын сыйлауға баулу.</p> <p>2.Мақсаты: өрмелеу және допты алысқа лақтыру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: кермені дұрыс ұстауға үйрету (4 саусақ үстінен, үлкен саусақ астынан), аяғын кезекпен басып гимнастикалық қабырғамен өрмелеу, аяқ пен қолдың қимылдарын</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>үйлестіру қабілетін нығайту. Балаларды доп көтерген қолдарын басынан асырып лақтыру, бүгілген қолдарды жазып, жоғары қарай көтергеннен кейін екпінмен лақтырылған доптың ұшу траекториясының дұрыс болуын қамтамасыз ету. Ойын түріндегі жаттығулардың көмегімен балалардың қимылқозғалыс тәжірибесін байытуды, кеңістікте бағдарлау қабілетін, ыргакпен әрі айқын қимылдау қабілетін дамытуды жалғастырамыз. Балалардың бойында жануарлардың табиғаттағы тіршілігі жайлы түсінік қалыптастыру;</p> <p>жануарлардың тіршілігі туралы мәлімет беру; қайырымдылыққа тәрбиелеу, қоршаған ортаны позитивті тұрғыдан қабылдау.</p> <p>3. Таза ауада.</p> <p>Мақсаты: спорттық жаттығуларды орындау арқылы қимыл үйлесімділігін және теле-тендікті дамыту.</p> <p>Міндеттері: төбешікке қосалқы қадаммен, бір қырымен көтерілуге үйрету. Шаңғы жолымен бірінің артынан бірі сырғымалы қадаммен жүру білігін бекіту. Шаңғы жолымен бір-бірінің артынан сырғанап адымдап қозғалу біліктерін бекіту. Динамикалық тепе-тендікті және қимыл үйлесімділігін дамыту. Спортпен шұғылдану, салауатты өмір салты машықтарын тәрбиелеу.</p>			
<p>№2 08.02 11.00-11.30 10.02 10.45-11.15 11.02 15.30-16.00</p>	<p>Электроника әлемі</p>	<p>1. Тақырып: «Көлбеу тақтайдың үстімен жүру аадамдап түсу допты себетке лақтыру» Мақсаты: тепе теңдікті сақтау, допты себетке лақтыру және қырлы бөренелер арқылы аттап өту шеберліктерін дамыту.</p> <p>2. Тақырып: «Баудың оң және сол жағынан секіру» Мақсаты: дене шынықтыру жаттығулары арқылы қозғалыс үйлесімділігін және ептілікті қалыптастыру.</p> <p>3. Тақырып: «Допты екі қолмен жоғарыға лақтырып ұстап алу, алға қарай ұмтылып бір аяқтан 2 аяққа секіру» Мақсаты: допты жоғарыға қарай лақтыру және ұстап алу дағдысын қалыптастыру.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

<p>№13 08.02 11.35-12.05 11.02 16.05-16.35</p>	<p>Электроника әлемі</p>	<p>1.Тақырып: «Көлбеу тактайдын үстімен жүру аадамдап түсу допты себетке лақтыру» Мақсаты:тепе теңдікті сақтау, допты себетке лақтыру және қырлы бөренелер арқылы аттап өту шеберліктерін дамыту.</p> <p>2. Тақырып: «Баудын оң және сол жағынан секіру» Мақсаты:дене шынықтыру жаттығулары арқылы қозғалыс үйлесімділігін және ептілікті қалыптастыру.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№7 07.02 11.20-11.50 09.02 15.30-16.00 10.02 11.20-11.50</p>	<p>Мир электроника</p>	<p>1. Учить ползать на животе с мешочком на спине, подтягиваясь руками. Совершенствовать метание мешочка вдаль. ПМ «Сбей кеглю»</p> <p>2. Учить ползать на животе с мешочком на спине, подтягиваясь руками. Совершенствовать ходьбу по низкой скамейке с мешочком на голове. ПМ «Сбей кеглю»</p> <p>3.На воздухе Катание с горки; Учить кататься детей на санках ледянках по одному или вдвоем; подниматься с санками на горку; тормозить при спуске с нее. Подвижная игра «Игра в снежки»</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба,бег ОРУ Оснaвные упражнение Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегаю щие технологии</p>	<p>Мячи,спортивные палки, разные припятствие</p>

Тексерілген күні:

4.02.2022 ж

Әдіскердің қолы:

[Signature]

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 14.02-18.02.2022 оқу жылына циклограммасы төртінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Мақсат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 15.02 9.35-9.55 17.02 9.10-9.30 18.02 9.10-9.30	Мамандықтың бәрі жақсы	<p>1. Сызықтар арасымен (10 см арақашықтық) жүру. Қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіріп, қырындап адымдау.</p> <p>50 см жоғары көтерілген арканның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеу.</p> <p>2. Көлбеу тактайда жоғары-төмен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арканның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеу. Допты бір-біріне лақтырып, оны екі жағынан бірдей еркін қол қимылдарымен қағып алу.</p> <p>3. Белгілі арақашықтықта жүру және жүгіру. Допты бір-біріне лақтырып, оны екі жағынан бірдей еркін қол қимылдарымен қағып алу. Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) 1,5–2 м арақашықтықтан және көлденеңінен (2–2,5 м арақашықтықта) оң, сол қолмен лақтыру.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 15.02 9.10-9.30 17.02 9.30-9.55 18.02 9.30-9.55	Мамандықтың бәрі жақсы	<p>1. Сызықтар арасымен (10 см арақашықтық) жүру. Қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіріп, қырындап адымдау.</p> <p>50 см жоғары көтерілген арканның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеу.</p> <p>2. Көлбеу тактайда жоғары-төмен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арканның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеу. Допты бір-біріне лақтырып, оны екі жағынан бірдей еркін қол қимылдарымен қағып алу.</p> <p>3. Белгілі арақашықтықта жүру және жүгіру. Допты бір-біріне лақтырып, оны екі жағынан бірдей еркін қол қимылдарымен қағып алу. Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) 1,5–2 м арақашықтықтан және көлденеңінен (2–2,5 м арақашықтықта) оң, сол қолмен лақтыру.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

<p>№10 14.02 15.30-15.55 15.02 10.30-10.55 16.02 16.05-16.30</p>	<p>Мамандықтың бәрі жақсы</p>	<p>1. Мақсаты: өрмелеу және алысқа лақтыру дағдыларын дамыту. Міндеттері: бастапқы қалыпты дұрыс ұстай білуге, қапшықты қолды жазу арқылы күшпен алға-жоғары-алысқа лақтыруға жаттықтыру. Аяқты кезекпен қойып гимнастикалық қабырғамен жоғары және төмен өрмелеу, қол мен аяқты үйлестіріп қимылдату қабілетін нығайту. Кеңістікте бағдарлау қабілетін, организмнің жалпы төзімділігін дамыту, анық және ырақпен қозғалуға үйрету, өзге балалармен үйлесімді қимылдау қабілетін дамыту, саяхаттауға, бір нәрсені білуге, көруге деген құштарлығын арттыру.</p> <p>2. Мақсаты: заттардан аттап өту, тізелерін жоғары көтере отырып жүру дағдыларын бекіту. Міндеттері: аздап жоғары көтерілген баспалдақтың тактайшалары арқылы аттап өтуге, тізені жоғары көтеріп, аяқты ұшымен қоюға, денені тік ұстап, теле-теңдікті сақтауға үйретуді әрі қарай жалғастыру. Оңға қарай қосалқы адымды тізені көп бүкпей, арқа мен басты тік ұстап орындау қабілетін дамыту. Еденде бүйірімен тұрған баспалдақ тепкішектерінің арасымен еңбектеп өтуге жаттығу, дененің күшін арттыру, ептілікке баулу. Өзгелерге көмектесуге, тапқырлыққа тәрбиелеу.</p> <p>3. Таза ауада.</p> <p>Мақсаты: спорттық жарыстар мен ойындар туралы түсініктерін кеңейту. Міндеттері: шайбаны берілген бағытта доптаяқпен сырғанатуға, оны қақпаға енгізуге үйрету. Бастапқы қалыпты дұрыс ұстай білуге, заттарды қолды жазу арқылы күшпен алға-жоғары-алысқа лақтыруға жаттықтыруды жалғастырамыз. Ептілікті, мергендікті, тез әрекет етуді дамыту. Жинақылыққа, шыдамдылыққа тәрбиелеу.</p>
<p>№12 14.02 16.00-16.25 15.02 10.00-10.25 17.02 10.00-10.25</p>	<p>Мамандықтың бәрі жақсы</p>	<p>1. Мақсаты: өрмелеу және алысқа лақтыру дағдыларын дамыту.</p> <p>Міндеттері: бастапқы қалыпты дұрыс ұстай білуге, қапшықты қолды жазу арқылы күшпен алға-жоғары-алысқа лақтыруға жаттықтыру. Аяқты кезекпен қойып гимнастикалық қабырғамен жоғары және төмен өрмелеу, қол мен аяқты үйлестіріп қимылдату қабілетін нығайту. Кеңістікте бағдарлау қабілетін, организмнің жалпы төзімділігін дамыту, анық және ырақпен қозғалуға үйрету, өзге балалармен үйлесімді қимылдау қабілетін дамыту,</p>

<p>Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Долпар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Долпар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>саяхаттауға, бір нәрсені білуге, көруге деген құштарлығын арттыру.</p> <p>2. Мақсаты: заттардан аттап өту, тізелерін жоғары көтере отырып жүру дағдыларын бекіту. Міндеттері: аздап жоғары көтерілген баспалдақтың тактайшалары арқылы аттап өтуге, тізені жоғары көтеріп, аяқты ұшымен қоюға, денені тік ұстап, тепе-теңдікті сақтауға үйретуді әрі қарай жалғастыру. Оңға қарай қосалқы адымды тізені көп бүкпей, арқа мен басты тік ұстап орындау қабілетін дамыту. Еденде бүйірімен тұрған баспалдақ тепкішектерінің арасымен еңбектеп өтуге жаттығу, дененің күшін арттыру, ептілікке баулу. Өзгелерге көмектесуге, тапқырлыққа тәрбиелеу.</p> <p>3. Таза ауада.</p> <p>Мақсаты: спорттық жарыстар мен ойындар туралы түсініктерін кеңейту. Міндеттері: шайбаны берілген бағытта доптаяқпен сырғанатуға, оны қақпаға енгізуге үйрету. Бастапқы калыпты дұрыс ұстай білуге, заттарды қолды жазу арқылы күшпен алға-жоғары-алысқа лақтыруға жаттықтыруды жалғастырамыз. Ептілікті, мергендікті, тез әрекет етуді дамыту. Жинақылыққа, шыдамдылыққа тәрбиелеу.</p>			
<p>№2 15.02 11.00-11.30 18.02 15.30-16.00</p>	<p>Мамандықтың бәрі жақсы</p>	<p>1. Тақырып: «Оң және сол аяқпен кезектесіп алға қарай ұмтыла секіру.» Мақсаты:дене шынықтыру жаттығулары және қимылды ойындардың көмегімен жылдамдық күш қасиеттерін дамыту.</p> <p>2. Тақырып: «Допты оң және сол қолмен қайтара ұру.» Мақсаты:дене шынықтыру жаттығулары және қимылды ойындардың көмегімен жылдамдық күш қасиеттерін дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 15.02 11.35-12.05 17.02 10.45-11.15 18.02 16.05-16.1</p>	<p>Мамандықтың бәрі жақсы</p>	<p>1. Тақырып: «Оң және сол аяқпен кезектесіп алға қарай ұмтыла секіру.» Мақсаты:дене шынықтыру жаттығулары және қимылды ойындардың көмегімен жылдамдық күш қасиеттерін дамыту.</p> <p>2. Тақырып: «Допты оң және сол қолмен қайтара ұру.» Мақсаты:дене шынықтыру жаттығулары және қимылды ойындардың көмегімен жылдамдық күш қасиеттерін дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>3. Тақырып: «Алға қарай қадамдап допты еденге қайтара үру.»</p> <p>Мақсаты: дене шынықтыру жаттығулары және қозғалмалы ойындардың көмегімен жылдамдық күш қасиеттерін ептілікті және қозғалыс үйлесімділігін дамыту.</p>			
<p>№7 14.02 11.20-11.50 16.02 15.30-16.00</p>	<p>Все профессии важны</p>	<p>1. Учить ходить по канату приставным шагом (пятки на канате, носки на полу). Учить бросать мяч в пол и вверх двумя руками и ловить его. ПВИ «Точно в цель»</p> <p>2. Учить пролезать в обруч правым левым боком, не касаясь верхнего края. Упражнять в ползании по скамейке с мячом зажатым между колен. Закреплять хождение по канату приставным шагом (пятки на канате, носки на полу) ПВИ «Точно в цель»</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Оснвные упражнения Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи, спортивные палки, разные припятствие</p>

Тексерілген күні:

11.02.2022.

Әдіскердің қолы:

К.С.С.

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 21.02 -25.02.2022 оқу жылына циклограммасы бірінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Мақсат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 22.02 9.35-9.55 24.02 9.10-9.30 25.029.10- 9.55	Көктем белгілері	<p>1.Шашырап жүру және жүгіру. Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) 1,5–2 м арақашықтықтан және көлденеңінен (2–2,5 м арақашықтықта) оң, сол қолмен лақтыру. Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, орындықтың шетінен ұстап, қолмен тартылып еңбектеу.</p> <p>2.Жай қарқында үздіксіз жүгіру. Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, орындықтың шетінен ұстап, қолмен тартылып еңбектеу. Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтап, көз мөлшерін дамыту.</p> <p>3.Тепе-теңдікті сақтап бөрене үстімен жүру.Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтап, көз мөлшерін дамыту. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 22.02 9.10-9.30 24.02 9.35-9.55 25.02 9.35-9.55	Көктем белгілері	<p>1.Шашырап жүру және жүгіру. Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) 1,5–2 м арақашықтықтан және көлденеңінен (2–2,5 м арақашықтықта) оң, сол қолмен лақтыру. Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, орындықтың шетінен ұстап, қолмен тартылып еңбектеу.</p> <p>2.Жай қарқында үздіксіз жүгіру. Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, орындықтың шетінен ұстап, қолмен тартылып еңбектеу. Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтап, көз мөлшерін дамыту.</p> <p>3.Тепе-теңдікті сақтап бөрене үстімен жүру.Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтап, көз мөлшерін дамыту. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

<p>№6 21.02 15.30-15.55 22.02 9.35-9.55 23.02 16.05-16.30</p>	<p>Көктем белгілері</p>	<p>1.Мақсаты: ойындар арқылы негізгі қимылдарды орындау дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: орындықтан секірген кезде табанды белсенді түрде жазу және жерге аяқты аздап бүгіп түсу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Солға қарай қосалқы адым жасау тапсырмасын тізені қатты бүкпей, иықты бұрмай ырғақпен орындау қабілетін қалыптастыру. «Жыланша» жүгіріп жаттығу, зағтардың арасымен жүгіргенде бағытын өзгерту қабілетін жетілдіру. Ептілікке баулу, кеңістікте бағдарлау және әрекет ету жылдамдығын дамыту. Бір-іріне қайырымды болуға тәрбиелеу.</p> <p>2. Мақсаты: қимылды ойындар арқылы ҚР халықтарының мәдениеті туралы түсініктерін кеңейту. Міндеттері: 2 метр жерде тұрып, допты көтерілген қолдың деңгейінде тартылған жіп арқылы лақтыруды үйрету. Орындықтан секірген кезде табанды белсенді түрде жазу және жерге аяқты аздап бүгіп түсу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Күшті болуға, ептілікке баулу, әрекет ету жылдамдығын күшейту. Балалардың ҚР аумағында тұратын халықтардың мәдениеті мен салт-дәстүрлері туралы түсінігін кеңейту. Толерантты болуға тәрбиелеу.</p> <p>3.Мақсаты: жаттығулар арқылы қимыл үйлесімділігі мен төзімділікті дамыту. Міндеттері: қолды екпінді түрде жаза отырып, текшелерді алға-жоғары-алысқа дәлдеп лақтыруға үйрету. Қолдарын түрлі қалыпта ұстап, толтырмалы шарлардан аттап өту арқылы жүруге жаттықтыру, үйлесімділік қабілеттерін, динамикалық тепе-теңдікті дамыту. Мейірімділікке тәрбиелеу.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
---	------------------------------------	--	--	---	---

<p>№12 21.02 16.00-16.25 22.02 10.00-10.25 24.02 10.00-10.25</p>	<p>Көктем белгілері</p>	<p>1. Мақсаты: ойындар арқылы негізгі қимылдарды орындау дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: орындықтан секірген кезде табанды белсенді түрде жазу және жерге аяқты аздап бүгіп түсу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Солға қарай қосалқы адым жасау тапсырмасын тізені қатты бүкпей, иықты бұрмай ырғақпен орындау қабілетін қалыптастыру. «Жыланша» жүгіріп жаттығу, заттардың арасымен жүргенде бағытын өзгерту қабілетін жетілдіру. Ептілікке баулу, кеңістікте бағдарлау және әрекет ету жылдамдығын дамыту. Бір-іріне қайырымды болуға тәрбиелеу.</p> <p>2. Мақсаты: қимылды ойындар арқылы ҚР халықтарының мәдениеті туралы түсініктерін кеңейту. Міндеттері: 2 метр жерде тұрып, допты көтерілген қолдың деңгейінде тартылған жіп арқылы лақтыруды үйрету. Орындықтан секірген кезде табанды белсенді түрде жазу және жерге аяқты аздап бүгіп түсу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Күшті болуға, ептілікке баулу, әрекет ету жылдамдығын күшейту. Балалардың ҚР аумағында тұратын халықтардың мәдениеті мен салт-дәстүрлері туралы түсінігін кеңейту. Толерантты болуға тәрбиелеу.</p> <p>3. Мақсаты: жаттығулар арқылы қимыл үйлесімділігі мен төзімділікті дамыту. Міндеттері: қолды екпінді түрде жаза отырып, текшелерді алға-жоғары-алысқа дәлдеп лақтыруға үйрету. Қолдарын түрлі қалыпта ұстап, толтырмалы шарлардан аттап өту арқылы жүруге жаттықтыру, үйлесімділік қабілеттерін, динамикалық тепе-теңдікті дамыту. Мейірімділіктер тәрбиелеу.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
--	------------------------------------	---	--	---	---

<p>22.02 11.00-11.30 24.02 10.45-11.15 25.02 15.30-16.00</p>	<p>Көктем белгілері</p>	<p>1. Тақырып: «Зобручтен топтасып қатар өту биіктікке секіру.» Мақсаты: ептілікті және қозғалыс үйлесімділігін дамыту, обруч арқылы өткен кезде топтаса білу шеберлігі, биіктікке секіру, спорттық ойын элементтерін жетілдіру. 2. Тақырып: «Кедергілерден өтіп төрттағандап еңбектеу.» Мақсаты: дене жаттығулары және тапсырмалар арқылы қозғалыс белсенділігін ептілікті, қозғалыс үйлесімділігін дамыту. 3. Тақырып: «Допты екі қолмен төменнен лақтыру.» Мақсаты: Дене жаттығулары арқылы балалардың психофизикалық қасиеттерін дамыту.</p>	<p>Салқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 22.02 11.35-12.05 25.02 16.05-16.35</p>	<p>Көктем белгілері</p>	<p>1. Тақырып: «Зобручтен топтасып қатар өту биіктікке секіру.» Мақсаты: ептілікті және қозғалыс үйлесімділігін дамыту, обруч арқылы өткен кезде топтаса білу шеберлігі, биіктікке секіру, спорттық ойын элементтерін жетілдіру. 2. Тақырып: «Кедергілерден өтіп төрттағандап еңбектеу.» Мақсаты: дене жаттығулары және тапсырмалар арқылы қозғалыс белсенділігін ептілікті, қозғалыс үйлесімділігін дамыту.</p>	<p>Салқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№7 21.02 11.20-11.50 23.02 15.30-16.00 24.02 11.20-11.50</p>	<p>Приметы весны.</p>	<p>Цель: знакомить детей с весенними признаками, пробуждениями природы, разучить весенние игры со словами, развивать физические качества. 1. Учить, лазать по веревочной лестнице разноименным способом; вести мяч двумя руками шагом. Упражнять в попеременном беге с ходьбой. ПМ «Эстафета с мячом»</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Оснaвные упражнения Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи, спортивные палки, разные припятствие</p>

		<p>2. Учить лазать по гимн.стенке до верха, не пропуская рёска, с переходом на др. пролет и спускаться вниз по верёвочной лестнице. Закрепить прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. П/И «Меняемся местами»</p> <p>3. На воздухе. Ходьба и бег по пересеченной местности, метание мешочков на дальность. П/И «Угадай чей голосок»</p>			
--	--	--	--	--	--

Тексерілген күні: 18.02.2022 ж.

Әдіскердің қолы: *[Signature]*

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 28.02-04.03.2022 оқу жылына циклограммасы екінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҮОҚ	Мақсат ҮОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 01.03 9.35-9.55 03.03 9.10-9.35 04.03 9.10-9.30	Көктемгі орман	1.Топпен бірқалыпты жүру және жүгіру.Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру. Жоғары тіреуіште жүруде тепе-теңдікті сақтап және денені тік ұстап, заттардың үстінен аттау. 2. Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүру және бірқалыпты жүгіру. Жоғары тіреуіште жүруде тепе-теңдікті сақтап және денені тік ұстап, заттардың үстінен аттау. Допты бір-біріне лақтыру және оны қос қолымен қағып алу. 3. Қолдарын беліне ұстап бірқалыпты жүру, жүгіру.Допты бір-біріне лақтыру және оны қос қолымен қағып алу. Еденге салған тақтай бойымен қос аяқпен секіру.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 01.03 9.10-9.35 03.03 9.35-9.55 04.03 9.35-9.55	Көктемгі орман	1.Топпен бірқалыпты жүру және жүгіру.Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру. Жоғары тіреуіште жүруде тепе-теңдікті сақтап және денені тік ұстап, заттардың үстінен аттау. 2. Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүру және бірқалыпты жүгіру. Жоғары тіреуіште жүруде тепе-теңдікті сақтап және денені тік ұстап, заттардың үстінен аттау. Допты бір-біріне лақтыру және оны қос қолымен қағып алу. 3. Қолдарын беліне ұстап бірқалыпты жүру, жүгіру.Допты бір-біріне лақтыру және оны қос қолымен қағып алу. Еденге салған тақтай бойымен қос аяқпен секіру.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 28.02 15.30-15.55 01.03 10.00-10.25 03.03 16.05-16.35	Көктемгі орман	1.Мақсаты: доп лақтырысу және өрмелеу дағдыларын бекіту. Міндеттері: допты көтерілген қолдың деңгейінде тартылған жіп арқылы лақтыру, допты алға-жоғары бағыттау қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Гимнастикалық қабырғамен өрмелеуге жаттықтыру, оңға қосалқы адым жасап бір кермеден (пролет) екіншісіне көшу және көлденең бағытта кермелерден ізбе-із ұстау қабілетін дамытуды жалғастыру. Педагогтің айтқандарын тыңдау, оның көрсеткендерін мұқият ден қоюға үйрету, өз қимылдарын өзге балалармен үйлестіріп жасауға, қозғалыстың ізбе-ізділігін сақтауға үйрету. Ептілік пен үйлестіру қабілетін дамыту. Батыл болуға, өзі мен өзге балаларға құрметпен қарауға тәрбиелеу. 2. Мақсаты: суреттегі бейнелерге сәйкес қимылдарды орындау биіктерін қалыптастыру. Міндеттері: тақтайдың екі жағынан жүріп, ажырау, тұрақты тепе-теңдік сақтау қабілетін дамытуды жалғастырамыз. Оңға қосалқы адым жасап бір кермеден екіншісіне өту, баспалдақтың тепкішектерін қолмен көлденең бағытта ұстау қабілетін қалыптастыру. 20 см биіктен тереңдікке секіру қабілетін нығайту, бас пен денені тік ұстап, алға қарап тұру қабілетін жетілдіру.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		<p>Қозғалысты картинадағы суреттерге сай етіп орындау қабілетін, балалардың зейінін, ойлау қабілеті мен дербестігін қалыптастыру. Құрбыларымен дос болуға, қоршаған ортаны аялауға тәрбиелеу.</p> <p>3. Таза ауада. Мақсаты: тепе-теңдікті, қимыл үйлесімділігін сақтау дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: сызық бойынша жүру кезінде тұрақты тепетеңдікті және бойын тік ұстауға жаттықтыру, дұрыс жүріс рефлексін қалыптастыру. Футбол добын берілген бағытта домалату білігін бекіту, кеңістікті және қимылын өзі бақылай білу дағдыларын дамыту. Вестибулярлық аппаратты, қимыл үйлесімділігін дамыту, аяқ бұлшық еттерін күшейту. Батырлыққа, ұжымшылыққа тәрбиелеу.</p>			
<p>№12 28.02 16.00-16.25 01.02 10.00-10.25 03.03 10.00-10.25</p>	<p>Көктемгі орман</p>	<p>1. Мақсаты: доп лақтырысу және өрмелеу дағдыларын бекіту. Міндеттері: допты көтерілген қолдың деңгейінде тартылған жіп арқылы лақтыру, допты алға-жоғары бағыттау қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Гимнастикалық қабырғамен өрмелеуге жаттықтыру, оңға қосалқы адым жасап бір кермеден (пролет) екіншісіне көшу және көлденен бағытта кермелерден ізбе-із ұстау қабілетін дамытуды жалғастыру. Педагогтің айтқандарын тыңдау, оның көрсеткендерін мұқият ден қоюға үйрету, өз қимылдарын өзге балалармен үйлестіріп жасауға, қозғалыстың ізбе-ізділігін сақтауға үйрету. Ептілік пен үйлестіру қабілетін дамыту. Батыл болуға, өзі мен өзге балаларға құрметпен қарауға тәрбиелеу.</p> <p>2. Мақсаты: суреттегі бейнелерге сәйкес қимылдарды орындау біліктерін қалыптастыру. Міндеттері: тақтайдың екі жағынан жүріп, ажырау, тұрақты тепе-теңдік сақтау қабілетін дамытуды жалғастырамыз. Оңға қосалқы адым жасап бір кермеден екіншісіне өту, баспалдақтың тепкішектерін қолмен көлденен бағытта ұстау қабілетін қалыптастыру. 20 см биіктен тереңдікке секіру қабілетін нығайту, бас пен денені тік ұстап, алға қарап тұру қабілетін жетілдіру. Қозғалысты картинадағы суреттерге сай етіп орындау қабілетін, балалардың зейінін, ойлау қабілеті мен дербестігін қалыптастыру. Құрбыларымен дос болуға, қоршаған ортаны аялауға тәрбиелеу.</p> <p>3. Таза ауада. Мақсаты: тепе-теңдікті, қимыл үйлесімділігін сақтау дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: сызық бойынша жүру кезінде тұрақты тепетеңдікті және бойын тік ұстауға жаттықтыру, дұрыс жүріс рефлексін қалыптастыру. Футбол добын берілген бағытта домалату білігін бекіту, кеңістікті және қимылын өзі бақылай білу дағдыларын дамыту. Вестибулярлық аппаратты, қимыл үйлесімділігін дамыту, аяқ бұлшық еттерін күшейту. Батырлыққа, ұжымшылыққа тәрбиелеу.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі Жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер жаттығулар Ойын</p>

<p>№2 01.03 11.00-11.30 04.03 15.30-16.00</p>	<p>Көктемгі орман</p>	<p>1. Тақырып: «Допты екі қолмен лақтырып ұстап алу.» Мақсаты: допты жоғарыға қарай лақтыру және ұстап алу дағдысын қалыптастыру. Бір аяқтан екінші аяққа секірудің көмегімен қозғалыс үйлесімділігін дамыту. 2. Тақырып: «Допты заттардың арасымен домаллату.» Мақсаты: Қозғалу дағдыларын және қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 01.03 11.35-12.05 03.03 10.45-11.15 04.03 16.05-16.35</p>	<p>Көктемгі орман</p>	<p>1. Тақырып: «Допты екі қолмен лақтырып ұстап алу.» Мақсаты: допты жоғарыға қарай лақтыру және ұстап алу дағдысын қалыптастыру, бір аяқтан екінші аяққа секірудің көмегімен қозғалыс үйлесімділігін дамыту. 2. Тақырып: «Допты заттардың арасымен домаллату.» Мақсаты: Қозғалу дағдыларын және қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру. 3. Тақырып: «Допты баспен итеріп, жегілдердің арасымен төрттағандап сибектеу.» Мақсаты: Қозғалу дағдыларын және қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№7 28.02 11.20-11.50 02.03 15.30-16.00</p>	<p>Весна в лесу.</p>	<p>1. Учить сохранять правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке. Спрыгивать со скамейки в обозначенное место. ПМ «Птицы прилетели» 2. Учить ползать под дугами на ладонях и носках, не касаясь коленями пола, сохранять правильную осанку при ходьбе по скамейке, спрыгивать со скамейки в обозначенное место. ПМ «Ласточки»</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Основные упражнения Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающи е технологии</p>	<p>Мячи, спортивные палки, разные припятствие</p>

Тексерілген күні: 28.02.2022 м.

Әдіскердің қолы:



Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 09.03.-11.03.2022 оқу жылында циклограммасы үшінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Мақсат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 10.03 9.10-9.30 11.03 9.10-9.30	Құстар ұшып келгенде	<p>Тақырыбы: « Құстарға қамқорлық »</p> <p>2. Аяқтың ұшымен жүру, жүгіру. Допты жоғары қарай лақтырып, оны қос қолымен қағып алу. Қос аяқпен бір құрсаудан екінші құрсауға секіруді, қолдың төмен-алға қарай қимылын аяқтың екпінді итерілуімен үйлестіру, бүгілген аяқтың ұшымен жеңіл жерге түсу.</p> <p>Тақырыбы: « Құстар »</p> <p>3. Жылдам жүгіруде денесін дұрыс ұстау: қимылдауға байланысты денені аздап еңкейту, иықтарын босаңдау ұстау, алға қарау, жүгіру мен жүруді кезектестіру. Қос аяқпен бір құрсаудан екінші құрсауға секіруді, қолдың төмен-алға қарай қимылын аяқтың екпінді итерілуімен үйлестіру, бүгілген аяқтың ұшымен жеңіл жерге түсу. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша түзелу.</p>	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 10.03 9.35-9.55 11.03 9.35-9.55	Құстар ұшып келгенде	<p>Тақырыбы: « Құстарға қамқорлық »</p> <p>2. Аяқтың ұшымен жүру, жүгіру. Допты жоғары қарай лақтырып, оны қос қолымен қағып алу. Қос аяқпен бір құрсаудан екінші құрсауға секіруді, қолдың төмен-алға қарай қимылын аяқтың екпінді итерілуімен үйлестіру, бүгілген аяқтың ұшымен жеңіл жерге түсу.</p> <p>Тақырыбы: « Құстар »</p> <p>3. Жылдам жүгіруде денесін дұрыс ұстау: қимылдауға байланысты денені аздап еңкейту, иықтарын босаңдау ұстау, алға қарау, жүгіру мен жүруді кезектестіру. Қос аяқпен бір құрсаудан екінші құрсауға секіруді, қолдың төмен-алға қарай қимылын аяқтың екпінді итерілуімен үйлестіру, бүгілген аяқтың ұшымен жеңіл жерге түсу. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша түзелу.</p>	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№6 09.03 16.05-16.30	Құстар ұшып келгенде	<p>Тақырыбы: « Құстар »</p> <p>Таза ауада.</p> <p>Мақсаты: ҰОҚ денешынықтыру спортпен байланысы туралы түсініктерін қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: допты қақпаға домалатуға үйрету. 4 адымнан екі аяқтап жоғары секіру білігін, итерілу кезінде қол мен аяқтың үйлесімді жұмысын бекіту. Бау қарқында жүгіруге</p>	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		жаттықтыру – 1 минут. Ептілікті, назарды, кеңістікті бағдарлауды дамыту, СӨС машығын қалыптастыру.			
№12 10.03 10.00-10.25	Құстар ұшып келгенде	Тақырыбы: «Құстар» Таза ауада. Мақсаты: ҮОҚ денешынықтыру спортпен байланысы туралы түсініктерін қалыптастыру. Міндеттері: допты қақпаға домалатуға үйрету. 4 адымнан екі аяқтап жоғары секіру білігін, итерілу кезінде кол мен аяқтың үйлесімді жұмысын бекіту. Баху қарқында жүгіруге жаттықтыру – 1 минут. Ептілікті, назарды, кеңістікті бағдарлауды дамыту, СӨС машығын қалыптастыру.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№2 10.03 10.45-11.15 11.03 15.30-16.00	Құстар ұшып келгенде	1.Тақырып: «Допты баспен итеріп кегілдердің арасымен төрттағандап еңбектеу» Мақсаты: қозғалу дағдыларын және қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру. 2.Тақырып: «Тепе теңдікті сақтап ойлы қырлы тақтай үстімен жүру» Мақсаты: тепе теңдік сезімін қозғалысты үйлестіруді ептілік және күш қасиетін дамыту.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№13 11.03 16.05-16.35	Құстар ұшып келгенде	2.Тақырып: «Тепе теңдікті сақтап ойлы қырлы тақтай үстімен жүру» Мақсаты: тепе теңдік сезімін қозғалысты үйлестіруді ептілік және күш қасиетін дамыту.	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№7 09.03 15.30-16.00 10.03 11.20-11.50	Прилетели птицы	Тема: сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе. 2. Учить сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по скамейке. Перекатывать обручи и пролезать в них. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. ПНИ «Орта»	Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Основные упражнения Игра	Игровая технология, здоровосберегающие технологии	Мячи, спортивные палки, разные припастьевие

		Тема: ходьба и бег по пересеченной местности. 3. На воздухе. Ходьба и бег по пересеченной местности, метание мешочков на дальность. П/И «Угадай чей голосок»			
--	--	---	--	--	--

Тексерілген күні: 5 03 2022 жыл

Әдіскердің қолы: *М.Бектұр*


Дене тәрбиесінің пәні бойынша Жауапкер Дамира Серікқызының 24.04-25.04-2022 оқу жылына пиктограммасы бірінші апта

Күні Тобы	Тақырып ҰОК	Мақсат ҰОК	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 24.03 9.10-9.30 25.03 9.10-9.55		<p>1.Шашырап жүру және жүгіру. Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) 1,5–2 м арақашықтықтан және көлденеңінен (2–2,5 м арақашықтықта) оң, сол қолмен лақтыру. Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, орындықтың шетінен ұстап, қолмен тартылып еңбектеу.</p> <p>2.Жай қарқында үздіксіз жүгіру. Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, орындықтың шетінен ұстап, қолмен тартылып еңбектеу. Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтап, көз мөлшерін дамыту.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 24.02 9.35-9.55 25.02 9.35-9.55		<p>1.Шашырап жүру және жүгіру. Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) 1,5–2 м арақашықтықтан және көлденеңінен (2–2,5 м арақашықтықта) оң, сол қолмен лақтыру. Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, орындықтың шетінен ұстап, қолмен тартылып еңбектеу.</p> <p>2.Жай қарқында үздіксіз жүгіру. Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, орындықтың шетінен ұстап, қолмен тартылып еңбектеу. Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтап, көз мөлшерін дамыту.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№12 24.03 10.00-10.25		<p>2. Мақсаты: қимылды ойындар арқылы ҚР халықтарының мәдениеті туралы түсініктерін кеңейту. Міндеттері: 2 метр жерде тұрып, допты көтерілген қолдың деңгейінде тартылған жіп арқылы лақтыруды үйрету. Орындыктан секірген кезде табанды белсенді түрде жазу және жерге аяқты аздап бүгіп түсу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Күшті болуға, ептілікке баулу, әрекет ету жылдамдығын күшейту. Балалардың ҚР аумағында тұратын халықтардың мәдениеті мен салт-дәстүрлері туралы түсінігін кеңейту. Толеранты болуға тәрбиелеу.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

<p>№2 24.03 10.45-11.15 25.03 15.30-16.00</p>		<p>2. Тақырып: «Кедергілерден өтіп төрттағандап еңбектеу.» Мақсаты: дене жаттығулары және тапсырмалар арқылы қозғалыс белсенділігін ептілікті, қозғалыс үйлесімділігін дамыту. 3. Тақырып: «Допты екі қолмен төменнен лақтыру.» Мақсаты: Дене жаттығулары арқылы балалардың психофизикалық қасиеттерін дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 24.03 11.35-12.05 25.03 16.05-16.35</p>		<p>1. Тақырып: «Зобручтен топтасып қатар өту биіктікке секіру.» Мақсаты: ептілікті және қозғалыс үйлесімділігін дамыту. обруч арқылы өткен кезде топтаса білу шеберлігі, биіктікке секіру, спорттық ойын элементтерін жетілдіру. 2. Тақырып: «Кедергілерден өтіп төрттағандап еңбектеу.» Мақсаты: дене жаттығулары және тапсырмалар арқылы қозғалыс белсенділігін ептілікті, қозғалыс үйлесімділігін дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

Тексерілген күні:

Әдіскердің қолы:

25.03.2022


Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 14.03-18.03.2022 оқу жылына циклограммасы төртінші апта.

Күні Тобы	Тақырып УОҚ	Мақсат УОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
<p>№4 15.03 9.35-9.55 17.03 9.10-9.30 18.03 9.10-9.30</p>	<p>Сұлу-Көктем</p>	<p>Тақырыбы: «« Нұр көктем,гүл көктем » 1.Иректен қойылған жіптің үстімен еркін жүру. Арқанның астынан оған басын тигізіп алмай төрт тағандап еңбектеу. Оңға және солға бұрылып екпінмен секіру. Тақырыбы: « Көктем келбеті » 2. Сапта екеуден қол ұстасып жүру және жүгіру. Оңға және солға бұрылып екпінмен секіру. Допты екпінмен итеру және доптың қозғалу бағытын сақтау. Тақырыбы: « Көктем келді, алақай » 3. Заттардың арасымен жүру және жүгіру.Допты екпінмен итеру және доптың қозғалу бағытын сақтау. Басына қап қойып, бастың дұрыс қалпын сақтап, жіп бойымен жүру.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№11 15.03 9.10-9.30 17.03 9.30-9.55 18.03 9.30-9.55</p>	<p>Сұлу-Көктем</p>	<p>Тақырыбы: «« Нұр көктем,гүл көктем » 1.Иректен қойылған жіптің үстімен еркін жүру. Арқанның астынан оған басын тигізіп алмай төрт тағандап еңбектеу. Оңға және солға бұрылып екпінмен секіру. Тақырыбы: « Көктем келбеті » 2. Сапта екеуден қол ұстасып жүру және жүгіру. Оңға және солға бұрылып екпінмен секіру. Допты екпінмен итеру және доптың қозғалу бағытын сақтау. Тақырыбы: « Көктем келді, алақай » 3. Заттардың арасымен жүру және жүгіру.Допты екпінмен итеру және доптың қозғалу бағытын сақтау. Басына қап қойып, бастың дұрыс қалпын сақтап, жіп бойымен жүру.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

<p>№6 14.03 15.30-15.55 15.03 10.30-10.55 16.03 16.05-16.30</p>	<p>Сұлу-Көктем</p>	<p>Тақырыбы: « Нұр көктем, гүл көктем » 1.Мақсаты: қимылды ойындар арқылы ҚР халықтарының мәдениеті туралы түсініктерін кеңейту. Міндеттері: биікте жүрген кезде тепе-теңдік сақтауды, орындықтың екі шетінен бастап жүріп, орта тұсына келгенде ажырауды үйрету. Қолбеу тақтайдың шетінен ұстау қабілетін нығайту (4 саусақ астында, үлкен саусақ үстінде), арқаны түзу ұстап, алға қарап жүру қажет. Асықты бір қолмен алысқа лақтырып жаттығу; лақтыру күшін дамыту. Балалардың өмірісін кеңейту, қазақтың тұрмыс-тіршілік элементтерімен, ұлттық ойындарымен таныстыру; толерантты болуға тәрбиелеу.</p> <p>Тақырыбы: « Көктем келбеті » 2.Мақсаты: жұппен қимылдарды орындау дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: мұрын арқылы дем алу, аяқты шектен тыс жоғары көтермей жеңіл әрі ығрақпен жүгіру, жүгіру қарқынын өзгертпей, қолды шынайы қимылдату қабілетін қалыптастыруды жалғастыру. Гимнастикалық орындық үстінде тапсырмалар орындау: орындықтың ортасына дейін барып, кері бұрылу және бастапқы орнына қайтып оралу, өз қимылдарын өзге балалармен үйлесімді етіп жасау. Асықты бір қолмен алысқа лақтыру қабілетін жетілдіру; асықты қолдың күшімен алға-жоғары лақтыру қабілетін дамыту. Организмнің жалпы төзімділігін, үйлестіру қабілетін дамыту. Толерантты болуға тәрбиелеу.</p> <p>Тақырыбы: « Көктем келді, алақай » Таза ауада 3.Мақсаты: спорттық жаттығуларды орындау арқылы бұлшық ет қорсетін күшейту. Міндеттері: велосипед тебуге үйрету. Баяу қарқында жүгіруге – 1 минут, қол мен аяқтың үйлесімді жұмысына жаттықтыру. Жерге түсу, аяқтарын тізесінен сәл бұгу біліктерін бекіту. Денешынықтыру жаттығуларымен айналысуға дұрыс көзқарастарын тәрбиелеу, епті әрі жылдам болуға ынталарын қалыптастыруға ықпал ету.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№12 14.03 16.00-16.25 15.03</p>	<p>Сұлу-Көктем</p>	<p>Тақырыбы: « Нұр көктем, гүл көктем » 1.Мақсаты: қимылды ойындар арқылы ҚР халықтарының мәдениеті туралы түсініктерін кеңейту. Міндеттері: биікте жүрген кезде тепе-теңдік сақтауды,</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

10.00-10.25
17.03
10.00-10.25

орындақтың екі шетінен бастап жүріп, орта тұсына келгенде ажырауды үйрету. Қолбеу тастайдың шетінен ұстау қабілетін шығайту (4 саусак астында, үлкен саусак үстінде), арқаны түзу ұстап, алға қарап жүру қажет. Асықты бір қолмен алысқа лақтырып жаттығу; лақтыру күшін дамыту. Балалардың ойырысын кеңейту, қазақтың тұрмыс-тіршілік элементтерімен, ұлттық ойындарымен таныстыру; толерантты болуға тәрбиелеу.

Тақырыбы: « Көктем келбеті »

2.Мақсаты: жұппен қимылдарды орындау дағдыларын қалыптастыру.

Міндеттері: мұрын арқылы дем алу, аяқты шектен тыс жоғары көтермей жеңіл әрі ығмақпен жүгіру, жүгіру қарқынын өзгертпей, қолды шынайы қимылдату қабілетін қалыптастыруды жалғастыру. Гимнастикалық орындық үстінде тапсырмалар орындау: орындықтың ортасына дейін барып, кері бұрылу және бастапқы орнына қайтып оралу, өз қимылдарын өзге балалармен үйлесімді етіп жасау. Асықты бір қолмен алысқа лақтыру қабілетін жетілдіру; асықты қолдың күшімен алға-жорғары лақтыру қабілетін дамыту. Организмнің жалпы төзімділігін, үйлестіру қабілетін дамыту. Толерантты болуға тәрбиелеу.

Тақырыбы: « Көктем келді, алақай »

Таза ауада

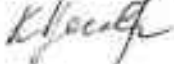
3.Мақсаты: спорттық жаттығуларды орындау арқылы бұлшық ет қорсетін күшейту.

Міндеттері: велосипед тебуге үйрету. Баяу қарқында жүгіруге – 1 минут, қол мен аяқтың үйлесімді жұмысына жаттықтыру. Жерге түсу, аяқтарын тізесінен сәл бұғу біліктерін бекіту. Денешынықтыру жаттығуларымен айналысуға дұрыс көзқарастарын тәрбиелеу, епті әрі жылдам болуға ынталарын қалыптастыруға ықпал ету.

Негізгі
жаттығулар
Ойын

<p>№2 15.03 11.00-11.30 18.03 15.30-16.00</p>	<p>Сұлу-Көктем</p>	<p>1. Тақырып: «Гимнастикалық орындықтың үстінде ішпен еңбектеу» Мақсаты: тепе теңдік сезімін қозғалысты үйлестіруді ептілік және күш қасиетін дамыту. 2. Тақырып: «Қапшықты арқалап торттағанда еңбектеу» Мақсаты: тұрақты тепе теңдікті және қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 15.03 11.35-12.05 17.03 10.45-11.15 18.03 16.05-16.1</p>	<p>Сұлу-Көктем</p>	<p>1. Тақырып: «Гимнастикалық орындықтың үстінде ішпен еңбектеу» Мақсаты: тепе теңдік сезімін қозғалысты үйлестіруді ептілік және күш қасиетін дамыту. 2. Тақырып: «Қапшықты арқалап торттағанда еңбектеу» Мақсаты: тұрақты тепе теңдікті және қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру. 3. Тақырып: «Басына қапшық қойып Ойлы қырлы тақтай үстімен жүру» Мақсаты: тұрақты тепе теңдікті және қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№7 14.03 11.20-11.50 16.03 15.30-16.00</p>	<p>Весна-красна!</p>	<p>Тема: бросание мешочка. 1. Учить сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе и беге по ограниченной поверхности шагом, на носках Бросание мешочка в обруч одной рукой снизу, метание в цель. ПИ «Сбей кеглю» Тема: бросать мяч вверх двумя рукам. 2. Учить сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по наклонной доске боком. Бросать мяч вверх двумя руками, ловля после хлопка. «ПИ «Точно в цель»</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Оснaвные упражнения Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи, спортивные палки, разные припятствие</p>

Тексерілген күні: 11.03.2022 ж

Әдіскердің қолы: 

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серикқызының 24.03-25.03 2022 оқу жылына пикеті рамасы бірінші апта

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Мақсат ҰОҚ	Әдістемелік кабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 24.03 9.10-9.30 25.03 9.10-9.55		<p>1. Шашырап жүру және жүгіру. Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) 1,5–2 м арақашықтықтан және көлденеңінен (2–2,5 м арақашықтықта) оң, сол қолмен лақтыру. Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, орындықтың шетінен ұстап, қолмен тартылып еңбектеу.</p> <p>2. Жай қарқында үздіксіз жүгіру. Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, орындықтың шетінен ұстап, қолмен тартылып еңбектеу. Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтап, көз мөлшерін дамыту.</p>	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 24.02 9.35-9.55 25.02 9.35-9.55		<p>1. Шашырап жүру және жүгіру. Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) 1,5–2 м арақашықтықтан және көлденеңінен (2–2,5 м арақашықтықта) оң, сол қолмен лақтыру. Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, орындықтың шетінен ұстап, қолмен тартылып еңбектеу.</p> <p>2. Жай қарқында үздіксіз жүгіру. Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, орындықтың шетінен ұстап, қолмен тартылып еңбектеу. Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтап, көз мөлшерін дамыту.</p>	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№12 24.03 10.00-10.25		<p>2. Мақсаты: қимылды ойындар арқылы ҚР халықтарының мәдениеті туралы түсініктерін кеңейту.</p> <p>Міндеттері: 2 метр жерде тұрып, допты көтерілген қолдың деңгейінде тартылған жіп арқылы лақтыруды үйрету.</p> <p>Орындықтан секірген кезде табанды белсенді түрде жазу және жерге аяқты аздап бүгіп түсу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Күшті болуға, ептілікке баулу, әрекет ету жылдамдығын күшейту. Балалардың ҚР аумағында тұратын халықтардың мәдениеті мен салт-дәстүрлері туралы түсінігін кеңейту. Толерантты болуға тәрбиелеу.</p>	Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

<p>№2 24.03 10.45-11.15 25.03 15.30-16.00</p>		<p>2. Тақырып: «Кедергілерден өтіп төрттағандап еңбектеу.» Максаты: дене жаттығулары және тапсырмалар арқылы қозғалыс белсенділігін ептілікті, қозғалыс үйлесімділігін дамыту. 3. Тақырып: «Допты екі қолмен төменнен лақтыру.» Максаты: Дене жаттығулары арқылы балалардың психофизикалық қасиеттерін дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 24.03 11.35-12.05 25.03 16.05-16.35</p>		<p>1. Тақырып: «Зобручтен топтасып қатар өту биіктікке секіру.» Максаты: ептілікті және қозғалыс үйлесімділігін дамыту, обруч арқылы өткен кезде топтаса білу шеберлігі, биіктікке секіру, спорттық ойын элементтерін жетілдіру. 2. Тақырып: «Кедергілерден өтіп төрттағандап еңбектеу.» Максаты: дене жаттығулары және тапсырмалар арқылы қозғалыс белсенділігін ептілікті, қозғалыс үйлесімділігін дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

Тексерілген күні:

25.03.2022.

Әдіскердің қолы:



Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының: 29.03 -1.04.2022 оқу жылына циклограммасы бірінші апта.

Күні Тобы	Тақырып УОК	Мақсат УОК	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
<p>№4 29.03 9.35-9.55 31.03 9.10-9.30 01.04 9.10-9.55</p>	Түрлі-түсті гүлдер	<p>Тақырыбы: «Көтеріңкі көңіл күй» 1.Топпен бірқалыпты жүру және жүгіру.Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары және төмен кезектестірілген адыммен өрмелеу.Отыру қалпында допты бастан асыра алысқа лақтыру. Тақырыбы: «Деніміз сау болсын» 2.Еденге салынған тактай бойымен тапсырманы орындай жүру — тактайдың екі басынан бастап жүріп келе жатып, ортасына келгенде бұрылып кейін жүру. Отыру қалпында допты бастан асыра алысқа лақтыру. Көлбеу тактай бойымен жоғары қарай еңбектеуде кол мен аяқтың қимылдарын үйлестіру.</p> <p>Тақырыбы: «Командалық эстафеталар» 3. Қолдарын беліне ұстап бірқалыпты жүру, жүгіру.Көлбеу тактай бойымен жоғары қарай еңбектеуде кол мен аяқтың қимылдарын үйлестіру.Бір шеңберден екінші шеңберге екі аяғымен бірізгілде екпінмен итеріліп біртіндеп секіру және ақырындап бүгілген аяқпен жерге түсу.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
<p>№11 29.03 9.10-9.30 31.03 9.35-9.55 01.03 9.35-9.55</p>	Түрлі-түсті гүлдер	<p>Тақырыбы: «Көтеріңкі көңіл күй» 1.Топпен бірқалыпты жүру және жүгіру.Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары және төмен кезектестірілген адыммен өрмелеу.Отыру қалпында допты бастан асыра алысқа лақтыру. Тақырыбы: «Деніміз сау болсын» 2.Еденге салынған тактай бойымен тапсырманы орындай жүру — тактайдың екі басынан бастап жүріп келе жатып, ортасына келгенде бұрылып кейін жүру. Отыру қалпында допты бастан асыра алысқа лақтыру. Көлбеу тактай бойымен жоғары қарай еңбектеуде кол мен аяқтың қимылдарын үйлестіру.</p> <p>Тақырыбы: «Командалық эстафеталар» 3. Қолдарын беліне ұстап бірқалыпты жүру, жүгіру.Көлбеу тактай бойымен жоғары қарай еңбектеуде кол мен аяқтың қимылдарын үйлестіру.Бір шеңберден екінші шеңберге екі аяғымен бірізгілде екпінмен итеріліп біртіндеп секіру және ақырындап бүгілген аяқпен жерге түсу.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

<p>№6 28.03 15.30-15.55 29.03 9.35-9.55 30.03 16.05-16.30</p>	<p>Түрлі-түсті гүлдер</p>	<p>1.Тақырыбы: «Көтеріңкі көңіл күй» Мақсаты: лактыру, статикалық тепе-теңдікті сақтау дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: қолды созып допты алға-жоғары-алысқа лактыруды үйренуді жалғастырамыз. Орындықтан секіргеннен кейін тепе-теңдікті сақтау, бас пен денені тік ұстап, алға қарап тұру қабілетін нығайту; көзбен мөлшерлеу қабілетін, қимыл үйлесімділігін дамыту, тепе-теңдік сақтауға үйрету. Жинақылыққа, төзімділікке тәрбиелеу.</p> <p>2.Тақырыбы: «Деніміз сау болсын» Мақсаты: лактыру және секіру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: көлбеу тактаймен жоғары өрмелегенде аяқ пен қолдың қимылдарын үйлестіруге үйрету. Затты алысқа лактырған кезде қолды иықтан алға-жоғары көтеру және күшпен лактыру қабілетін жетілдіру. Құрсаудан-құрсауға кезекпен, қос аяқпен бір уақытта секіру және жерге түскенде аяқты жартылай бүгіп түсуге үйрету. Дене тәрбиесімен айналысуға, епті әрі шапшаң болуға деген қызығушылығын ояту.</p> <p>3.Тақырыбы: «Командалық эстафеталар» Мақсаты: самокатпен сырғанау, ұзындыққа секіру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: самокатпен сырғанау кезінде бұрыла білуге, тепе-теңдікті сақтауға үйрету. Бір орында тұрып ұзындыққа секіргенде дененің бастапқы қалпын дұрыс сақтау, қолды төмен-алға қозғалтып, оны аяқтың серпілісімен үйлестіру қабілетін жетілдіру. Қозғалыс үйлесімділігін, зейінін дамыту, ептілікке баулу; төзімді болуға, тәртіпті болуға, күшті әрі алғыр болуға деген қызығушылығын қалыптастыру.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
---	---------------------------	---	---	---	---

<p>№12 28.03 16.00-16.25 29.03 10.00-10.25 31.03 10.00-10.25</p>	<p>Түрлі-түсті гүлдер</p>	<p>1.Тақырыбы: «Көтеріңкі көңіл күй» Мақсаты: лактыру, статикалық тепе-теңдікті сақтау дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: қолды созып допты алға-жоғары-алысқа лактыруды үйренуді жалғастырамыз. Орындықтан секіргеннен кейін тепе-теңдікті сақтау, бас пен денені тік ұстап, алға қарал тұру қабілетін нығайту; қозбен молшерлеу қабілетін, қимыл үйлесімділігін дамыту, тепе-теңдік сақтауға үйрету. Жинақылыққа, төзімділікке тәрбиелеу.</p> <p>2.Тақырыбы: «Деніміз сау болсын» Мақсаты: лактыру және секіру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: көлбеу тактаймен жоғары өрмелегенде аяқ пен қолдың қимылдарын үйлестіруге үйрету. Затты алысқа лақтырған кезде қолды иықтан алға-жоғары көтеру және күшпен лақтыру қабілетін жетілдіру. Құрсаудан-құрсауға кезекпен, қос аяқпен бір уақытта секіру және жерге түскенде аяқты жартылай бүгіп түсуге үйрету. Дене тәрбиесімен айналысуға, епті әрі шапшаң болуға деген қызығушылығын ояту.</p> <p>3.Тақырыбы: «Командалық эстафеталар» Мақсаты: самокатпен сырғанау, ұзындыққа секіру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: самокатпен сырғанау кезінде бұрыла білуге, тепе-теңдікті сақтауға үйрету. Бір орында тұрып ұзындыққа секіргенде дененің бастапқы қалпын дұрыс сақтау, қолды төмен-алға қозғалтып, оны аяқтың серпілісімен үйлестіру қабілетін жетілдіру. Қозғалыс үйлесімділігін, зейінін дамыту, ептілікке баулу; төзімді болуға, тәртіпті болуға, күшті әрі алғыр болуға деген қызығушылығын қалыптастыру.</p>
--	--------------------------------------	--

Салка түргүзү,
сәлемдесу!
Жүрү, жүгірү.
ЖДЖ
Негізгі жаттыгулар
Ойын

Ойын технологиясы,
денсаулык сактау
технологиясы

Доптар, спорттык
таякшалар,
шыгыршык, әртүрлі
кедергілер

<p>№2 29.03 11.00-11.30 31.03 10.45-11.15 01.04 15.30-16.00</p>	<p>Түрлі-түсті гүлдер</p>	<p>1.Тақырып: «Нығыздалған доптар арқылы екі аяқпен секіру. Допты бір біріне лақтыру» Мақсаты:жылдамдық қуш қасиеттері, дәлдей білу мен ептілікке дамыту. 2.Тақырып: «Обручтерді домалату және обручке бүйірмен кіру» Мақсаты:ойын жаттығулары арқылы кимыл-қозғалыс үйлесімділігін ептілік пен кимыл белсенділігін дамыту. 3.Тақырып: «Нығыздалған доптарды аттан оту арқылы гимнастикалық орындықтың үстімен жүру, допты лақтыру» Мақсаты:дене жаттығулары мен спорттық ойын элементтері арқылы кимыл белсенділігін тепе-теңдік сезімін ептілікті және кимыл қозғалыс үлесімділігін дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№13 29.03 11.35-12.05 01.04 16.05-16.35</p>	<p>Түрлі-түсті гүлдер</p>	<p>1.Тақырып: «Нығыздалған доптар арқылы екі аяқпен секіру. Допты бір біріне лақтыру» Мақсаты:жылдамдық қуш қасиеттері, дәлдей білу мен ептілікке дамыту. 2.Тақырып: «Обручтерді домалату және обручке бүйірмен кіру» Мақсаты:ойын жаттығулары арқылы кимыл-қозғалыс үйлесімділігін ептілік пен кимыл белсенділігін дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№7 28.03 11.20-11.50 30.03 15.30-16.00 31.03 11.20-11.50</p>	<p>Разнообразие цветов</p>	<p>Тема: прыгать через длинную скакалку. 1. Учить прыгать через длинную скакалку. Закрепить умение сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по наклонной доске боком. Упражнять в умении выполнять вис на гимнастических кольцах. ПЧ «Гуси - лебеди» Тема: метание мешочка. 2. Продолжать учить выполнять метание мешочка вертикальную цель правой и левой рукой от плеча с расстояния 4метр. Закрепить умение прыгать через длинную скакалку. Упражнять в умении сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба,бег ОРУ Оснaвные упражнения Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи,спортивные палки, разные прилятствие</p>

наклоной доске боком.

П/И «Гуси - лебеди»

Тема: ходьба и бег.

3. На воздухе.

Ходьба и бег по пересеченной местности, метание мешочков на дальность, прыжки.

П/И «эстафеты»

Тексерілген күні: 28.03.2022

Әдіскердің қолы: Күндіз



Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының 11.04.-15.04.2022 оқу жылына циклограммасы үшінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Мақсат ҰОҚ	Әдістемелік қабилдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
<p>№4 12.04 9.35-9.55 14.04 9.10-9.30 15.04 9.10-9.30</p>	<p>Жәндіктер мен қосмекенділер әлемі</p>	<p>Тақырыбы: «Көңілді жануарлар» Қозғалмалы ойын: Үшпак. Дидактикалық ойын: Допты қағып ал. 1. Қимыл бағытын сақтап, саптізбекте бір бірден жүгіру. Аяғын бірге, аяғын алшақ қойып ырғақты секіріп, басынан асыра қол шанақтау. Допты екпінмен итеру және доп қимылының бағытын сақтау. 4К моделі: Қимыл бағытың сақтай алады. Допты екпінмен итеру және қимылының бағытың сақтай алады. Тақырыбы: « Жәндіктер әлемінде » Қозғалмалы ойын: Допты белгіге дейін итеру. Дидактикалық ойын: Допты қағып ал. 2. Баюу қарқынмен жүру және жүгіру. Допты екпінмен итеру және доп қимылының бағытын сақтау. Секіруде аяқты қою күйін біртіндеп ауыстыру. 4К моделі: Баюу қарқынмен жүгіре алады. Секіруде аяқты қою күйін біртіндеп ауыстыра алады. Тақырыбы: « Қасқыр мен балапаңдар » Қозғалмалы ойын: Белгіге дейін жылдамдыққа жүгіру. Дидактикалық ойын: Туннельден өту. 3. Аяқтың ұшымен белгі бойынша жүру, жүгіру. Секіруде аяқты қою күйін біртіндеп ауыстыру. Арқанның астынан оған басын тигізіп алмай төрт тағандап еңбектеу. 4К моделі: Аяқтың ұшымен белгі бойынша жүре, жүгіре алады. Секіреде аяқтың қою күйін біртіндеп ауыстыра алады.</p>	<p>Сапқа түргізу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

<p>№11 12.04 9.10-9.30 14.04 9.35-9.55 15.04 9.35-9.55</p>	<p>Жандіктер мен қосмекенділер әлемі</p>	<p>Тақырыбы: «Көңілді жануарлар» Қозғалмалы ойын: Үшпак. Дидактикалық ойын: Дөңгыз қағып ал. 1. Қимыл бағытын сақтап, саят ізбекте бір бірден жүгіру. Аяғын бірге, аяғын ашық қойып ырақты секіріп, басынан асыра қол шапаластау. Дөңгыз екпінмен итеру және доп қимылының бағытын сақтау. 4К моделі: Қимыл бағытын сақтай алады. Дөңгыз екпінмен итеру және қимылының бағытын сақтай алады. Тақырыбы: « Жандіктер әлемінде » Қозғалмалы ойын: Дөңгыз белгіге дейін итеру. Дидактикалық ойын: Дөңгыз қағып ал. 2. Баяу қарқынмен жүру және жүгіру. Дөңгыз екпінмен итеру және доп қимылының бағытын сақтау. Секіруде аяқты қою күйін біртіндеп ауыстыру. 4К моделі: Баяу қарқынмен жүгіре алады. Секіруде аяқты қою күйін біртіндеп ауыстыра алады. Тақырыбы: « Қасқыр мен балапандар » Қозғалмалы ойын: Белгіге дейін жылдамдыққа жүгіру. Дидактикалық ойын: Туннельден өту. 3. Аяқтың ұшымен белгі бойынша жүру, жүгіру. Секіруде аяқты қою күйін біртіндеп ауыстыру. Арканның астынан оған басын тигізіп алмай төрт тағандап еңбектеу. 4К моделі: Аяқтың ұшымен белгі бойынша жүре, жүгіре алады. Секіреде аяқтың қою күйін біртіндеп ауыстыра алады.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жағтыгулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Дөңгыз, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№6 11.04 15.30-15.55 12.04 10.30-10.55 13.04 16.05-16.30</p>	<p>Жандіктер мен қосмекенділер әлемі</p>	<p>1. Тақырыбы: «Көңілді жануарлар» Қозғалмалы ойын: Менің көңілді добым. Дидактикалық ойын: Туннельден өту. Мақсаты: өрмелеу және дөңгыз қайта ұру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: аяқты кезекпен қойып, кермелерді қалдырмай гимнастикалық қабырғамен жоғары өрмелеу, түскен кезде соңғы кермеге дейін жету және жерге жеңіл түсу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. 4К моделі: аяқты кезекпен қойып, кермелерді қалдырмай гимнастикалық қабырғамен жоғары өрмелей алады. Топпен</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жағтыгулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Дөңгыз, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>бірігіп жұмыс жасай алады Бір-біріне көмектеседі.</p> <p>2.Тақырыбы: « Жәндіктер әлемінде »</p> <p>Қозғалмалы ойын: Менің көңілді добым.</p> <p>Дидактикалық ойын: Туннельден өту.</p> <p>Мақсаты: заттардан секіріп өту және гимнастикалық қабырғаға өрмелеу дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: қосалқы адым жасауды және биікте теңе-теңің сақтауды, денесін тік ұстап, басын төмен түсірмеуді үйрету.</p> <p>Аяқтарын кезекпен басып, гимнастикалық қабырғаның бірдебір кермесін қалдырмай өрмелеу, төмен түскен кезде керменің соңына дейін жетіп, жерге жеңіл түсу қабілетін нығайту.</p> <p>Биіктігі 10 см үш зат арқылы ізбе-із секіріп өтуге жаттығу.</p> <p>4К моделі: аяқты кезекпен қойып, кермелерді қалдырмай гимнастикалық қабырғамен жоғары өрмелей алады. Топпен бірігіп жұмыс жасай алады Бір-біріне көмектеседі.</p> <p>3.Тақырыбы: « Қасқыр мен балапандар »</p> <p>Қозғалмалы ойын:Қу түлкі.</p> <p>Дидактикалық ойын: Допты қағып ал.</p> <p>Таза ауада.</p> <p>Мақсаты: доппен ойнау дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: допты берілген бағытта домалатуға үйрету. Доп ұстаған қолын басының артына апару, бүгілген қолдарын алға-жоғары екпінді түрде жаза отырып, доптың ұшуына дұрыс бағыт беру білігін бекіту.</p> <p>4К моделі: Топпен бірігіп жұмыс жасайды. Бір-біріне көмектеседі.</p>			
<p>№12 11.04 16.00-16.25 12.04 10.00-10.25 14.04</p>	<p>Жәндіктер мен қосмекенділер әлемі</p>	<p>1.Тақырыбы: «Көңілді жануарлар»</p> <p>Қозғалмалы ойын: Менің көңілді добым.</p> <p>Дидактикалық ойын:Туннельден өту.</p> <p>Мақсаты: өрмелеу және допты қайта ұру дағдыларын қалыптастыру.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

10.00-10.25

Міндеттері: аяқты кезекпен қойып, кермелерді қалдырмай гимнастикалық қабырғамен жоғары өрмелеу, түскен кезде соңғы кермеге дейін жету және жерге жеңіл түсу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз.

4К моделі: аяқты кезекпен қойып, кермелерді қалдырмай гимнастикалық қабырғамен жоғары өрмелей алады. Топпен бірігіп жұмыс жасай алады. Бір-біріне көмектеседі.

2. Тақырыбы: « Жәндіктер әлемінде »

Қозғалмалы ойын: Менің көңілді добым.

Дидактикалық ойын: Туннельден өту.

Мақсаты: заттардан секіріп өту және гимнастикалық қабырғаға өрмелеу дағдыларын қалыптастыру.

Міндеттері: қосалқы адым жасауды және биікте тепе-теңдік сақтауды, денесін тік ұстап, басын төмен түсірмеуді үйрету.

Аяқтарын кезекпен басып, гимнастикалық қабырғаның бірдебір кермесін қалдырмай өрмелеу, төмен түскен кезде керменің соңғысына дейін жетіп, жерге жеңіл түсу қабілетін нығайту.

Биіктігі 10 см үш зат арқылы ізбе-із секіріп өтуге жаттығу.

4К моделі: аяқты кезекпен қойып, кермелерді қалдырмай гимнастикалық қабырғамен жоғары өрмелей алады. Топпен бірігіп жұмыс жасай алады. Бір-біріне көмектеседі.

3. Тақырыбы: « Қасқыр мен балапандар »

Қозғалмалы ойын: Ку түлкі.

Дидактикалық ойын: Допты қағып ал.

Мақсаты: доппен ойнау дағдыларын қалыптастыру.

Міндеттері: допты берілген бағытта домалатуға үйрету. Доп ұстаған қолын басының артына апару, бүгілген қолдарын алға-жоғары екпінді түрде жаза отырып, доптың ұшуына дұрыс бағыт беру білігін бекіту.

4К моделі: Топпен бірігіп жұмыс жасайды. Бір-біріне көмектеседі.


Ойын

<p>№2 12.04 10.45-11.15 14.04 10.45-11.15 15.04 15.30-16.00</p>	<p>Жәндіктер мен қосмекенділер әлемі</p>	<p>1.Тақырып: Нысанға оң және сол қолмен қапшық лақтыру,екініден келіп біністікке секіру Қозғалмалы ойын: Қасқыр мен балапандар. Дидактикалық ойын: Кегліді көзде. Мақсаты:игерген дене дағдылары мен шеберліктерін дене жаттығулары мен қимыл ойындары арқылы бекіту. 4К моделі: Нысанға оң және сол қолмен қапшық лақтыра алады. Күштілікке тәрбиелеу.</p> <p>2.Тақырып: Бір обручтен екінші обручке бір аяқпен және екі аяқпен секіру, алақанға және табанға күш түсіре отырып,гимнастикалық орындық үстімен еңбектеу. Қозғалмалы ойын:Балық пен шортан. Дидактикалық ойын:Туннельден өту. Мақсаты:жылдамдық күш қасиеттері, дәлдей білу мен ептілікке дамыту. 4К моделі: Бір обручтен екінші обручке бір аяқпен және екі аяқпен секіре алады. гимнастикалық орындық үстімен еңбектей алады.</p> <p>3.Тақырып:Қалалар ойынын ойнаудың бастапқы дағдыларын дамыту. Таза ауада ұйымдастырылған оқу қызметі. Қозғалмалы ойын: Менің көңілді добым. Дидактикалық ойын: Допты ұста. Мақсаты:спорттық шеберліктер мен дағдыларды қалыптастыру, халықтық спорттық ойындарға деген қызығушылықты ояту. 4К моделі:Батылдық,дербестік, ептілік қабілеттерін жетілдіру.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Дөңгелек, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
---	--	---	---	---	---

<p>№13 12.04 11.35-12.05 15.04 16.05-16.35</p>	<p>Жәндіктер мен космекенділер әлемі</p>	<p>2.Тақырып: «Бір обручтен екінші обручке бір аяқпен және екі аяқпен секіру, алақанға және табанға күш түсіре отырып, гимнастикалық орындық үстімен еңбектеу» Қозғалмалы ойын: Балық пен шортан. Дидактикалық ойын: Туннельден өту. Мақсаты: жылдамдық қуш қасиеттері, дәлдей білу мен ептілікке дамыту.</p> <p>4К моделі: Бір обручтен екінші обручке бір аяқпен және екі аяқпен секіре алады. гимнастикалық орындық үстімен еңбектей алады.</p> <p>3.Тақырып: Қалалар ойынын ойнаудың бастапқы дағдыларын дамыту. Таза ауада ұйымдастырылған оқу қызметі. Қозғалмалы ойын: Менің көңілді добым. Дидактикалық ойын: Дошты ұста. Мақсаты: спорттық шеберліктер мен дағдыларды қалыптастыру, халықтық спорттық ойындарға деген қызығушылықты ояту.</p> <p>4К моделі: Батылдық, дербестік, ептілік қабілеттерін жетілдіру.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№7 11.04 11.20-11.50 13.04 15.30-16.00 14.04 11.20-11.50</p>	<p>Насекомые. Земневодные.</p>	<p>Тема: бросать мяча о пол одной рукой. 1. Учить бросать мяча о пол одной рукой и ловля двумя руками развивать ловкость. Закрепить умение ползать с мячом по скамейке, зажав мяч коленями. Игра «Мяч водящему»</p> <p>4К моделі: коммуникативность, работа в команде</p> <p>Тема: мяч водящему.</p> <p>2. Учить пролезать в обруч не задевая обода. Закрепить умение бросать мяча о пол одной рукой и ловля двумя руками развивать ловкость.</p> <p>Игра «Мяч водящему»</p> <p>4К моделі: коммуникативность, работа в команде</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Оснвные упражнение Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи, спортивные палки, разные припятствие</p>

		Тема: катание на самокатах. 3. Ходьба и бег по пересеченной местности, прыжки в длину с места, катание на самокатах. П/И «Эстафеты с бегом» 4К модель: работа в команде			
--	--	---	--	--	--

Тексерілген күні: 15.04.2022 ж.

Әдіскердің қолы: 

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының 18.04-22.04.2022 оқу жылына циклограммасы төртінші алта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Мақсат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
<p>№1 19.04 9.10-9.30 22.04 9.10-9.30 22.04 9.10-9.30</p>	<p>Табиғатты қорғаймыз</p>	<p>1.Тақырыбы: Табиғат- біздің досымыз Ойын: Үшпек Мақсат: Ғызылдар арасымен 10 см арақашықтық жүру Қатарымен бірден үнсізден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша түзелу. Ойын: Дөпты ұста. Мақсат: Дөпты алысқа лақтыру 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсканы табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды. 2.Тақырыбы: «Табиғатта аяла, бағала» Ойын: Дөпты ұста. Мақсат: Қарымды өзгерте отырып жүру және жүгіру. Дөпты алысқа лақтыру. Ойын: Дайын бол. Мақсат: Бір шеңберден екінші шеңберге біртіндеп секіру. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсканы табады Сыни тұрғыдан ойлау: Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып бір-біріне кедергі жасамай орындайды. 3.Тақырыбы: «Біз табиғаттың достарымыз» Ойын: Секір. Мақсат: Бір құрсаудан екінші құрсауға біртіндеп секіру. Ойын: Жоғары және төмен. Мақсат: Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары және төмен кезектестірілген адыммен ормелу. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Дөптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

<p>Ж/П 19.04 9.10-9.30 21.04 9.30-9.55 22.04 9.30-9.55</p>	<p>Табиғатты қорғауымыз</p>	<p>келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сынни тұрғыдан ойлау: Командалық жұмыс:Тапсырманы бірігіп ойлана отырып,бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>1.Тақырыбы: Табиғат- біздің достымыз Ойын: Үштік Мақсат: Салмақтар арасымен 10 см арақашықтық жүру Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша түзелу. Ойын: Допты ұста. Мақсат: Допты алысқа лақтыру 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік:Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сынни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс:Тапсырманы бірігіп,ойлана отырып,бір-біріне кедергі жасамай орындайды. 2.Тақырыбы: «Табиғатта аяла, бағала » Ойын:Допты ұста. Мақсат:Қарқынды өзгерте отырып жүру және жүгіру. Допты алысқа лақтыру. Ойын:Дайын бол. Мақсат:Бір шеңберден екінші шеңберге біртіндеп секіру. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады Сынни тұрғыдан ойлау: Командалық жұмыс:Тапсырманы бірігіп ойлана отырып бір-біріне кедергі жасамай орындайды. 3.Тақырыбы: «Біз табиғаттың достарымыз » Ойын: Секір. Мақсат: Бір күрсаудан екінші күрсауға біртіндеп секіру. Ойын:Жоғары және төмен. Мақсат: Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары және төмен</p>	<p>Сапқа тұрғызу. салемдесу! Жүру,жүгіру. Ж/Ж Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
--	---------------------------------	--	---	--	---

<p>№6 18.01 15.30-15.55 19.04 10.30-10.55 20.04 16.05-16.30</p>	<p>Табияттан Көрнекілік</p>	<p>кезектестірілген адыммен өрмелеу. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Командалық жұмыс. Тапсырманы бірінші ойлана отырып бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>1.Тақырыбы: «Табият-біздің достымыз» Ойын: Метін көңілді оқым!» Мақсаты: қималдарды рөлмен орындау дағдысын қалыптастыру. Міндеттері: артқа қосалқы адым жасау мен өз төңірегінде айналу жаттығуларын кезекпен орындауға үйрету. Биікте тұрған зат арқылы бұйірімен аттап өткен кезде денесін тік ұстап, тепе-ендік сақтау қабілетін қалыптастыру. Ойын: Дайын бол. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс. Тапсырманы бірігіп ойлана отырып бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>2.Тақырыбы: «Табиятта аяла, бағала» Ойын: Қу түлкі. Мақсаты: бір аяқпен секіру және гимнастикалық қабырғада өрмелеу дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: бір орында тұрып секіру, тепе-ендік сақтау және жерден екпінмен итерілу қабілетін нығайту. Бір аяқты артқа қойып, екінші аяқты оның жапана қою және оның ұшына ішке қарай қайырмаға тырысу, осы жаттығу мен жайлап отырып тұру жаттығуларын кезекпен жасауға үйрету. Ойын: Дөпты қатып ал 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс. Тапсырманы бірігіп ойлана отырып бір-</p>	<p>Сапқа тұрғызу, өрмелеу, Жүру, жүгіру, ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Дөптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
---	---------------------------------	--	--	---	---

		<p>Міндеттері: бір орында тұрып сөйлеу, тепе-теңдік сақтау және жердеп екпінмен итерілу қабілетін нығайту. Бір аяқты артқа қойып, екінші аяқты оның жанына қою және оның үшін ішке қарай қабырмауға тырысу, бөлі жаттығу мен жайлап отырып-тұру жаттығулармен кезекпен жасалған үйрету.</p> <p>Ойын: Дөңгелек қанша ал</p> <p>ЖК моделі:</p> <p>Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>3.Тақырыбы: «Біз табиғаттың достарымыз» Таза ауада.</p> <p>Ойын: Қу түлкі</p> <p>Мақсаты: тепе-теңдікті, қимыл үйлесімділігін сақтау дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: самокатпен белгіленген бағытта конустар мен сақиналардың арасымен сырғанауға үйрету. Организмнің функционалдық мүмкіндіктерін арттыруға ықпал ету.</p> <p>Ойынның шарттарына қарай шеңберге және сапқа тұру қабілетін нығайтуды жалғастыру. Аланның бір жақ шетінен қарсы бетіне жүгіріп өту, қабілетін жетілдіру.</p> <p>Ойын: Қиырау қандай кетіледі!</p> <p>ЖК моделі:</p> <p>Коммуникативтік: Озара команда ішінде бір-бірімен келісесі.</p> <p>Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>			
<p>ЖК 19.04 11.30-11.30 22.04 15.30-16.00</p>	<p>Табиғатты көргеніміз</p>	<p>1.Тақырып: «Қалалар футбол, бадминтон сияқты спорттың ойындар ойнаймыз, таза ауада ұйымдастырылған оқу қызметі»</p> <p>Ойын: Выбывалы</p> <p>Мақсаты: әртүрлі дене шынықтыру жаттығулары, қимылды және спорттық ойындар арқылы дене шынықтыруға деген</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру, ЖДЖ Негізгі жаттығулар</p>	<p>Ойын технологиясы, депеаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>қызығушылықтарын дамыту.</p> <p>Ойын: допты ұста.</p> <p>4К моделі:</p> <p>Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі</p> <p>Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>3. Тақырып: «Кегілдердің арасымен екі аяқпен секіру, гимнастикалық орындықта ішпен еңбектеу»</p> <p>Ойын: Кім жылдам</p> <p>Мақсаты: әртүрлі денешынықтыру жаттығулары қимылды ойындар арқылы балалардың шеберліктері мен дағдыларын дамыту.</p> <p>Ойын: Допты ұста</p> <p>4К моделі:</p> <p>Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі.</p> <p>Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>3. Тақырып: «Кегілдердің арасымен оң және сол аяқпен секіру, доптар бүйірмен астап оту арқылы жүру, гимнастикалық орындықта ішпен еңбектеу»</p> <p>Ойын: Кім жылдам.</p> <p>Мақсаты: ұсынылған жаттығулар арқылы қозғалыс үйлесімділігі бұлшықет күші тепе теңдікті сақтау сезімі жаттығуларын дамыту.</p> <p>Ойын: Допты ұста</p> <p>4К моделі:</p> <p>Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі.</p> <p>Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>	<p>Ойын</p>		
--	--	--	--------------------	--	--

<p>№17 19.04 11.35-12.05 21.04 10.45-11.15 22.04 16.05-16.1</p>	<p>Табиятты қорғаймыз</p>	<p>2.Тақырып: «Кегілдердің арасымен екі аяқпен секіру, гимнастикалық орындықта ішпен еңбектеу» Ойын: Кім жылдам. Максаты: әртүрлі дене шынықтыру жаттығулары қимылды ойындар арқылы балалардың шеберліктері мен дағдыларын дамыту. Ойын: Дөпты ұста 4К моделі: Коммуникативтік: Озара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сын тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>3.Тақырып: «Кегілдердің арасымен оң және сол аяқпен секіру, доптар бүйірмен аттап өту арқылы жүру, гимнастикалық орындықта ішпен еңбектеу» Ойын: Кім жылдам. Максаты: ұсынылған жаттығулар арқылы қозғалыс үйлесімділігі бұлшықет күші тепе теңдікті сақтау сезімі жатығуларын дамыту. Ойын: Допты ұста 4К моделі: Коммуникативтік: Озара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сын тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>	<p>Сапқа тұрығу. сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық гаяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
--	--------------------------------------	--	---	--	---

№7
18.04
11.20-11.50
20.04
15.30-16.00

Узнается
помогать
природе.

1. Тема: прыгать на двух ногах правым боком.
Игра: Мышки

Цель: Умеют прыгать на двух ногах правым боком (3 прыжка), затем поворот в прыжке на 180 градусов и продолжение прыжков левым боком.

Игра: Подбрось – хлопай

Цель: Умеют бросать мяч и ловить мяч двумя руками в воздухе в заданной позе.

Модель 4К

Коммуникабельность: Умеют договариваться между собой в команде.

Креативность: Находить лучший вариант для выполнения задания.

Критическое мышление: Быстро оценивают ситуацию.
Работа в команде: Выполняют задания вместе, сообщая, не сбывая друг друга.

2. Тема: мяч через сетку.

Игра: Мышки

Цель: Умеют переползать через скамейку в чередовании с ходьбой. Закрепить умение прыгать на двух ногах правым боком (3 прыжка), затем поворот в прыжке на 180 градусов и продолжение прыжков левым боком.

Игра: Подбрось – хлопай

Цель: Упражнять в умении ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи.

Модель 4К

Коммуникабельность: Умеют договариваться между собой в команде.

Креативность: Находить лучший вариант для выполнения задания.

Критическое мышление: Быстро оценивают ситуацию.
Работа в команде: Выполняют задания вместе, сообщая, не сбывая друг друга.

Физическая культура
Ходьба, бег
ОРУ
Основные упражнения
Игра

Игровая технология
Здоровосберегающие технологии

Мячи, спортивные скамейки, набивные мячи, различные предметы

Дата проведения: 15.04.2022г
Подпись: [Подпись]

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубеер Дамира Серікқызының 25.04-29.04.2022 оқу жылына циклограммасы Бірінші алға.

Күн Табы	Домалат УОК	Мақсат УОК	Әдіс-емелік қабылданулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
<p>№1 28.04 9.28-9.30 28.04 9.10-9.30 29.04 9.10-9.55</p>	<p>Түрлі-түрлі жабдықтар</p>	<p>1. Тақырыбы: «Бірімен жұмыс жасаймыз» Ойын. Мейін көңілім добым. Мақсат: Жұптасып ырғақпен және жеңіл жүру мен жүгіру. Ұсақ заттарды бағын аурыс қолмен сақтап, жіп бөліммен жүру. Ұсақ заттарды бір қолымен алысқа лақтыру. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі Креативтік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды. 2. Тақырыбы: «Бағу – тәтті баламыз» Ойын. Мейін көңілім добым. Мақсат: Жұптасып ырғақпен және жеңіл жүру мен жүгіру. Ұсақ заттарды бір қолымен алысқа лақтыру. Бір-біріне допты домалату 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды. 3. Тақырыбы: «Добым, добым, добан» Ойын: Касқыр мен балапандар. Мақсат: Түрлі қимылдарды түрлі қарқында музыкалық сүйеммен және сонымен бірге жеңіл жүру, алдарың еркін ұстап адыға және артқа жеңіл жүгіру. Бір-біріне допты домалату. Допты еркін ұстап адыға лақтыру және оны секіргеннен кейін қос қолмен қағып алу. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p>	<p>Сәйкес домалату әдістері Жүру жүгіру ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы. Әдіс-емелік қабылдану технологиялары</p>	<p>Дөңгелек, спорттық таяғындар алынатын, әртүрлі кедергілер</p>

<p>Хет 9.0 10.0.20 28.04 9.35-9.55 29.04 9.35-9.55</p>	<p>Андрей 2014</p>	<p>Сын тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп ойлана отырып бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>1.Тақырыбы: «Түріс жаттықтары» Ойын: Менің көгімді добым. Мақсат: Түріс жаттықтарын орындау. Басты мақсаты баспаны дұрыс қолып сақтап, жиі белімен жүру. Үсак заттарын бір қолымен алысқа лақтыру. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сын тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп ойлана отырып бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>2.Тақырыбы: «Тату – тәтті баламыз» Ойын: Менің көгімді добым. Мақсат: Жұптасып ыртпақпен және жеңіл жүру мен жүгіру. Үсак заттарды бір қолымен алысқа лақтыру. Бір-біріне допты домалату. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сын тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп ойлана отырып бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>3.Тақырыбы: «Добым добым, добалар!» Ойын: Касқыр мен балапанлар. Мақсат: Түріс жаттықтарын орындау кезінде мұқияттық сүйсінікті және ыртпақпен жүру, қолдарын еркін ұстап алғанда және арқа жағын жүгіру. Бір-біріне допты домалату. Допты екі қолмен ұстап жоғары лақтыру және оны ескіртпен кейін қол қолмен қағып алу. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны</p>	<p>Сын тұрғыдан ойлау Жүгіру ЖҰЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын тәртібі мен ережелері Технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық жабдықтар Шығаршық арқалы кедергілер</p>
--	------------------------	--	--	--	--

15.30-15.55
26.04
9.35-9.55
27.04
16.05-16.30

Бірінші
Жұмыс

Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайда тез бағалайды
Командалық жұмыс. Тапсырманы бірігіп оқып отырып бір-біріне кедергі жасамай орындайды.

1. Тақырыбы: «Түркі жаттықтығы»
Сыни тұрғыдан ойлау:
Мақсаты: допты бір қолмен қолтара ұру және бір аяқпен секіру дағдыларын қалыптастыру.
Міндеттері: допты бір қолмен, қолды ақырын қимылдатып еденге ұру және допты соғу күшін реттеуге үйрету. Табаның ұстақ сымдай аяқтың қолмен шерілу арқылы бір орында секіру қабілетін жетілту.
4К моделі:
Коммуникативтік: Озара командалық бір-бірімен келіседі
Креативтік: Тапсырманы орындау үшін өз жақсы нұсқаны табады.
Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайда тез бағалайды.
Командалық жұмыс. Тапсырманы бірігіп оқып отырып бір-біріне кедергі жасамай орындайды.

2. Тақырыбы: «Тату – тәтті баламыз»
Ойын: Қу түлкі
Мақсаты: еңіс тақтаймен өрмелеу және допты бір қолмен қолтара ұру дағдыларын қалыптастыру.
Міндеттері: қолбеу баспа ішак бойымен (гимнастикалық қабырғалық 3 кермесіне орнатылған) кермелерді қолмен ұстап, аяқпен қолдан қимылын үйлестіре отырып өрмелеуге, гимнастикалық қабырғалық жерге түсуге үйрету.
4К моделі:
Коммуникативтік: Озара командалық бір-бірімен келіседі
Креативтік: Тапсырманы орындау үшін өз жақсы нұсқаны табады.
Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайда тез бағалайды.

Командалық жұмыс. Тапсырманы бірігіп оқып отырып бір-біріне кедергі жасамай орындайды.

3. Тақырыбы: «Добрым добрым, добелам»
Таза аяға.
Ойын: Выбивалы

Сыни тұрғыдан ойлау
ЖДЖ
Негізгі жаттығулар
Ойын

Сыни тұрғыдан ойлау
ЖДЖ
Негізгі жаттығулар
Ойын

Допты секіретін
және секіретін
түркі арабы, ара ұр
кедергілер

		<p>Мақсаты: спорттық ойындар элементтерін үйрету.</p> <p>Міндеттері: дұрыс бастапқы қалыпта сақтай отырып, әр түрлі орналасу арқылы жерге дөңгіл тақпарға үйрету.</p> <p>4К моделі: Коммуникативтік: Озара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп ойлана отырып, бір-біріне келдергі жасамай орындайды.</p>			
<p>8-сынып 28.04 16.00-16.25 96.01 10.00-10.25 29.01 10.00-10.25</p>	<p>III жарыс</p>	<p>1. Тақырыбы: «Бір е жағдай»</p> <p>Ойын: Выбис-бол.</p> <p>Мақсаты: әрбір бір қолмен ойың түру және бір аяқпен секіру жағдайларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: әрбір бір қолмен, қолға ақырын қимылдатын елестіе ұру және дөңгіл тақпарға үйретуге үйрету. Табананы терең баспай отырып ұшымен өтерту арқылы бір орында секіру қабілетін нығайту.</p> <p>4К моделі: Коммуникативтік: Озара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп ойлана отырып, бір-біріне келдергі жасамай орындайды.</p>	<p>Төртінші ретте «Сынып!» Жұру жүгіру. Ж.ОК Негізгі жағтығулар Ойын</p>	<p>Ойын тегіне қатына дейін уақыт сақтау технологиясы</p>	<p>Топтар спорттық тапқырлар. шығыршық, әртүрлі келергілер</p>
		<p>2. Тақырыбы: «Тату – тәтті баламыз»</p> <p>Ойын: Қу түлкі</p> <p>Мақсаты: қол тақтанмен өрмелеу және дөңгіл бір қолмен қайтара ұру жағдайларын қалыптастыру.</p> <p>Міндеттері: қолбеу баспа таяқ бөлігімен гимнастикалық қабілеттерін қолмен өрмелеу және қолмен кермелерін қолмен ұстап, аяқпен қолдың қимылын үйлестіре отырып өрмелеуді, гимнастикалық тақпартқа өтіп, жерге түсуге үйрету.</p> <p>4К моделі: Коммуникативтік: Озара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p>			

<p>11.00-11.30 16.04 10.45-11.15 29.04 15.30-16.00</p>	<p>Тәртіптілік жарасқан</p>	<p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп,ойлана отырып,бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>1.Тапсырылы: «Тобым,тобым, дөбелетем» Тапсырмада. Ойын: Выбывание Мақсаты: спортшының «ар-асменгі» қызығушылығын арттыру. 2.Нідеттері: дұрыс бастапқы қалыпты саптан отырып, әр түрлі орналастырылған кегельдерге допты лақтыруға үйрету. 4К моделі: Коммуникативтік: Озара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп,ойлана отырып,бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>1.Тапсырманы: «Тимбилдингтік қабырғаға мен жоғарыға иппу қабырғаны дөп тастыру» Ойын:Қасқыр мен баландар. Мақсаты:жылдамдық күш қасиеттері, қимыл қозғалыс тәртібі мен үйлесімділігін қалыптастыру. 4К моделі: Коммуникативтік: Озара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп,ойлана отырып,бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>2.Тапсырылы: «Қашықты екі тізбенін ортасына қысып, киіктердің арасымен екі аяқпен секіру. Тимбилдингтік қабырғаға әртекті тәсілмен өрмелеу» Ойын: Выбывание Мақсаты:қимыл тәртібі мен жоғары жылдамдық күш қасиеттері және ептілікті дамыту. 4К моделі: Коммуникативтік: Озара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп,ойлана отырып,бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>	<p>Сыни тұрғыдан ойлау елемдесу! Жүру-жүгіру ЖДЖ Негізгі жағдайлар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы депсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Дөптер, шыртық таяқшалар, лыныршық, әртүрлі кедергілер</p>
--	-----------------------------	--	---	--	---

2017
26.09
11.35.17.0
2014
16.09 16.35

Бірдей болып
жармақшы

<p>1.Тақырып: «Дөңгіз бір қолмен алып жүру, обручке қолында дөң ұстап тонтасын кіру» Ойын: Қу түлкі Мақсаты: дөңгіз қайтара ұру шеберлігін жетілдіру, обручке тонтасын кіру, орындағыта жағтып ұлы орындау кезінде тепе-теңдікке сақтау.</p> <p>ЖК моделі: Коммуникативтік: Өзара команда пінде бір-бірімен келіседі. Креативтік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс. Тапсырманы бірігіп ойланы отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>			
<p>2.Тақырып: «Қызыл таз екі қолын ортасына қысып, кеңістердің арапталмен екі аяқпен ескіру» Мақсаты: қызыл таз екі қолын ортасына қысып, кеңістердің арапталмен екі аяқпен ескіру. ЖК моделі: Коммуникативтік: Өзара команда пінде бір-бірімен келіседі. Креативтік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс. Тапсырманы бірігіп ойланы отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>	<p>Саябақ сәлем Жүру шаң Негізгі жетілдіру Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Дөңгіз, сиртпак таяқшалар, шығарнық арқуры</p>
<p>3.Тақырып: «Дөңгіз бір қолмен алып жүру, обручке қолында дөң ұстап тонтасын кіру» Ойын: Қу түлкі Мақсаты: дөңгіз қайтара ұру шеберлігін жетілдіру, обручке тонтасын кіру, орындағыта жағтып ұлы орындау кезінде тепе-теңдікке сақтау.</p> <p>ЖК моделі: Коммуникативтік: Өзара команда пінде бір-бірімен келіседі. Креативтік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс. Тапсырманы бірігіп ойланы отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>			

№7
 04
 11.20-11.50
 15.10-16.00
 11.20-11.50

В семье
 одной

1. Тема: метать мешочек правой рукой на дальность.
Игра: Выбивалы
 Цель: Уметь бросить «мешочек» без ориентира.
 Закрепить технику выполнения упражнения «Далья».
 Упражняться в умении метать мешочек правой рукой на дальность.
 Игра: Кто лучше прыгает
 Цель: Уметь прыгать через длинную скакалку на двух ногах.
Модель 4К
Коммуникабельность: Умеют договариваться между собой в команде.
Креативность: Находить лучший вариант для выполнения задания.
Критическое мышление: Быстро оценивают ситуацию.
Работа в команде: Выполняют задания вместе сообща, не обижая друг друга.

2. Тема: метать мешочек правой рукой на дальность.
Игра: Выбивалы
 Цель: Уметь бросить «мешочек» без ориентира.
 Закрепить технику выполнения упражнения «Далья».
 Упражняться в умении метать мешочек правой рукой на дальность.
 Игра: Кто лучше прыгает
 Цель: Умеют прыгать через длинную скакалку на двух ногах.
Модель 4К
Коммуникабельность: Умеют договариваться между собой в команде.
Креативность: Находить лучший вариант для выполнения задания.
Критическое мышление: Быстро оценивают ситуацию.
Работа в команде: Выполняют задания вместе сообща, не обижая друг друга.

3. Тема: ходьба и бег.
 Игра: Не урони шарик.
 Цель: Ходьба и бег по пересеченной местности, прыжки в длину.
 Игра: Пролезь в круг.
 Цель: уметь пролезать в обруч правым и левым боком, не касаясь верхнего края.

«Дружеский»
 Ходьба, бег
 прыжки
 скакалка
 обруч

Игровая технология,
 дидактические
 технологии

Мячи, спортивные
 палки, различные
 прищипыватели

Модель 4К

Коммуникабельность: Уметь договариваться между собой в команде.

Креативность: Находить ту или иную идею для выполнения задачи.

Эффективность: Быть дружелюбным и открытым.

Работать в команде. Выполнять задачи вместе, помогая друг другу.

Текст датен күні: 12.04.2022

Өзін ердің қолы:



Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жүзбасар Дамира Серікқызының 11.05-13.05.2022 оқу жылына циклик раммасы екінші апта.

Күн Табы	Тақырып УОК	Мақсат УОК	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
№4 12.05 9.10-9.35 13.05 9.10-9.30	Отан қорғаушылар (ҚР әскері, Ұлы Отан соғысының ардагерлері)	<p>2.Тақырыбы: «енқырлы сандық» Ойын:Торғай</p> <p>Басына қап қойып, бастың дүріс қалпын сақтап, жіп бойымен жүру. Заттардың арасынан бағытты өзгерте отырып және заттарға тиіп кетпей еңбектеу. 4 адымдан қос аяқпен жоғарыға секіруде итерілуді орындауда қол мен аяқтың жұмысын үйлестіру.</p> <p>4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>3.Тақырыбы: «Көңілді сайыстар» Ойын:Ұшак</p> <p>Түрлі қимылдарды түрлі қарқында музыкалық сүйемелдеуге сәйкес ыргакты жүру, қолдарын еркін ұстап алдыға және артқа жеңіл жүгіру.4 адымдап қос аяқпен жоғарыға секіруде итерілуді орындауда қол мен аяқтың жұмысын үйлестіру. Заттардың арасынан алақан және табанмен еңбектеу.</p> <p>4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер
№11 12.05 9.35-9.55 13.05 9.35-9.55	Отан қорғаушылар (ҚР әскері, Ұлы Отан соғысының ардагерлері)	<p>2.Тақырыбы: «енқырлы сандық» 13.05.22 Ойын:Торғай</p> <p>Басына қап қойып, бастың дүріс қалпын сақтап, жіп бойымен жүру. Заттардың арасынан бағытты өзгерте отырып және заттарға тиіп кетпей еңбектеу. 4 адымдап қос аяқпен жоғарыға секіруде итерілуді орындауда қол мен аяқтың жұмысын үйлестіру.</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		<p>4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсканы табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>3.Тақырыбы: «Көңілді сайыстар» Ойын: Ұшак Түрлі кимылдарды түрлі қарқында музыкалық сүйемелдеуге сәйкес ырғақты жүру, қолдарын еркін ұстап алдыға және артқа жеңіл жүгіру. 4 адымдан қос аяқпен жоғарыға секіруде итерілуді орындауда қол мен аяқтың жұмысын үйлестіру. Заттардың арасынан алақан және табанмен еңбектеу.</p> <p>4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсканы табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>			
<p>№6 11.05 16.05-16.35</p>	<p>Отан қорғаушылар (ҚР әскері, Ұлы Отан соғысының ардагерлері)</p>	<p>3.Тақырыбы: «Көңілді сайыстар» Таза ауада. Ойын: Қу түлкі Максаты: спорттық жаттығу элементтері арқылы қозғалыс тәжірибесін байыту. Міндеттері: дұрыс бастапқы қалыпты сақтай отырып, әртүрлі етіп орналастырылған кегельдерге допты лақтыруға үйрету. Жұптасып жүргенде бір-бірімен үйлесімді адым жасап, ырғақпен әрі жеңіл жүгіру қабілетін жетілдіру. Бөрене бойымен солға және оңға қосалқы адым жасауға, тұрақты тепеңдік сақтауға және бойды тік ұстауға үйрету. Құм толтырылған қапшықтарды алысқа лақтырып жаттығамыз.</p> <p>4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>келіседі.</p> <p>Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сын тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>			
<p>№12 12.05 10.00-10.25</p>	<p>Отан қорғаушылар (ҚР әскері, Ұлы Отан соғысының ардагерлері)</p>	<p>Тақырыбы: «Көңілді саяхаттар»</p> <p>Таза ауада.</p> <p>Ойын: Қу түлкі</p> <p>Мақсаты: спорттық жаттығу элементтері арқылы қозғалыс тәжірибесін байыту.</p> <p>Міндеттері: дұрыс бастапқы қалыпты сақтай отырып, әртүрлі етіп орналастырылған кегельдерге допты лақтыруға үйрету. Жұптасып жүргенде бір-бірімен үйлесімді адым жасап, ырақпен әрі жеңіл жүгіру қабілетін жетілдіру. Бөрене бойымен солға және оңға қосалқы адым жасауға, тұрақты тепе-теңдік сақтауға және бойды тік ұстауға үйрету. Құм толтырылған қапшықтарды алысқа лақтырып жаттығамыз.</p> <p>4К моделі:</p> <p>Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі.</p> <p>Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сын тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
<p>№2 13.05 15.30-16.00</p>	<p>Отан қорғаушылар (ҚР әскері, Ұлы Отан соғысының ардагерлері)</p>	<p>3.Тақырып: «Нығыздалған доптар арқылы екі аяқпен секіру. Допты бір біріне лақтыру»</p> <p>Ойын: Выбивалы</p> <p>Мақсаты: жылдамдық қуш қасиеттері, дәлдей білу мен ептілікке дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>4К моделі: Коммуникативтік: Озара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>			
<p>№13 12.05 10.45-11.15 13.05 16.05-16.35</p>	<p>Отан қорғаушылар (ҚР әскері, Ұлы Отан соғысының ардагерлері)</p>	<p>2.Тақырып: «Нығыздалған доптар арқылы екі аяқпен секіру. Допты бір біріне лақтыру» Ойын: Выбивалы Мақсаты: жылдамдық қуш қасиеттері, дәлдей білу мен ептілікке дамыту. 4К моделі: Коммуникативтік: Озара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>3.Тақырып: «Бөрененің үстімен жүру, қапшықтарды екі тізенің ортасына қысып алып, екі аяқпен секіру, нығыздалған доптарды түзу жолдың бойымен домалату» Ойын: Кім жылдам Мақсаты: бөренемен жүру, доптарды түзу жолдың бойымен домалату шеберлігін бекіту. 4К моделі: Коммуникативтік: Озара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

<p>№7 11.05 15.30-16.00</p>	<p>Защитники Родины (Армия РК, ветераны ВОВ)</p>	<p>2. Тема: бросание мяча. Скакалка.</p> <p>Игра: Выбивалы</p> <p>Цель: Умеет бегать, врасылную между кеглями. Совершенствовать умение бросать мяч о пол одной рукой и ловить двумя руками. Упражнять в умении прыгать через короткую скакалку.</p> <p>Игра: Кто лучше прыгает</p> <p>Цель: Упражнять в умении прыгать через короткую скакалку.</p> <p>Модель 4К</p> <p>Коммуникабельность: Умеют договариваться между собой в команде.</p> <p>Креативность: Находить лучший вариант для выполнения задания.</p> <p>Критическое мышление: Быстро оценивают ситуацию.</p> <p>Работа в команде: Выполняют задания вместе, сообща, не сбивая друг-друга.</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Основные упражнения Игра</p>	<p>Игровая технология. Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи, спортивные налки, разные принадлежности</p>
-------------------------------------	--	--	---	--	--

Тексерілген күні:

6.05.2022 ж

Әдіскердің қолы:

К. С. С.

Денсаулық тәрбиесінің нұсқаушысы Жауысбек Дамира Серікқызыптың 16.05.-20.05.2022 оқу жылына циклограммасы үшінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҮОК	Мақсат ҮОК	Әлістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
<p>№4 17.05 9.35-9.55 19.05 9.10-9.30 20.05 9.10-9.30</p>	<p>Мен жасай аламын</p>	<p>1.Тақырыбы: «Шынықсан шымыр боласын» Ойын:Торғайлар Мақсаты: Иректеп қобылап жіптің үстімен еркін жүру. Заттардың арасынан алақап және табанмен еңбектеу. Саптізбекте бір-бірден сапка тұру, шашыраңқы жүргенде кеністікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам табу. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік:Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сын тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс:Тапсырманы бірігіп,ойлана отырып,бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>2.Тақырыбы: «Сыр толты сандық» Ойын:Торғайлар Мақсаты:Заттарды аттап жүру және жүгіру. Саптізбекте бір-бірден сапка тұру, шашыраңқы жүргенде кеністікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам табу. Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтау. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік:Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сын тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс:Тапсырманы бірігіп,ойлана отырып,бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>3.Тақырыбы: «Біз шыныққан баламыз» Ойын:Ұшак Мақсаты:Баяу қарқынмен жүру және жүгіру. Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтау. Орнында тұрып ұзындыққа секіру. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік:Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сын тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс:Тапсырманы бірігіп,ойлана отырып,бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>	<p>Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

<p>№11 17.05 9.10-9.30 19.05 9.35-9.55 20.05 9.35-9.55</p>		<p>1.Тақырыбы: «Шынықсан шымыр боласын» Ойын:Торғайлар Мақсаты: Претепең қойылған жиптің үстімен еркін жүру Заттардың арасынан алақан және табанмен еңбектеу. Саптізбекте бір-бірден сапка тұру, шашыраңқы жүргенде кеңістікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам табу. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп,ойлана отырып,бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>2.Тақырыбы: «Сыр толы сандық» Ойын:Торғайлар Мақсаты:Заттарды аттап жүру және жүгіру. Саптізбекте бір-бірден сапка тұру, шашыраңқы жүргенде кеңістікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам табу. Дөпты екпінмен лақтыру және дөп қимылының бағытын сақтау. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп,ойлана отырып,бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>3.Тақырыбы: «Біз шыныққан баламыз» Ойын:Ұшак Мақсаты:Баяу қарқынмен жүру және жүгіру. Дөпты екпінмен лақтыру және дөп қимылының бағытын сақтау. Орнында тұрып ұзындыққа секіру. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп,ойлана отырып,бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>	<p>Сапка тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы. денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Дөптар, спорттық тақшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
--	--	---	---	---	--

№6
16.05
15.30-15.55
17.05
10.30-10.55
18.05
16.05-16.30

1.Тақырыбы: «Шынықсан шымыр боласын»

Ойын:Шортан мен балық

Мақсаты: секіргіш арқылы секіру және бөренемен жүрген кезде қимыл үйлесімділігін дамыту. Міндеттері: секіртпені қолдан басымен және білекпен айналдыруға, денені тік ұстап, аяқтың ұшымен секіруге, айналған тұрған секіртпенмен үйлесімді секіруге үйрету. Жұптасып жүргенде адым қарқыны мен ырғағынан үйлесімді болуды қамтамасыз етуге, қозғалыс бағытын сақтауға, жүру мен жүгіруді кезектестіре білуге баулу. Қолпенен бөрене бойымен жүргенде тұрақты тепе-теңдік сақтау қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз.

4К моделі:

Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі.

Креативтілік:Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.

Сын тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.

Командалық жұмыс:Тапсырманы бірігіп,ойлана отырып,бір-біріне кедергі жасамай орындайды.

2.Тақырыбы: «Сыр толы сапдық»

Ойын: Шортан мен балық

Мақсаты: секіргіш арқылы секіру және көлденең нысанаға лақтыру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: қолды екпінмен жазып, допты көлденең нысанаға көздеп лақтыру қабілетін, көзбен мөлшерлеу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Қысқа секіртпенің көмегімен қатты жоғары көтерілмей, алдымен аяқтың ұшын, соған соң өкшені басып, ыргакпен секіру қабілетін нығайту.

4К моделі:

Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі.

Креативтілік:Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.

Сын тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.

Командалық жұмыс:Тапсырманы бірігіп,ойлана отырып,бір-біріне кедергі жасамай орындайды.

3.Тақырыбы: «Біз шыныққан баламыз»

Таза ауада.

Ойын:Менің қоңірді добым

Мақсаты: ептілікті және өз әрекетін басқа балалардың әрекеттерімен үйлестіру білігін дамыту. Міндеттері: қолды екпінмен жазып, допты тік нысанаға көздеп лақтыру қабілетін жетілдіру, тоқтамай қоздеуге және лақтыруға үйрету. Арқаға жүк салып төрт аяқтап еңбектегенде үйлесімді қозғалу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз.

Сайқа тұрғызу,
сәлемдесу!
Жүру,жүгіру.
ЖҰЖ
Негізгі
жақтыңулар
Ойын

Ойын
технологиясы,
денсаулық сақтау
технологиясы

Донғар, спорттық
таяқшалар,
шығыршық, әртүрлі
кедергілер

		<p>4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>			
<p>№12 16.05 16.00-16.25 17.05 10.00-10.25 19.05 10.00-10.25</p>		<p>1.Тақырыбы: «Шынықсан шымыр боласын» Ойын: Шортан мен балық Мақсаты: секіргіш арқылы секіру кезінде және бөренемен жүрген кезде қимыл үйлесімділігін дамыту. Міндеттері: секіртпені қолдың басымен және білекпен айналдыруға, денені тік ұстап, аяқтың ұшымен секіруге, айналып тұрған секіртпемен үйлесімді секіруге үйрету. Жұптасып жүргенде азым қарқыны мен ырғағының үйлесімді болуын қамтамасыз етуге, қозғалыс бағытын сақтауға, жүру мен жүгіруді кезектестіре білуге баулу. Көлденең бөрене бойымен жүргенде тұрақты тепе-теңдік сақтау қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>2.Тақырыбы: «Сыр толы сандық» Ойын: Шортан мен балық Мақсаты: секіргіш арқылы секіру және көлденең нысанаға лақтыру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: қолды екпінмен жазып, допты көлденең нысанаға көздеп лақтыру қабілетін, көзбен мөлшерлеу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Қысқа секіртпеннің көмегімен қатты жоғары көтерілмей, алдымен аяқтың ұшы, содан соң өкшені басып, ырақпен секіру қабілетін нығайту. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>3.Тақырыбы: «Біз шынықсан баламыз»</p>	<p>Сапқа тұрғызу. сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жағтыгулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы. денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>Таза ауада.</p> <p>Ойын: Метін көңілді добыл</p> <p>Мақсаты: ерлікті және өз әрекетін басқа балалардың әрекеттерімен үйлестіру білігін дамыту. Міндеттері: қолды жұмыспен жазып, допты тиімділікпен көздеп лақтыру қабілетін жетілдіру, тоқтамай көздеуге және лақтыруға үйрету. Арқаға жүк салып төрт аяқтал еңбектенгенге үйлесімді қозғалу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз.</p> <p>4К моделі:</p> <p>Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі.</p> <p>Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсканы табады.</p> <p>Сын тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>			
<p>№2</p> <p>12.04</p> <p>10.45-11.15</p> <p>14.04</p> <p>10.45-11.15</p> <p>15.04</p> <p>15.30-16.00</p>		<p>1. Тақырып: «Екпіндеп келіп биіктікке секіру»</p> <p>Ойын: Выбивалы</p> <p>Мақсаты: екпіндеп келіп аяқты жинап, биіктікке секіру шеберлігін бекіту.</p> <p>4К моделі:</p> <p>Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі.</p> <p>Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсканы табады.</p> <p>Сын тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>2. Тақырып: «Қысқа баулар арқылы оң бүйірмен екі аяқпен секіру.»</p> <p>Ойын: Выбивалы</p> <p>Мақсаты: балалардың секіру дағдысын, теже теңдік сезімі мен қимыл қозғалыс шеберліктерінің дамуын қалыптастыру.</p> <p>4К моделі:</p> <p>Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі.</p> <p>Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсканы табады.</p> <p>Сын тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-</p>	<p>Сапқа тұрғызу.</p> <p>сәлемдесу!</p> <p>Жүру, жүгіру.</p> <p>ЖДЖ</p> <p>Негізгі жаттығулар</p> <p>Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>бірінше кедергі жасамай орындайды.</p> <p>3.Тақырып: «Гимнастикалық орындықтың үстімен бүйірлеп, аяқты алшақ басып жүру.»</p> <p>Ойын: Құлақ мұрын ойыны</p> <p>Мақсаты: балалардың секіру дағдысын, тепе теңдік сезімі мен қимыл қозғалыс шеберліктерінің дамуын қалыптастыру.</p> <p>4К моделі:</p> <p>Коммуникативтік: Озара команда ішінде бір-бірімен келіседі.</p> <p>Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>			
<p>№13 17.05 11.35-12.05 20.05 16.05-16.35</p>		<p>2.Тақырып: «Қысқа баулар арқылы оң бүйірлеп екі аяқпен секіру.»</p> <p>Ойын: Выбивалы</p> <p>Мақсаты: балалардың секіру дағдысын, тепе теңдік сезімі мен қимыл қозғалыс шеберліктерінің дамуын қалыптастыру.</p> <p>4К моделі:</p> <p>Коммуникативтік: Озара команда ішінде бір-бірімен келіседі.</p> <p>Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>3.Тақырып: «Гимнастикалық орындықтың үстімен бүйірлеп, аяқты алшақ басып жүру.»</p> <p>Ойын: Құлақ мұрын ойыны</p> <p>Мақсаты: балалардың секіру дағдысын, тепе теңдік сезімі мен қимыл қозғалыс шеберліктерінің дамуын қалыптастыру.</p> <p>4К моделі:</p> <p>Коммуникативтік: Озара команда ішінде бір-бірімен келіседі.</p> <p>Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру-жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Донғар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

<p>№7 16.05 11.20-11.50 18.05 15.30-16.00 19.05 11.20-11.50</p>	<p>Я-умею</p>	<p>Сыны тұрғыдан ойлау: Жағдайды талдайды. Командалық жұмыс: Топстарманы бірігіп ойлап отырып, бір-біріне кеңесері жасамай орындайды.</p> <p>1.Тема: лазань по гимнастической стенке. Игра:Караси и щука Цель:Умеет лазань по гимнастической стенке с переходом на другой пролет и спускаться вниз. Упражнять в умении бросать мяч о пол и ловить его двумя руками. Модель 4К Коммуникабельность:Умеют договариваться между собой в команде. Креативность: Находить лучший вариант для выполнения задания. Критическое мышление: Быстро оценивают ситуацию. Работа в команде: Выполняют задания вместе, сообща, не сбивая друг-друга.</p> <p>2.Тема: челночный бег. Игра:Караси и щука Цель:Умеет выполнять челночный бег. Совершенствовать умение сохранять равновесие при ходьбе и беге по наклонному бревну. Модель 4К Коммуникабельность:Умеют договариваться между собой в команде. Креативность: Находить лучший вариант для выполнения задания. Критическое мышление: Быстро оценивают ситуацию. Работа в команде: Выполняют задания вместе, сообща, не сбивая друг-друга.</p> <p>3.Тема: прыжки в длину с места. Игра: Кто быстрее Цель: Ходьба и бег по пересеченной местности, прыжки в длину с места, катание на самокатах.</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Остаточные упражнения Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мяч, спортивные палки, разные предметы</p>
---	---------------	---	---	--	---

	<p>Модель 4К</p> <p>Коммуникабельность: Умеют договариваться между собой в команде.</p> <p>Креативность: Находить лучший вариант для выполнения задания.</p> <p>Критическое мышление: Быстро оценивают ситуацию.</p> <p>Работа в команде: Выполняют задания вместе, сообща, не сбивая друг-друга.</p>				
--	--	--	--	--	--

Тексерілген күні: 13.05.2022 ж.

Әңгірдің қолы: *[Signature]*

Дене тәрбиесінің нұсқаушысы Жаубасар Дамира Серікқызының:23.05-27.05.2022 оқу жылына циклограммасы төртінші апта.

Күні Тобы	Тақырып ҰОҚ	Мақсат ҰОҚ	Әдістемелік қабылдаулар	Қолданылатын технологиялар	Жабдықтар
<p>№4 24.05 9.35-9.55 26.05 9.10-9.30 27.05 9.10-9.30</p>	<p>Қош келдің, жаз!</p>	<p>1. Тақырыбы: «Сәлем жаз!» Ойын: Көліктер Мақсаты: Қарқынды өзгерте отырып жүру және жүгіру. Орында тұрып ұзындыққа секіру. Екі метр арақашықтықта допты бір-біріне лақтыру, доптың ұшу бағытын бақылау және ұшып келе жатқан допты бүгілген қолдың жеңіл қимылымен тосып алу. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>2. Тақырыбы: « Ұшақ » Ойын: Допты ұста Мақсаты: Баяу қарқынмен жүру және жүгіру. Екі метр арақашықтықта допты бір-біріне лақтыру, доптың ұшу бағытын бақылау және ұшып келе жатқан допты бүгілген қолдың жеңіл қимылымен тосып алу. Басындағы қабымен гимнастикалық орындық бойымен, дене бітімін сақтай отырып жүру. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады Сыни тұрғыдан ойлау: Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>3. Тақырыбы: «Құстар» Ойын: Қасқыр мен балапандар Мақсаты: Басындағы қабымен гимнастикалық орындық бойымен, дене бітімін сақтай отырып жүру. Шектелген жазықтық бойымен допты домалатуға жаттықтыру. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p>	<p>Салпа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

<p>№11 24.05 9.10-9.30 26.05 9.30-9.55 27.05 9.30-9.55</p>	<p>Қош келдің, жаз!</p>	<p>Сыни тұрғыдан ойлау: Командалық жұмыс:Тапсырманы бірігіп,ойлана отырып,бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>1. Тақырыбы: «Сәлем жаз!» Ойын: Көліктер Мақсаты: Қарқынды өзгерте отырып жүру және жүгіру. Орында тұрып ұзындыққа секіру. Екі метр арақашықтықта допты бір-біріне лақтыру, доптың ұшу бағытын бақылау және ұшып келе жатқан допты бүгілген қолдың жеңіл қимылымен тосып алу. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс:Тапсырманы бірігіп,ойлана отырып,бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>2. Тақырыбы: « Ұшақ » Ойын: Допты ұста Мақсаты: Балу қарқынмен жүру және жүгіру.Екі метр арақашықтықта допты бір-біріне лақтыру, доптың ұшу бағытын бақылау және ұшып келе жатқан допты бүгілген қолдың жеңіл қимылымен тосып алу. Басындағы қабымен гимнастикалық орындық бойымен, дене бітімін сақтай отырып жүру. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Командалық жұмыс:Тапсырманы бірігіп,ойлана отырып,бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>3. Тақырыбы: «Құстар» Ойын: Қасқыр мен балапандар Мақсаты: Басындағы қабымен гимнастикалық орындық бойымен, дене бітімін сақтай отырып жүру. Шектелген жазықтық бойымен допты домалатуға жаттықтыру. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p>	<p>Салқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру,жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>
--	-------------------------	---	---	---	---

		Сыни тұрғыдан ойлау: Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.			
№6 23.05 15.30-15.55 24.05 10.30-10.55 25.05 16.05-16.30	Қош келдің, жаз!	<p>1. Тақырыбы: «Сәлем жаз!» Ойын: Шортан мен балық Мақсаты: көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру дағдыларын бекіту. Міндеттері: қолды екпінмен жазып, допты көлденең нысанаға көздеп лақтыруға үйрету, допты лақтыратын қол жанындағы аяқты ақырын алға қою қабілетін жетілдіру. Алақан мен тізені тіреп еңбектеу, өз қимылдарын қадағалау, арқаны тік ұстау қабілетін нығайту. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>2. Тақырыбы: «Құстар» Ойын: Шортан мен балық Мақсаты: аяқтың ұшымен жүру және допты жоғары көтере тастау дағдыларын бекіту. Міндеттері: жұптасып жүрген кезде үйлесімді қимылдау қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Аумағы шектелген аймақта қысқа-қысқа адымдар жасал аяқтың ұшымен жүру, денені тік ұстау қабілетін нығайту. Жалпақтабанның алдын алу. Допты жоғарыға лақтыру және оны қос қолдап қағып алуға жаттықтыру. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>3. Тақырыбы: «Күн мен жаңбыр» Таза ауада. Ойын: Ку түлкі Мақсаты: қазақтың қимылды ойындары арқылы балалардың</p>	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын	Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы	Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер

		<p>қозғалыс тәжірибелерін байыту.</p> <p>Міндеттері: оңға, солға бұрылу, өз төңірегінде айналу кезінде бір уақытта қос аяқпен жерден екпінмен итерілу қабілетін нығайтуды жалғастырамыз.</p> <p>4К моделі:</p> <p>Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі.</p> <p>Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>			
<p>№12 23.05 16.00-16.25 24.05 10.00-10.25 26.05 10.00-10.25</p>	Қош келдің, жаз!	<p>1. Тақырыбы: «Сәлем жаз!» Ойын: Шортан мен балық Мақсаты: көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру дағдыларын бекіту. Міндеттері: қолды екпінмен жазып, допты көлденең нысанаға көздеп лақтыруға үйрету, допты лақтыратын қол жанындағы аяқты ақырын алға қою қабілетін жетілдіру. Алақан мен тізені тіреп еңбектеу, өз қимылдарын қалағалау, арқаны тік ұстау қабілетін нығайту. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>2. Тақырыбы: «Құстар» Ойын: Шортан мен балық Мақсаты: аяқтың ұшымен жүру және допты жоғары көтере тастау дағдыларын бекіту. Міндеттері: жұптасып жүрген кезде үйлесімді қимылдау қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Аумағы шектелген аймақта қысқа-қысқа адымдар жасап аяқтың ұшымен жүру, денені тік ұстау қабілетін нығайту. Жалпақтабанның алдын алу. Допты жоғарыға лақтыру және оны қос қолдап қағып алуға жаттықтыру. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі.</p>	<p>Салқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>3. Тақырыбы: «Күн мен жаңбыр» Таза ауада.</p> <p>Ойын: Қу түлкі</p> <p>Мақсаты: қазақтың қимылды ойындары арқылы балалардың қозғалыс тәжірибелерін байыту.</p> <p>Міндеттері: оңға, соңға бұрылу, өз төңірегінде айналу кезінде бір уақытта қос аяқпен жерден екпінмен итерілу қабілетін нығайтуды жалғастырамыз.</p> <p>4К моделі:</p> <p>Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі.</p> <p>Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>			
<p>№2 24.05 11.00-11.30 27.05 15.30-16.00</p>	Қош келдің, жаз!	<p>1. Тақырып: «Допты межеленген жерге дейін алып жүру, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу, басқа аралыққа өту және төмен қарай түсу» Ойын: Қу түлкі</p> <p>Мақсаты: балалардың жылдамдық күш қасиеттерін ептілігі мен қимыл қозғалыс үйлесімділігін дамыту.</p> <p>4К моделі:</p> <p>Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі.</p> <p>Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p> <p>2. Тақырып: «бір обручтен 2 обручке секіру, қырынан қойылған сатының тақтайшалары арқылы өту» Ойын: кім жылдам</p> <p>Мақсаты: балалардың ептілік қимыл қозғалыс белсенділігі, жылдамдық күш қасиеттерін және топтаса білу шеберлігін дамыту.</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>			
<p>№13 24.05 11.35-12.05 26.05 10.45-11.15 27.05 16.05-16.35</p>	<p>Қош келдің, жаз!</p>	<p>1. Тақырып: «Допты межеленген жерге дейін алып жүру, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу, басқа аралыққа өту және төмен қарай түсу» Ойын: Ку түлкі Мақсаты: балалардың жылдамдық күш қасиеттерін ептілігі мен қимыл қозғалыс үйлесімділігін дамыту. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды. 2. Тақырып: «Бір обручтен 2 обручке секіру, қырынан қойылған сатының тақтайшалары арқылы өту» Ойын: кім жылдам Мақсаты: балалардың ептілік қимыл қозғалыс белсенділігі, жылдамдық күш қасиеттерін және топтаса білу шеберлігін дамыту. 4К моделі: Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі. Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады. Сыни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды. Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды. 3. Тақырып: «Допты бір қолмен алып жүру, обручке қолына доп ұстап топтасып кіру» Ойын: выбивалы Мақсаты: допты қайтара ұру шеберлігін жетілдіру, обручке топтасып кіру, орындықта жаттығуды орындау кезінде тепе-теңдікті сақтау. 4К моделі:</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сәлемдесу! Жүру, жүгіру. ЖДЖ Негізгі жаттығулар Ойын</p>	<p>Ойын технологиясы, денсаулық сақтау технологиясы</p>	<p>Доптар, спорттық таяқшалар, шығыршық, әртүрлі кедергілер</p>

		<p>Коммуникативтік: Өзара команда ішінде бір-бірімен келіседі.</p> <p>Креативтілік: Тапсырманы орындау үшін ең жақсы нұсқаны табады.</p> <p>Сынни тұрғыдан ойлау: Жағдайды тез бағалайды.</p> <p>Командалық жұмыс: Тапсырманы бірігіп, ойлана отырып, бір-біріне кедергі жасамай орындайды.</p>			
<p>№7 23.05 11.20-11.50 25.05 15.30-16.00</p>	<p>Здравствуй, лето!</p>	<p>1.Тема: перепрыгивать из обруча в обруч. Игра: Мышки Цель: Умеет перепрыгивать из обруча в обруч на одной ноге. Закрепить умение вести мяч одной рукой, метать мешочки в цель.. Модель 4К Коммуникабельность: Умеют договариваться между собой в команде. Креативность: Находить лучший вариант, для выполнения задания. Критическое мышление: Быстро оценивают ситуацию. Работа в команде: Выполняют задания вместе, сообща, не сбывая друг-друга.</p> <p>2.Тема: бросание мяча. Игра: Подбрось – хлопай Цель: Совершенствовать умение бросание мяча о пол одной рукой и ловля двумя руками. Закрепит умение перепрыгивать из обруча в обруч на одной ноге. Упражнять в умении ходить и бегать по наклонному бревну. Модель 4К Коммуникабельность: Умеют договариваться между собой в команде. Креативность: Находить лучший вариант, для выполнения задания. Критическое мышление: Быстро оценивают ситуацию. Работа в команде: Выполняют задания вместе, сообща, не сбывая друг-друга.</p>	<p>Здравствуйте! Ходьба, бег ОРУ Основные упражнения Игра</p>	<p>Игровая технология, Здоровосберегающие технологии</p>	<p>Мячи, спортивные палки, разные припятствие</p>

Тексерілген күні: 20.05.2022

Әдіскердің қолы: 