

«КЕЛІСІЛДІ»

балабақша әдіскері

 - А.М.Сейтханова



«Бекітемін»

«Алдай» балабақшасының
менгерушісі

 И.К. Байсултанова

**2024 - 2025 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының
балаларды тәрбиелеу білім беру процесінің циклограммасы
Қаңтар айы**

Дене шынықтыру нұсқаушысы Абдиманап А

Қарабұлақ ауылы
2025 жыл

Тәрбиелеу – білім беру процесінің циклограммасы
Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру нұсқаушысы

Білім беру ұйымы: МКҚК «Алақай» балабақшасы
 Жоспардың құрылу кезеңі: 30 желтоқсан - 05 қаңтар

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 30.12.2024 жыл	Сейсенбі 31.12.2024 жыл		Жексенбі 05.01.2025
Таңғы жаттығуға дайындық	8:00 8:10-8:45	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау Таңғы жаттығу			
Ортаңғы топтар «Гүлдер» «Айгөлек»		ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ № 19 КЕШЕН (бубенмен) <i>Кіріспе бөлімі:</i> <i>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</i> <i>Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру.</i> <i>Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүру.</i> <i>Табанның ішкі жақтарымен қысқа және алысқа қадаммен жүру.</i> <i>Шеңбер бойымен маршпен жүру.</i> <i>1 сапқа тұру. (таяқшаны үстел үстінен бір-бірден алу)</i> <i>1 саптан 4 лекке (колонна) тұру.</i> <i>Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</i> <i>Негізгі бөлім:</i> <i>Б.қ.: «Сағаттар»</i> <i>1. Аяқтары алысқа, таяқша белде. «Тик-так» сөзін айтып басты оңға, солға қозғалту. / 6 рет қайталау/</i> <i>Б. қ.: «Су тасушы»</i> <i>2. Аяқтары алысқа қойылған, таяқша иықта, иықты кезек көтеру. /6 р/</i> <i>Б.қ.: «Терезе»</i> <i>3. Аяқтары алысқа қойылған қолға таяқшаны алып, аяқты айқастыра тұрып, денені оңға-солға бұрады./6 рет қайталау/</i> <i>Б.қ.: «Атлет»</i> <i>4. Аяқтар алысқа қойылған, таяқша кеуде тұсында.1- отырады, арқаны түзу ұстап, екі қолмен таяқшаны алға қарай көтереді, тұрып қолды төмен түсіреді. /6 рет қайталау/</i> <i>10 рет маршпен жүру,</i> <i>Тыныс алу жаттығулары: «Ботқа пісты» мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу.</i> <i>Қорытынды:</i>			
Ересек топтар «Балауса» «Еркемай»					
Мектепалды даярлық топ «Құлыншақ»					
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық.					

Ұйымдастырылған іс-әрекет		4 лектен (колонна) бір саппен шеңбер бойы жүру /таяқшаларды үстел үстіне қою/ Маршпен жүр				
		Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау				
		<u>9:05-9:25</u> «Гүлдер» ортаңғы тобы «Тышқан» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: музыка ырғағына сәйкес өзіндік қимыл бере білуге талпындыру. Қимыл кезінде қол мен аяқты үйлесімді қимылдату; нық, мойын және аяқ бұлшықеттерін дамыту. Еркін ойын: «Тышқан мен мысық» Күтілетін нәтиже: Жалпы дамыту жаттығуларын меңгерді <u>9:30 – 9:50</u> «Айгөлек» ортаңғы тобы «Тышқан» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары.	<u>9:05 – 9:25</u> «Гүлдер» ортаңғы тобы «Тыныс алу жаттығулары» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Имитациялық жаттығуларды орындауға жаттықтыру. Дұрыс тыныс алуға үйрету. Бір орында секіруге үйрету. Жыл бойы үйреткен дағдыларды бекіту. Еркін ойын: «Жұбынды тап». Күтілетін нәтиже: Бір орында секіруге біледі.			<u>9:05- 9:25</u> «Гүлдер» ортаңғы тобы «Ұшақтар» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: алақан мен тізеге тіреліп, төрттағандап еңбектеп, модуль арқылы аудап өтуді үйрету. Аяқты-аяққа тақай қойып, алға жылжи жүру дағдыларын бекіту. Музыка ырғағына сәйкес өз қимылын бере білу, қимылды үйлесімді, жеңіл жүгіру дағдыларын, нық пен аяқтың бұлшықеттерін дамыту. Еркін ойын: «Тік тауша». Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды.

	Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: музыка ырғағына сәйкес өзіндік қимыл бере білуге талпындыру. Қимыл кезінде қол мен аяқты үйлесімді қимылдату; нық, мойын және аяқ бұлшықеттерін дамыту. Еркін ойын: «Тышқан мен мысық» Күтілетін нәтиже: Жалпы дамыту жаттығуларын меңгерді 9:55 – 10:15 «Балауса» ересек тобы «Жүгіру» Заттарсыз орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Түрлі жылдамдықта ирелендеп жүгіруді, тура, оңға, солға бұрылуды жаттықтыру. Жалпы дамыту жаттығуларын пысықтау Еркін ойын: «Өз орынды тап». Күтілетін нәтиже: Жалпы дамыту жаттығуларын меңгерді.	9:30 – 9:50 «Айгөлек» ортаңғы тобы «Тыныс алу жаттығулары» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Имитациялық жаттығуларды орындауға жаттықтыру. Дұрыс тыныс алуға үйрету. Бір орында секіруге үйрету. Жыл бойы үйреткен дағдыларды бекіту. Еркін ойын: «Жұбынды тап». Күтілетін нәтиже: . Бір орында секіруге біледі.			9:30- 9:50 «Айгөлек» ортаңғы тобы «Ұшақтар» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: алақан мен тізеге тіреліп, төрттағандап еңбектеп, модуль арқылы аудап өтуді үйрету. Аяқты-аяққа тақай қойып, алға жылжи жүру дағдыларын бекіту. Музыка ырғағына сәйкес өз қимылын бере білу, қимылды үйлесімді, жеңіл жүгіру дағдыларын, нық пен аяқтың бұлшықеттерін дамыту. Еркін ойын: «Тік тауша». Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды.
	10:45–11:05 «Еркемай» ересек тобы «Жүгіру»				9:55 – 10:15 «Балауса» ересек тобы «Доп»

		Заттарсыз орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Түрлі жылдамдықта ирелендеп жүгіруді, тура, оңға, солға бұрылуды жаттықтыру. Жалпы дамыту жаттығуларын пысықтау Еркін ойын: «Өз орынды тап». Күтілетін нәтиже: Жалпы дамыту жаттығуларын меңгерді.				Заттарсыз орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Түрлі жылдамдықта ирелендеп жүгіруді, тепе-теңдік сақтай еңкейтілген тақтай үстімен аяқты-аяққа тақап қойып жүруді; допты бір-біріне қос қолымен бастан асыра лақтыруды үйрету. Еркін ойын: «Допты сақинаға сал». Күтілетін нәтиже: Допты бір-біріне қос қолымен бастан асыра лақтыруды игерді. тап».

Тәрбиелеу – білім беру процесінің циклограммасы
Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру нұсқаушысы

Білім беру ұйымы: МКҚК «Алақай» балабақшасы
Жоспардың құрылу кезеңі: 06 - 10 қаңтар

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 06.01.2025	Сейсенбі 07.01.2025	Сәрсенбі 08.01.2025	Бейсенбі 09.01.2025	Жұма 10.01.2025
Таңғы жаттығуға дайындық	8:00 8:10-8:45	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау				
Ортаңғы топтар «Гүлдер» «Айгөлек»		ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ № 19 КЕШЕН (бубенмен) <i>Кіріспе бөлімі:</i> <i>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</i> <i>Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру.</i> <i>Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүру.</i> <i>Табанның ішкі жақтарымен қысқа және алысқа қадаммен жүру.</i> <i>Шеңбер бойымен маршпен жүру.</i> <i>1 сапқа тұру. (таяқшаны үстел үстінен бір- бірден алу)</i> <i>1 саптан 4 лекке (колонна) тұру.</i> <i>Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</i> <i>Негізгі бөлім:</i> <i>Б.қ.: «Сағаттар»</i> <i>1. Аяқтары алыс, таяқша белде. «Тик-так» сөзін айтып басты оңға, солға қозғалту. / 6 рет қайталау/</i> <i>Б. қ.: «Су тасушы»</i> <i>2. Аяқтары алыс қойылған, таяқша иықта, иықты кезек көтеру. /6 р/</i> <i>Б.қ.: «Терезе»</i> <i>3. Аяқтары алыс қойылған қолға таяқшаны алып, аяқты айқастыра тұрып, денені оңға-солға бұрады./6 рет қайталау/</i> <i>Б.қ.: «Атлет»</i> <i>4. Аяқтар алыс қойылған, таяқша кеуде тұсында.1- отырады, арқаны түзу ұстап, екі қолмен таяқшаны алға қарай көтереді, тұрып қолды төмен түсіреді. /6 рет қайталау/</i> <i>10 рет маршпен жүру,</i> <i>Тыныс алу жаттығулары: «Ботқа пісты» мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу.</i> <i>Қорытынды:</i> <i>4 лектен (колонна) бір саппен шеңбер бойы жүру</i>				
Ересек топтар «Балауса» «Еркемай»						
Мектепалды даярлық топ «Құлыншақ»						
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық.						

Ұйымдастырылған іс-әрекет		/таяқшаларды үстел үстіне қою/ Маршпен жүр				
		Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау				
		9:05-9:25 «Гүлдер» ортаңғы тобы «Командалық ойындар». Жалаушалармен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Шашырап жұптасып жүру мен жүгіруге жаттықтыру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Көлбеу қойылған баспалдаққа міну арқылы білге таяқшаны дұрыс ұстауға үйрету; кесек ағаштан аттап жүруге үйрету (ауыспалы қадам). Қазақ ұлттық ойындар баланың қиялын, ойлау қабілетін дамытады.		9:10-9:30 «Құлыншақ» мектеп алды даярлық тобы «Секіру» Таяқшамен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Заттардың арасынан жүруді; біріне-бірі оза жүгіруді; кедергі үстінен бір,екі аяқпен секіруге үйрету. Қазақ ұлттық ойындары балаларға ата-баба мұрасын жеткізу. Еркін ойын: «Құтан». Күтілетін нәтиже: 15 метрлік қашықтыққа бірінен-бірі оза жүгіруді біледі. 9:30 – 9:50 «Еркемай» ересек тобы	9:30 – 9:50 «Айгөлек» ортаңғы тобы «Тыныс алу жаттығулары» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Имитациялық жаттығуларды орындауға жаттықтыру. Дұрыс тыныс алуға үйрету. Бір орында секіруге үйрету. Жыл бойы үйреткен дағдыларды бекіту. Еркін ойын: «Жұбынды тап». Күтілетін нәтиже: . Бір орында секіруге біледі.	9:05 – 9:25 «Гүлдер» ортаңғы тобы «Тыныс алу жаттығулары» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Имитациялық жаттығуларды орындауға жаттықтыру. Дұрыс тыныс алуға үйрету. Бір орында секіруге үйрету. Жыл бойы үйреткен дағдыларды бекіту. Еркін ойын: «Жұбынды тап».

Еркін ойын:
«Реттілік және ретсіздік».

Күтілетін нәтиже:
шашырап жұптасып жүру мен жүгіруді біледі.

9:30-9:50
«Айгөлек» ортаңғы тобы
«Командалық ойындар».

Жалаушалармен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.
Мақсаты: Шашырап жұптасып жүру мен жүгіруге жаттықтыру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Көлбеу қойылған баспалдаққа міну арқылы білге таяқшаны дұрыс ұстауға үйрету; кесек ағаштан аттап жүруге үйрету (ауыспалы қадам). Қазақ ұлттық ойындар баланың қиялын, ойлау қабілетін дамытады.

«Жүгіру»
Заттарсыз орындалатын жалпы дамыту жаттығулары.
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.
Мақсаты: Түрлі жылдамдықта ирелендеп жүгіруді, тура, оңға, солға бұрылуды жаттықтыру. Жалпы дамыту жаттығуларын пысықтау

Еркін ойын: «Өз орынды тап».

Күтілетін нәтиже:
Жалпы дамыту жаттығуларын меңгерді.

10:20 – 10:40
«Құлыншақ» мектеп алды даярлық тобы.
««Еңбектеу»
Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары.
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.
Мақсаты: 3-4 заттың арасымен «жылан» жүрісімен еңбектеу, жүгіруді, екі тізенің ортасына доп қыстырып, бір орында және алға секіруді үйрету. Жыл бойы үйреткен дағдыларды бекіту.

Еркін ойын: «Кім күшті?»

Күтілетін нәтиже: 3-4 заттың арасымен «жылан» жүрісімен еңбектеу біледі.

Күтілетін нәтиже:
. Бір орында секіруге біледі.

9:30– 9:50
«Еркемай» ересек тобы
«Доп»

Заттарсыз орындалатын жалпы дамыту жаттығулары.
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.
Мақсаты: Түрлі жылдамдықта ирелендеп жүгіруді, тепе-теңдік сақтай еңкейтілген тақтай үстімен аяқты-аяққа тақап қойып жүруді; допты бір-біріне қос қолымен бастан асыра лақтыруды үйрету.

Еркін ойын:
«Допты сақинаға сал».

Күтілетін нәтиже: Допты бір-біріне қос қолымен бастан асыра лақтыруды игерді. тап».

Еркін ойын:
«Реттілік және
ретсіздік».
Күтілетін нәтиже:
пашырап жұптасып
жүру мен жүгіруді
біледі.

10:20 – 10:40
«Құлыншақ»
мектеп алды
даярлық тобы
«Еңбектеу»
Заттарсыз
орындалатын
жалпы
дамытушы
жаттығулары.
**Негізгі қимыл-
қозғалыс**
жаттығулар.
Мақсаты: 3-4
заттың арасымен
«жылан»
жүрісімен
еңбектеу,
жүгіруді, екі
тізенің ортасына
доп қыстырып, бір
орында және алға
секіруді үйрету.
өткенді
қорытындылау.
Еркін ойын:
«Үшты-үшты»
Күтілетін нәтиже:
ойынның
шарттарын
сақтайды.

09:55–10:15

«Балауса» ересек тобы

«Гимнастикалық орындық»

Таяқшамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.

Мақсаты: Қимыл үйлесімділігін дамыту.

Гимнастикалық орындық үстінде етпетінен жатып, қолымен тартыла жылжу; биіктіктен белгіленген орынға секіріп түсу. Ұлттық ойындар баланың дене бітімін дамытуға ықпал етеді.

Еркін ойын: «Бос орын».

Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінде етпетінен жатып, қолымен тартыла жылжуды біледі.

10:45–11:05

«Еркемай» ересек тобы

10:45 – 11:05

«Балауса» ересек тобы

«Доп»

Заттарсыз орындалатын жалпы дамыту жаттығулары.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.

Мақсаты: Түрлі жылдамдықта ирелендеп жүгіруді, тепе-теңдік сақтай еңкейтілген тактай үстімен аяқты-аяққа тақап қойып жүруді; допты бір-біріне қос қолымен бастан асыра лақтыруды үйрету.

Еркін ойын:

«Допты сақинаға сал».

Күтілетін

нәтиже: Допты бір-біріне қос қолымен бастан асыра лақтыруды игерді. тап».

«Гимнастикалық орындық»
Таяқшамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары.
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.
Мақсаты: Қимыл үйлесімділігін дамыту.
 Гимнастикалық орындық үстінде етпетінен жатып, қолымен тартыла жылжу; биіктіктен белгіленген орынға секіріп түсу. Ұлттық ойындар баланың дене бітімін дамытуға ықпал етеді.
Еркін ойын: «Бос орын».
Күтілетін нәтиже:
 Гимнастикалық орындық үстінде етпетінен жатып, қолымен тартыла жылжуды біледі.

Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру нұсқаушысы

Білім беру ұйымы: МКҚК «Алақай» балабақшасы

Жоспардың құрылу кезеңі: 13 - 17 қантар

Жоспардың құрылу кезеңі: 15.01.2025 - 17 қаңтар						
Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 13.01.2025	Сейсенбі 14.01.2025	Сәрсенбі 15.01.2025	Бейсенбі 16.01.2025	Жұма 17.01.2025
Таңғы жаттығуға дайындық	8:00 8:10-8:45	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау				
Ортаңғы топ «Балдәурен»		Таңғы жаттығу ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ № 20 КЕШЕН (құралсыз)				
Ересек топ «Балапан»		<i>Кіріспе бөлімі:</i> <i>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</i> <i>Шеңбер бойымен денені тік ұстап жүзгіру.</i> <i>Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүру.</i> <i>Қол бүйірде, аяқтың ішімен жүру.</i> <i>Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау</i>				
Мектепалды даярлық топ «Айгөлек»		<i>Негізгі бөлім:</i> <i>Б.қ.: «Торғай ұшты»</i> <i>1. Аяқты алысқа қоямыз, қолымыз жанға созып құстың қанатын жасау, басты оңнан солға қарай, төмен-жоғары бұру; «Чик- чирик» деп айту. / 5 рет қайталау/</i> <i>Б. қ.: «Жыланның қозғалысы»</i> <i>2. Аяқ иық көлемінде, қолды жанға созу. Жыланның қимылын жасау. иықты ирелеңдете айналдыру. /6 рет қайталау/</i> <i>Б.қ.: «Қайшы»</i> <i>3. Аяқтар алысқа қойылған, қолдар жан-жақта, қолдарды қайшылау. /6 рет қайталау./</i> <i>Б. қ.: «Жұлдызша»</i> <i>4. Қолдары белде. Аяқты бірге ұстау. Орнында секіріп аяқты және қолды жанға созу «ха-а-а» деп айту, орнында секіріп аяқты біріктіру және қолды белге қою, «хоп» деп айту. /6 рет /</i> <i>Б.қ.: «Акробат»</i> <i>5. Денені тік ұстау, қол белде, аяқты артқа қарай тізеден бүгіп кезектесіп секіру. /10-15 секунд/</i> <i>Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу(ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығару.</i> <i>Қорытынды:</i> <i>Шеңбер бойы жүру. Еркін жүру. Шеңбер бойы жылжымалы қадаммен денені алға қарай еңкейте жүру.</i>				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық.						

Ұйымдастырылған іс-әрекет						
		Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау				
		9:05 – 9:25 «Гүлдер» ортаңғы тобы «Тыныс алу жаттығулары» Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Имитациялық жаттығуларды орындауға жаттықтыру. Дұрыс тыныс алуға үйрету. Бір орында секіруге үйрету. Еркін ойын: «Ат» Күтілетін нәтиже: Дұрыс тыныс алуға біледі.	9:05– 9:25 «Гүлдер» ортаңғы тобы «Ұзындыққа секіру». Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Балаларға тақтайшамен орындалатын жаттығуларды үйрету. Спортқа деген қызығушылықтарын дамыту. Тепе-теңдік сақтап жүруге дағдыландыру; бір орыннан биіктікке секіруге жаттықтыру. Еркін ойын: «Белгілі бір түстегі доптарды кім жылдам жинап шығады?» Күтілетін нәтиже: тақтайшамен орындалатын жаттығуларды біледі.	9:10 – 9:30 «Құлыншақ» мектеп алды даярлық тобы «Еңбектеу» Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: 3-4 заттың арасымен «жылан» жүрісімен еңбектеу, жүріруді, екі тізенің ортасына доп қыстырып, бір орында және алға секіруді үйрету. Еркін ойын: «Жұбымен жүгіру» Күтілетін нәтиже: Екі тізенің ортасына доп қыстырып, бір орында және алға секіруді игерді.	9:30 – 9:50 «Айгөлек» ортаңғы тобы «Жекпе-жектер» Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Жекпе-жек шарттарын түсіндіру. Балалардың тапқырлықтары мен ептіліктерін дамыту. Балалардың қозғалу дағдыларын дамыту. Еркін ойын: «Допты ұстап қал» Күтілетін нәтиже: Жекпе-жек шарттарын біледі.	9:05 – 9:25 «Гүлдер» ортаңғы тобы «Жекпе-жектер» Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Жекпе-жек шарттарын түсіндіру. Балалардың тапқырлықтары мен ептіліктерін дамыту. Балалардың қозғалу дағдыларын дамыту. Еркін ойын: «Допты ұстап қал» Күтілетін нәтиже: Жекпе-жек шарттарын біледі.

	9:30–9:50 «Айгөлек» ортаңғы тобы «Тыныс алу жаттығулары» Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Имитациялық жаттығуларды орындауға жаттықтыру. Дұрыс тыныс алуға үйрету. Бір орында секіруге үйрету. Еркін ойын: «Ат». Күтілетін нәтиже: Дұрыс тыныс алуға біледі. 9:55–10:15 «Балауса» ересек тобы «Өрмелеу» Текшемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Бір қатар сапқа тұру; тізені сәл бүге жүру; қолды жан-	9:30–9:50 «Айгөлек» ортаңғы тобы «Ұзындыққа секіру». Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Балаларға тақтайшамен орындалатын жаттығуларды үйрету. Спортқа деген қызығушылықтарын дамыту. Тепе-теңдік сақтап жүруге дағдыландыру; бір орыннан биіктікке секіруге жаттықтыру. Еркін ойын: «Белгілі бір түстегі доптарды кім жылдам жинап шығады?» Күтілетін нәтиже: тақтайшамен орындалатын жаттығуларды біледі. 9:55–10:15 «Балауса» ересек тобы	9:30–9:50 «Еркемай» ересек тобы «Өрмелеу» Текшемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Бір қатар сапқа тұру; тізені сәл бүге жүру; қолды жан-жақа созып арқан үстімен жүру; заттардың арасынан «жыланша» ирелендеп жүруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттай жүру, заттардан секіру. Еркін ойын: «Ұстап ал». Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды.	10:20 – 10:40 «Құлыншақ» мектеп алды даярлық тобы. «Еңбектеу» Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: 3-4 заттың арасымен «жылан» жүрісімен еңбектеу, жүріруді, екі тізенің ортасына доп қыстырып, бір орында және алға секіруді үйрету. Еркін ойын: «Жұбымен жүгіру» Күтілетін нәтиже: 3-4 заттың арасымен «жылан» жүрісімен еңбектеу біледі.	9:30 – 9:50 «Еркемай» ересек тобы «Жүгіру» Гимнастикалық таяқшалармен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Журумен жүгіруге, сапқа тұру, шашырап жүгіру, сапқа өз орнын таба білуге жаттықтыру. Секіртпемен еркін секіру қимылын бекіту. Гимнастикалық орындық үстімен төрт тағандап еңбектеуге үйрету. Қимыл үйлесімділігін және ептілікті дамыту. Еркін ойын: «Бәйге». Күтілетін нәтиже: Секіртпемен орындалатын жаттығуларын игерді.
--	--	--	--	--	---

	жақа созып арқан үстімен жүру; заттардың арасынан «жыланша» ирелендеп жүруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттай жүру, заттардан секіру. Еркін ойын: «Ұстап ал». Күтілетін нәтиже: Қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүруді игерді. 10:45 – 11:05 «Еркемай» ересек тобы «Өрмелеу» Текшемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Бір қатар сапқа тұру; тізені сәл бүге жүру; қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру; заттардың арасынан «жыланша» ирелендеп жүруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындықтың үстімен	«Өрмелеу» Текшемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Бір қатар сапқа тұру; тізені сәл бүге жүру; қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру; заттардың арасынан «жыланша» ирелендеп жүруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттай жүру, заттардан секіру. Еркін ойын: «Ұстап ал». Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды.			10:20 – 10:40 «Құлыншак» мектеп алды даярлық тобы «Өрмелеу» Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстінен шалқадан жатып жылжуды, допты қабырғаға соғып, ыршыған допты еденге түсірмей қағып алуды жаттықтыру. Еркін ойын: «Үйшік» Күтілетін нәтиже: Допты қабырғаға соғып, ыршыған допты еденге түсірмей қағып алуды игерді. 10:45 – 11:05 «Балауса» ересек тобы «Жүгіру»
--	--	--	--	--	---

заттарды аттай жүру,
заттардан секіру.
Еркін ойын: «Ұстап
ал».
Күтілетін нәтиже:
Қолды жан-жаққа созып
арқан үстімен жүруді
игерді

**Гимнастикалық
таяқшалармен
орындалатын
жалпы дамыту
жаттығулары.
Негізгі қимыл-
қозғалыс
жаттығулар.**
Мақсаты:
Журумен
жүгіруге, сапқа
тұру, шашырап
жүгіру, сапқа өз
орнын таба білуге
жаттықтыру.
Секіртпемен еркін
секіру қимылын
бекіту.
Гимнастикалық
орындық үстімен
төрт тағандап
еңбектеуге үйрету.
Қимыл
үйлесімділігін
және ептілікті
дамыту.
Еркін ойын:
«Бәйге».
Күтілетін нәтиже:
Секіртпемен
орындалатын
жаттығуларын
игерді.

Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру нұсқаушысы

Білім беру ұйымы: МКҚК «Алақай» балабақшасы

Жоспардың құрылу кезеңі: 20 - 24 қаңтар

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 20.01.2025	Сейсенбі 21.01.2025	Сәрсенбі 22.01.2025	Бейсенбі 23.01.2025	Жұма 24.01.2025
Таңғы жаттығуға дайындық	8:00 8:10-8:45	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау Таңғы жаттығу				
Ортаңғы топтар «Гүлдер» «Айгөлек»		ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ № 21 КЕШЕН (таяқшамен, әуенмен) <i>Кіріспе бөлімі:</i> <i>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру. Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүру. аяқтың ішімен жүру. Шеңбер бойымен жай жүру .</i> <i>Шеңбер бойымен тұру. (таяқшаны үстел үстінен бір- бірден алу)</i> <i>Негізгі бөлім:</i> <i>Б.қ.: «Мысық оянды »</i> <i>1. Аяқтары ашақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу. әр керілген сайын «м-я-у» деп айту.</i> <i>/6 рет қайталау./</i> <i>Б. қ.: «Кілем қағу»</i> <i>2. Аяқтары ашақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау</i> <i>«тук-тук-тук»- деп айту. /6 рет қайталау/</i> <i>3. Аяқты ашақ қоямыз, таяқша төменде қолдарымен ұстау, оңға, солға бұрылу . /6 рет қайталау/</i> <i>Б.қ.: «Дәл тигіз»</i> <i>4. Аяқтары ашақ қойылған, таяқшаны кеуденің тұсында. Бүгілген оң аяқты көтеру, тізені таяқшаға тигізу. Арқаны түзу ұстау.</i> <i>Сол жақпен дәл солай қайталау. /6 рет /.</i> <i>Қорытынды:</i> <i>Маршпен шеңбер бойы жүру. Еркін жүру.(таяқшаны үстел үстіне қою) Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүру.</i>				
Ересек топтар «Балауса» «Еркемай»						
Мектепалды даярлық топ «Құлыншақ»						
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық.						

Ұйымдастырылған іс-әрекет						
		Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау				
		9:05 – 9:25 «Гүлдер» ортаңғы тобы «Жүп болып тұрып жаттығулар орындау» Гимнастикалық таяқшалармен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: меңгерген іскерлік, ептілік дағдыларды бекіту; шағын топпен тұру, педагогтің соңынан жүру, жүгіру. Тура жолмен жүруге үйрету. Орында тұрып қос аяқпен секіруге үйрету. Шағын топпен жүру, жүгіру кезінде қолды еркін қалыпта ұстап жүруге жаттықтыру. Педагогтің тапсырмасын тыңдау,	9:05– 9:25 «Гүлдер» ортаңғы тобы «Допты волейбол торына лақтыру». Гимнастикалық таяқшалармен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Омыртқа бұлшық еттерін қатайту. Балаларды икемділігін дамыту. Балаларды еденде жатып созылуға үйрету; допты тордан асырып беруге жаттықтыру. Еркін ойын: «Допты бер» Күтілетін нәтиже: еденде жатып созылуға біледі.	9:10-9:30 «Құлыншақ» мектеп алды даярлық тобы «Лақтыру» Гимнастикалық таяқшалармен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Жерден h-30 см көтерілген баспалдақ таяқшаларынан секіріп өтуді, қатарда тұрып допты еденге соғып, бір-біріне лақтыруді жаттықтыру. Еркін ойын: «Соқыр теке» Күтілетін нәтиже: Қатарда тұрып допты еденге соғып, бір-біріне лақтыруді игерді.	9:30 – 9:50 «Айгөлек» ортаңғы тобы «Гимнастика». Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Дененің тұлғасына дұрыс қалыптасуына арналған гимнастикалық жаттығуларды жасап үйрету. Гимнастикаға деген қызығуларды жасап үйрету. Жаттығуларды жасату арқылы қимыл үйлесімділігін дамыту; баспен	9:05 – 9:25 «Гүлдер» ортаңғы тобы «Гимнастика». Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Дененің тұлғасына дұрыс қалыптасуына арналған гимнастикалық жаттығуларды жасап үйрету. Гимнастикаға деген қызығуларды жасап үйрету. Жаттығуларды жасату арқылы қимыл үйлесімділігін дамыту; баспен домалауға жаттықтыру. Еркін ойын: «Мерген футболшы»

	орындау, белгі бойынша тоқтау дағдыларын бекіту. Еркін ойын: «Маған қарай жүгіріңдер» Күтілетін нәтиже: Орында тұрып қос аяқпен секіруге біледі. 9:30–9:50 «Айгөлек» ортаңғы тобы «Жұп болып тұрып жаттығулар орындау» Гимнастикалық таяқшалармен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: меңгерген іскерлік, ептілік дағдыларды бекіту; шағын топпен тұру, педагогтің соңынан жүру, жүгіру. Тура жолмен жүруге үйрету. Орында тұрып қос аяқпен секіруге үйрету. Шағын топпен жүру, жүгіру кезінде қолды еркін қалыпта ұстап жүруге жаттықтыру. Педагогтің	9:30–9:50 «Айгөлек» ортаңғы тобы «Допты волейбол торына лақтыру». Гимнастикалық таяқшалармен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Омыртқа бұлшық еттерін қатайту. Балаларды икемділігін дамыту. Балаларды еденде жатып созылуға үйрету; допты тордан асырып беруге жаттықтыру. Еркін ойын: «Допты бер» Күтілетін нәтиже: еденде жатып созылуға біледі. 09:55–10:15 «Балауса» ересек тобы «Жүгіру» Гимнастикалық таяқшалармен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары.	09:30 – 09:50 «Еркемай» ересек тобы «Жүгіру» Гимнастикалық таяқшалармен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Гимнастикалық қабырғаға іліне тұрып, аяқты алға, жан-жаққа созуды, біріктіруді, қысқа секіртпені алға, артқа айналдыра секіруді бекіту. Еркін ойын: «Қасқыр мен қояндар». Күтілетін нәтиже: қысқа секіртпені алға, артқа айналдыра секіруді меңгерді.	домалауға жаттықтыру. Еркін ойын: «Мерген футболшы» Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды. 10:20 – 10:40 «Құлыншақ» мектеп алды даярлық тобы. «Өрмелеу». Гимнастикалық таяқшалармен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Қысқа секіртпемен еркін секіруді, керілген жіптің астынан тура және бір бүйірімен өтуді қайталау. Еркін ойын: «Нысанаға тигіз». Күтілетін нәтиже: Керілген жіптің астынан тура және бір бүйірімен өтуді игерді.	Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды. 9:30 – 9:50 «Еркемай» ересек тобы «Секіру» Гимнастикалық таяқшалармен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Гимнастикалық қабырғаға іліне тұрып, аяқты алға, жан-жаққа созуды, біріктіруді, қысқа секіртпені алға, артқа айналдыра секіруді бекіту. Еркін ойын: «Қасқыр мен қояндар». Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды.
--	--	--	---	---	---

	тапсырмасын тыңдау, орындау, белгі бойынша тоқтау дағдыларын бекіту. Еркін ойын: «Маған қарай жүгіріндер» Күтілетін нәтиже: Орында тұрып қос аякпен секіруге біледі.	Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Гимнастикалық қабырғаға іліне тұрып, аяқты алға, жан-жаққа созуды, біріктіруді, қысқа секіртпені алға, артқа айналдыра секіруді бекіту. Еркін ойын: «Қасқыр мен қояндар». Күтілетін нәтиже: қысқа секіртпені алға, артқа айналдыра секіруді меңгерді.			10:20 – 10:40 «Құлыншақ» мектеп алды даярлық тобы «Өрмелеу» Гимнастикалық таякшалармен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Қысқа секіртпемен еркін секіруді, керілген жіптің астынан тура және бір бүйірімен өтуді қайталау. Еркін ойын: «Нысанаға тигіз» Күтілетін нәтиже: Қысқа секіртпемен еркін секіруді біледі.
	9:55–10:15 «Балауса» ересек тобы «Жүру» Гимнастикалық таякшалармен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Журумен жүгіруге, сапқа тұру, шашырап жүгіру, сапқа өз орнын таба білуге жаттықтыру.				10:45–11:05 «Балауса» ересек тобы «Секіру» Гимнастикалық таякшалармен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Гимнастикалық қабырғаға іліне тұрып, аяқты алға,

Секіртпемен еркін секіру қимылын бекіту.
Гимнастикалық орындық үстімен төрт тағандап еңбектеуге үйрету. Қимыл үйлесімділігін және ептілікті дамыту.
Еркін ойын: «Мысықтар мен күшіктер».
Күтілетін нәтиже: Орнында тұрып оңға, солға бұрылуды біледі.

10:45-11:05

«Еркемай» ересек тобы

«Жүру»

Гимнастикалық таяқшалармен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.

Мақсаты: Журумен жүгіруге, сапқа тұру, шашырап жүгіру, сапқа өз орнын таба білуге жаттықтыру.
Секіртпемен еркін секіру қимылын бекіту.

Гимнастикалық орындық үстімен төрт

жан-жаққа созуды, біріктіруді, қысқа секіртпені алға, артқа айналдыра секіруді бекіту.

Еркін ойын: «Қасқыр мен қояндар».

Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды.

		тағандап еңбектеуге үйрету. Қимыл үйлесімділігін және ептілікті дамыту. Еркін ойын: «Мысықтар мен күшіктер». Күтілетін нәтиже: Орнында тұрып оңға, солға бұрылуды біледі.				

Білім беру ұйымы: МКҚК «Алақай» балабақшасы
Жоспардың құрылу кезеңі: 27 - 31 қаңтар

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 27.01.2025	Сейсенбі 28.01.2025	Сәрсенбі 29.01.2025	Бейсенбі 30.01.2025	Жұма 31.01.2025
Таңғы жаттығуға дайындық	8:00 8:10-8:45	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау				
Ортаңғы топтар «Гүлдер» «Айгөлек»		ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ № 22 КЕШЕН (құралсыз, сылдырмақпен) <i>Кіріспе бөлімі:</i> <i>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</i> <i>Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен шеңбер бойымен жүгіру.</i> <i>Қол жанда, өкшемен жүру.</i> <i>Шеңбер бойы ауыстырмалы қадаммен жүру.</i> <i>Шеңбер бойымен жай жүру.</i> <i>Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</i> <i>Негізгі бөлім:</i> <i>Б.қ.: «Буратино» ойыны</i> <i>1. Аяқты алысқа қоямыз, Буратиноға әдемі мұрын жасаймыз.</i> <i>Буратино мұрнымен «күн» салады. /5 рет қайталау/</i> <i>Б.қ.: «Су тасу»</i> <i>2. Аяқты алысқа қоямыз, жұдырықты түйіп, қолды жанға қою. Оң және сол иықты кезек жоғары көтеру. / 5 рет қайталау/</i> <i>Б.қ.: «Гүлдің ашылуы»</i> <i>3. Аяқтары алысқа қойылған. Қол төменде, аяқтың ұшымен тұру, қолды жоғары созу. (6- рет қайталау.)</i> <i>Б.қ.: «Доп тебу»</i> <i>4. Орнында тұрып, қол белде, аяқты алдыға кезек серпіп секіру. /15-20 сек/</i> <i>Тыныс алу жаттығулары: «Ботқа пысты» мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. «пы-ых, пы-ых ,пы-ых» деп айту.</i> <i>Бастапқы қалыпқа келу.</i> <i>Қорытынды:</i> <i>Шеңбер бойы еркін жүру.</i> <i>Дабыл бойынша шеңберді айнала аяқ ұшымен жүгіру.</i> <i>Маршпен жүру.</i>				
Ересек топтар «Балауса» «Еркемай»						
Мектепалды даярлық топ «Құлыншақ»						
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық.						

Ұйымдастырылған іс-әрекет		
		Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау
		9:05 – 9:25 «Гүлдер» ортаңғы тобы «Гимнастика». Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Дененің тұлғасы дұрыс қалыптасуына арналған гимнастикалық жаттығуларды жасап үйрету. Гимнастикаға деген қызығуларды жасап үйрету. Жаттығуларды жасату арқылы қимыл үйлесімділігін дамыту; баспен домалауға жаттықтыру. Еркін ойын: «Мерген футболшы» 9:05– 9:25 «Гүлдер» ортаңғы тобы «Жұппалы аурулар және олармен күрес» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Микроб туралы түсінік беру. Салауатты өмір салтын құруға баулу. Аурудың белгілерін білуге үйрету. Еркін ойын: «Болады-болмайды» Күтілетін нәтиже: Аурудың белгілерін біледі. 9:10-9:30 «Құлыншақ» мектеп алды даярлық тобы. «Жүру». Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Балаларды сапқа тұрғызу, бір тізбекте саппен жүру, жүгіруге, бағытты өзгерте жүру және шашырап жүруге жаттықтыру. Еркін ойын: «Қақпан». Күтілетін нәтиже: Орындық үстінде өзін дұрыс ұстап жүруді меңгерді. 9:30-9:50 «Еркемай» ересек тобы «Жүру» Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. 9:30 – 9:50 «Айгөлек» ортаңғы тобы «Допты волейбол торына лақтыру». Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Омыртқа бұлшық еттерін қатайту. Балаларды икемділігін дамыту. Балаларды еденде жатып созылуға үйрету; допты тордан асырып беруге жаттықтыру. Еркін ойын: «Допты бер» Күтілетін нәтиже: еденде жатып созылуға біледі. 9:05 – 9:25 «Гүлдер» ортаңғы тобы «Допты волейбол торына лақтыру». Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Омыртқа бұлшық еттерін қатайту. Балаларды икемділігін дамыту. Балаларды еденде жатып созылуға үйрету; допты тордан асырып беруге жаттықтыру. Еркін ойын: «Допты бер» Күтілетін нәтиже: еденде

	Күтілетін нәтиже: Гимнастикаға деген қызығуларды жасап біледі. 9:30–9:50 «Айгөлек» ортаңғы тобы «Гимнастика». Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Дененің тұлғасы дұрыс қалыптасуына арналған гимнастикалық жаттығуларды жасап үйрету. Гимнастикаға деген қызығуларды жасап үйрету. Жаттығуларды жасату арқылы қимыл үйлесімділігін дамыту; баспен домалауға жаттықтыру. Еркін ойын: «Мерген футболшы» Күтілетін нәтиже: Гимнастикаға деген қызығуларды жасап біледі.	9:30-9:50 «Айгөлек» ортаңғы тобы «Жұқпалы аурулар және олармен күрес» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Микроб туралы түсінік беру. Салауатты өмір салтын құруға баулу. Аурудың белгілерін білуге үйрету. Еркін ойын: «Болады-болмайды» Күтілетін нәтиже: Аурудың белгілерін біледі.	Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Бір орында, теңселіп тұрған секіртпеден секіруді, ұзындыққа секіруді жаттықтыру. Еркін ойын: «Үйшік». Күтілетін нәтиже: Ұзындыққа секіруді игерді.	10:20-10:40 «Құлыншак» мектеп алды даярлық тобы. «Жүру». Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Балаларды сапқа тұрғызу, бір тізбекте саппен жүру, жүгіруге, бағытты өзгерте жүру және шашырап жүруге жаттықтыру. Еркін ойын: «Қақпан». Күтілетін нәтиже: Орындық үстінде өзін дұрыс ұстап жүруді меңгерді.	жатып созылуға біледі. 9:30 – 9:50 «Еркемай» ересек тобы «Жүру» Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Бір орында, теңселіп тұрған секіртпеден секіруді, ұзындыққа секіруді жаттықтыру. Еркін ойын: «Үйшік». Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды..
--	--	--	---	---	---

		9:55-10:15 «Балауса» ересек тобы «Лақтыру» Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды, кедергілерден еңбектеп өтіп және қолды еденге тигізбей доғаның астынан еңбектеп өтуді үйрету Еркін ойын: «Тығылмақ». Күтілетін нәтиже: Кедергілерден еңбектеп өтіп және қолды еденге тигізбей доғаның астынан еңбектеп өтуді игерді. 10:45-11:05 «Еркемай» ересек тобы «Лақтыру» Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.	09:55-10:15 «Балауса» ересек тобы «Жүру» Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Бір орында, теңселіп тұрған секіртпеден секіруді, ұзындыққа секіруді жаттықтыру. Еркін ойын: «Үйшік». Күтілетін нәтиже: Ұзындыққа секіруді игерді.			10:20 – 10:40 «Құлыншақ» мектеп алды даярлық тобы «Лақтыру» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Жерден h- 30 см көтерілген баспалдақ таяқшаларынан секіріп өтуді, қатарда тұрып допты еденге соғып, бір-біріне лақтыруді жаттықтыру. Еркін ойын: «Соқыр теке» Күтілетін нәтиже: Қатарда тұрып допты еденге соғып, бір-біріне лақтыруді игерді. 10:45 – 11:05 «Балауса» ересек тобы «Жүру»
--	--	--	---	--	--	--

		Мақсаты: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды, кедергілерден еңбектеп өтіп және қолды еденге тигізбей доғаның астынан еңбектеп өтуді үйрету Еркін ойын: «Тығылмақ». Күтілетін нәтиже: Кедергілерден еңбектеп өтіп және қолды еденге тигізбей доғаның астынан еңбектеп өтуді игерді.				Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Бір орында, теңселіп тұрған секіртпеден секіруді, ұзындыққа секіруді жаттықтыру. Еркін ойын: «Үйшік». Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды.