

«Қазына» бөбекжайы



«Бекітемін»
«Қазына» бөбекжай меңгерушісі:
Э.А.Бегалиева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының
2022-2023 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекеттің
циклограммасы**

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Қалдыбек А.

2022-2023 оқу жылы

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Қазына» бөбекжайы

Жоспардың құрылу кезеңі: қыркүйек айы, 2022-2023 оқу жылы.

Күнтәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		29.08.2022ж.	30.08.2022ж.	31.08.2022ж.	01.09.2022ж.	02.09.2022ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ 1."Қанаттарымызды қағамыз" жаттығуы. Бастапқықалып, аяқтыиықдеңгейінеқоямыз. Қолбелде. Алғақарайеңкейеміз. Бастапқықалыпқакелеміз. Демді ішке тартамыз. Қолымызды төмен түсіреміз. Демді шығарамыз. Құстардыңқанаттарыныңқимылынаеліктейотырып, қолдарымыздыжоғарыжәнетөменсермейміз. (3 ретқайталау) 2."Шапалақтаймыз" Бастапқықалып, аяқтыиықдеңгейінеқоямыз. Қолтөменде.				

		Бірдегендеқолымыздыкөтереміз. Екідегендешапалақтаймыз. Бір..(балаларқолдарынкөтереді) Екі..(балаларшапалақтайды) (3 ретқайталау)				
		Жазғы сауықтыру		Жазғы сауықтыру	Қимылды қозғалыс ойындары "Саппен жүру жаттығуы". Балалардың сапта түзу бағытпен жүріп, екіаяқпен секіріп, алға жылжу қабілеттерін жетілдіру, тепе-теңдікті сақтау қабілеттерін дамыту, бұлшық еттерін шымырету. Педагог балаларды көркем сөзбен	Тыныс алу жаттығуы «Шарды үрлейміз» Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: бала шарды алып, алдымен қатты, сонан соң жаймен үрлейді.

					қимылдарға ынталандырады. - Алдымызда ұзынша Жайылып тұр жолақша. Топ-топ етіп басайық, Қадам басып барайық. Секіреміз оп-оп! Бізжүреміз топ боп. Д. Ахметова	
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттардыдайындау, залдыдымқылтазалау" (тәрбиешініңкөмегімен)				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	Жазғы сауықтыру		Жазғы сауықтыру	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» Тақырыбы:	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» Тақырыбы:

					"Қуыршақ денешынық тырады" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» Тақырыбы: "Қуыршақ Дана саптатұр" 3. Ересек топ «Қарлығаш» Тақырыбы: "Қатар түзеп сапқа тұру"	"Қуыршақ денешынық тырады" 2. Кіші тобы «Балапан» Тақырыбы: "Тақтайбойымен жүреміз" 3. Кіші тобы «Ботақан» Тақырыбы: "Тақтайбойымен жүреміз" 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» Тақырыбы: "Тақтайшаның үстімен адымдап жүру"
--	--	--	--	--	--	--

Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықтытазалау. Желдету, сабаққадайындық, жобалықжұмыс, семинарға, педагогикалықкеңескедайындық, ата-аналарғаарналғанбұрыштардаақпаратдайындау, бақылау, балалардыңіс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамаменжұмыс, перспективалықжоспарларды, циклограммалардыжазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықтытазалау, терезенітексеру, қауіпсіздікталаптарынсақтау.

Күнтәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		05.09.2022ж.	06.09.2022ж.	07.09.2022ж.	08.09.2022ж.	09.09.2022ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ 1. "Биік үй саламыз" жаттығуы. Бастапқы қалып тік тұру, қолды төменде ұстау. 1 – қолды жоғары созып, аяқтың ұшына тұру ""Биік үй саламыз"" деп айтқызу. 2 – бастапқы қалыпқакелу (4-5 рет). 2. "Кірпіштерді қалаймыз" жаттығуы. Бастапқы қалып отырып аяқты бірге ұстау, қол тізеде. 1 - оңжаққабұрылып, едендітекшеменұру ""Кірпіштердіқалаймыз"" депайтқызу. 2 - бастапқықалыпқакелу (солжаққадәл осы жаттығуқайталанады). 3. "Шегеқағамыз" жаттығуы. Бастапқықалыптіктұру, қолдытөмендеұстау. 1 - жергеотырып, текшелерменедендіақырынтартып "Шегеқағамыз" депайтқызу. 2 - бастапқықалыпқакелу (4-6 рет)."				
		Кіріспежаттығулары, қайтақұрылу 1. Залдаеркінжүру. 2. Шеңбербойыменбіріне	Қимылдыойындар "Түлкі мен балапандар" қимылойыны.	Тынысалужаттығулары "Түлкіні тап" ойыны. Мақсаты:	Қозғалмалыойындары “Құстар мен мысық”, “Қарғалар” (мөлшері 2-	Ритмикалықжаттығулар "Отбасыда" ритмикалықжаттығуы.

		нсоңбіріжүру; 3. Қолдары белде, аяқтарыныңұшымен жүру. 4. Біріненсоңбіріжеңіл жүгіру. 5. Қолдаршынтақтабүгулі, өкшелерімен жүру. 6. Жүгіру. 7. Тынысалудықалпына келтіруге арналған жаттығу. 8. Залда, педагогке қарап, тұрып орналасу.	Ойыншарты: Бұлайынға балалар 7-8 денбөлініп ойнайды. Топ ішінде бір баланы "түлкі" етіп сайлап, қалған балаларды балапандар деп әрқайсысына бетперде кигізіп ойнайды. Ойында балапандар түлкіге іпкеріне ұсталып қалмауы үшін, тәрбиеші көмегімен белгібей ойынша ойынды бастап аяқтауы тиіс. Балалар шапшаң еңбөлмені айнала қашуы тиіс.	тынысалу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Бірінің артында біріңақырын жүріп отырып, асықпай іздейміз, түлкіні тауып алған балалар қолдарыңды жоғары көтеріңдер! Педагог балаларды осылайын таландырып, ойын түріндетынысалу жаттығуларының біріне ойнайды.	Зрет). Мақсаты: балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың денекимылдарын, бұлшықеттерін жетілдіру, ойынарқылық көңіл-күйлерін көтеру; ептілікке, шапшаңдыққа, қызығайнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру; балаларды салауатты өмір салтына тәрбиелеу.	Мақсаты. Балаларды көркем сөздің ырғағына қимылдарды қайталап, орындауға жаттықтыру; отбасы мүшелері жөнінде ұғымдар қалыптастыру. - Отбасымда ата-баба, топ-топ-топ, аяқбасар (сап түзеп бірі орындату). Отбасымда әжем бар, олтәп-тәтті нанжабар (алақандарды кеуде алдында ішке қарай айналдыру). Отбасымда әкем бар, тоқ-тоқ-тоқ кілем қағар (жұдырықпен кеуде
--	--	--	---	---	---	--

						денісоққылау) Отбасымдаанам бар, тап-таза қылыпедендіжуа р (алдығаеңкею). Отбасымда мен де бармын, тәртіпті бала боламын (алақандардыкеу дегеқойып, оң- солғаеңкею).
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттардыдайындау, залдыдымқылтазалау (тәрбиешініңкөмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» Тақырыбы: "Дана қуыршақпен сапқа тұру". 2. Кіші тобы	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» Тақырыбы: "Дана қуыршақ пен бірге жаттығамыз" 2. Ересек топ	1. Кіші тобы «Балапан» Тақырыбы: "Еңбектеймізерінб ей!". 2. Кіші тобы	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» Тақырыбы: "Құстар" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ»	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» Тақырыбы: "Мысық" 2. Кіші тобы «Балапан»

		«Ботақан» Тақырыбы: "Дана қуыршақпен сапқа тұру". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» Тақырыбы: "Әдемі сап түзейміз!" 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Достар жұптары".	«Қарлығаш» "Бір-бірден қатарға тұру". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Допты тез лақтырамыз"	«Ботақан» Тақырыбы: "Еңбектейміз ерінбей!". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Бауырсақ пен шеңберге тұру" 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Паровоз алдыға басып барады"	"Шеңберге өз еркімен тұрамыз" 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Қатардан қалма".	Тақырыбы: "Аю мен шеңберге тұру". 3. Кіші тобы «Ботақан» Тақырыбы: "Аю мен шеңберге тұру". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Төрттаған дап жүріп, допты баспен итеру"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалар мен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-				

		әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттама мен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күнтәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		12.09.2022ж.	13.09.2022ж.	14.09.2022ж.	15.09.2022ж.	16.09.2022ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғыжаттығуғадайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ 1 – Бастапқықалып – негізгітұрыс, қолдытөментүсіріптұру. 1.1. – қолдыжан-жаққасозып, жоғарыкөтеріп, саусақтардықимылдатып, ""Жалаудыжелбірейік"" депайту, демдіішкетарту. 1.2. – қолдытөментүсіру, демдісыртқашығару (3 ретқайталау).				

		2. Бастапқықалып – аяқтардысәлалшаққойып, қолдардытөментүсіріптұру. 2.1. – бастыоңғайып, қолдыекіжаққажіберу, жалаулардыжелбірету. 2.2. – Бастапқықалыпқа оралу. 2.3. – бастысолғайып, қолдысырғытыптөментүсіріп, жалаулардыңбасынжоғарықаратыптікұстау. 2.4. – Бастапқықалыпға оралу (3 ретқайталау). 3. Бастапқықалып – аяқтардыбіргеқойып, қолдардытөментүсіріптұру. 3.1. – жергеотырып, қолдыжанынақою, жалаулардыжелбірету. 3.2. – Бастапқықалыпғакелу. 3.3. – жергеотырып, қолдыалғажіберу, жалаулардыжелбірету. 3.4. – Бастапқықалыпғакелу (3 ретқайталау).				
		Кіріспе жаттығулары, қайта құрылу 1. Залдаеркінжүру. 2. Қуыршақтардықұрсау ғаотырғызу. 3. - шеңбербойыменбіріне	Қимылды ойындар "Сары күнгеұқсап" қимылдыжаттығ уы. Мақсаты. Балалардыайтыл ғансөздердіңырғ ағына сай	Тыныс алу жаттығулары «Мақтаныұшыра йық» Мақсаты: тынысалу жолдар ынреткекелтіруж әнеқалыптастыру .	Қозғалыс ойындары "Қояндар мен қасқыр". Мақсаты: балалардыңфизи калықбелсенділіг індамытудыжалғ астыру.	Ритмикалық жаттығулар "Құмырсқалар" ритмопластика. Мақсаты: кеңістіктібағдарл айалуқабілеттері нжетілдіру, зейіндіжаттықты

		нсоңбіріжүру; - қолдары белде, аяқтарыныңұшымен; - біріненсоңбіріжеңілжүгіру; - қолдаршынтақтабүгулі, өкшелеріменжүру; 4. Қуыршақтарғақалайжүгіругеболатындығынкөрсетейік. 5. Тынысалудықалпынакелтіругеарналғанжаттығу. Ескерту: ұялшақбалалардынеме себалабақшағажаңаданкелгендердіқолынаналып, біргежүреді.	қимылдауға, педагогтіңкөрсетуінееліктеугеүйрету, жағымдыэмоцияларғабөленуқабілеттерінқалыптастыру. - Сары күнгеұқсап (қол белде, бастыоңғасолғашайқау), Бізжүреміз "сапсап" (шапалақтау). Бүлткелсеқаптап (жұдырықтыкеуденіңалдындаайналдыру), Жаңбыржауар "там-там" (алақандысаусақпенсоғу).	Шарты: ақұппажұмсақмақталардытереңдем алуарқылыбалаларүрлепұшырады.		ру. Барысы: педагогтіңшапалағыменбалаларзалдыңайналасындаретсізқозғалабапстайды, басқабалаларменсоқтығыспайжәнеуінемі бос кеңістіктітолтыруғатырысады.
--	--	---	--	--	--	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» Тақырыбы: "Шеңберге тұрайық". 2. Кіші тобы «Ботақан» Тақырыбы: "Шеңберге тұрайық". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Әдемі шеңбер жасайық" 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Қатарда жүру түрлері".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» Тақырыбы: "Күшік" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Бір орнынан биікке есекіру". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Спорт-көркіміміздің".	1. Кіші тобы «Балапан» Тақырыбы: "Аюмен бірге шеңберге тұрайық". 2. Кіші тобы «Ботақан» Тақырыбы: "Аюмен бірге шеңберге тұрайық". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Епсіз қонжық" 4. Мектепалды топ	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» Тақырыбы: "Дана мен Ая қуыршақтарға жаттығуды үйрету" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Аяқтың ұшымен жүрейік" 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Шынықсаң – шымыр боласың".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» Тақырыбы: "Біз де қонақта орман бағбаны" 2. Кіші тобы «Балапан» Тақырыбы: "Қояндар мен бірге жүгіру". 3. Кіші тобы «Ботақан» Тақырыбы: "Қояндар мен бірге жүгіру".

				«Жұлдызша» Спорт – бейбітшілік елшісі.		4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Қанат үстімен ауыспалы қадам жасап жүру"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардыңсеруендегіқимыл-қозғалысынбақылау, ашықойындардыбекіту, негізгіқимыл-қозғалыстарындамытубойыншажаңажәнебелсендіемесбалаларменжекежұмыс.				
Залдағыөзіндікжұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықтытазалау. Желдету, сабаққадайындық, жобалықжұмыс, семинарға, педагогикалықкеңескедайындық, ата-аналарғаарналғанбұрыштардаақпаратдайындау, бақылау, балалардыңіс-әрекеті.				
Өзіндікжұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамаменжұмыс, жоспарларды, циклограммалардыжазу.				
Ұйымдастырушылықсәттері	17.00 - 17.10	Жабдықтытазалау, терезенітексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздікталаптарынсақтау.				

Күнтәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		19.09.2022ж.	20.09.2022ж.	21.09.2022ж.	22.09.2022ж.	23.09.2022ж.

Таңғыжаттығуғадай ындық	7.55	Таңғыжаттығуғадайындық
Таңғыжаттығу	08.00 - 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ 1. Бастапқықалыпаяқтыалшаққойып, доптыоңқолменұстаптұру. 1–1 екіқолдыжан-жаққасозу, қайтадандоптыалу. 1–2 бірқолдыалғасозып, доптысолқолғаауыстыру, екіқолдыжан-жаққасозу, бастапқықалыпқакелу (3 рет). 2. Бастапқықалыпаяқтыалшаққойып, доптыалдыдаекіқолменұстаптұру. 2–1 жергеотыру, доптыжергеқою. 2–2 бастапқықалыпқакелу; 2–3 жергеотыру, доптыжергеқою; 2–4 бастапқықалыпқакелу (4 рет); 3. Бастапқықалыпаяқтыалшаққойып, доптыалдығаекіқолменұстаптұру. 3–1 еңкею, доптыжергеқою. 3–2 бастапқықалыпқакелу; 3–3 еңкею, доптыжергеқою; 3–4 бастапқықалыпқакелу (3 рет).

		Кіріспежаттыңулары, қайтақұрылу Балалардышеңбербойы меноңжәнесолғақарайа яқтыңұшымен, өкшемен, жартылайжүрелейотырып, баяужәнешапшаңжүргізу, жүгірту, қоянсияқтысекірту; Қолдағыбілезіктерінайналдырып, қолдарыменқоянныңқұлағынкөрсетеотырып, саусақтарынқимылдату; иықтыалғажәнеартқасозып, жоғарыкөтеріп, төментүсірудіалмастыраорындапжүгіру.	Қимыл-қозғалысойындары "Қояндар мен қасқыр". Мақсаты: балалардыңфизи калықбелсенділігіндамытудыжалғастыру.	Тынысалужаттыңулары «Мұрынмендұрыстыныста, ауызбендұрысде м шығар» Мақсаты: тынысалужолдарынреткекелтіружәнеқалыптастыру. Шарты: Балалармұрынментерентынысалып, ауызбенауаныұртқажинамай, жәйменен дем шығарады.	Қозғалысойындары "Кімжылдам", "Батпырауықжәнетауық". Мақсаты: жүгіру, көтерілу, секіруқабілеттерінжетілдіру; реакцияныдамыту.	Ритмикалықжаттыңулар "Паровоз" - Паровоз басталға, - Бәріміздібасқарда! - Пш-пш, пш-пш! - бізкеттік, - Жүрістібізгулеттік. - Жүрістібізгулетіп. - Гу-гу, гу-гу, гуілдеп - Қалыпқоймабіріңде - Пш-пш, пш-пш!
--	--	---	--	---	---	--

						- бізкеттік, - Жүрістібізүдетті к.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттардыдайындау, залдыдымқылтазалау (тәрбиешініңкөмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» Тақырыбы: "Қоян секілді жүгірейік". 2. Кіші тобы «Ботақан» Тақырыбы: "Қоян секілді жүгірейік". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Тақтайдың үстімен	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» Тақырыбы: "Орманбағбанына қонаққабарамыз" 2. Ересек топ «Қарлығаш» Күндей сары дөңгелек" 3. Мектепалды топ «Жұлдызша»	1. Кіші тобы «Балапан» Тақырыбы: "Бір, екі, үш .., жүгіреміз". 1. Кіші тобы «Ботақан» Тақырыбы: "Бір, екі, үш .., жүгіреміз". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Күн дидарлы	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» Тақырыбы: "Қуыршақ Дана мен күшікке қонаққа барамыз" 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Күндей сары дөңгелек" 3. Ересек топ	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» Тақырыбы: "Алға Қазақстан!" 2. Кіші тобы «Балапан» Тақырыбы: "Қазақстан туы". 3. Кіші тобы «Ботақан» Тақырыбы: "Қазақстан туы". 4. Мектепалды

		бірге жүрейік" 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Тақтайдың үстімен бірге жүрейік"	"Допты еденнен ыршытып жоғары лақтыру"	Қазақстан" 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Сапқа тұр"	«Қарлығаш» "Сапқа тұр"	топ «Жұлдызша» "Жіптің астымен тура және жанымен еңбектеп өту"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардыңсеруендегіқимыл-қозғалысынбақылау, ашықойындардыбекіту, негізгіқимыл-қозғалыстарындамытубойыншажаңажәнебелсендіемесбалаларменжекежұмыс.				
Залдағыөзіндікжұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықтытазалау. Желдету, сабаққадайындық, жобалықжұмыс, семинарға, педагогикалықкеңескедайындық, ата-аналарғаарналғанбұрыштардаақпаратдайындау, бақылау, балалардыңіс-әрекеті.				
Өзіндікжұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамаменжұмыс, жоспарларды, циклограммалардыжазу.				
Ұйымдастырушылықсәттері	17.00 - 17.10	Жабдықтытазалау, терезенітексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздікталаптарынсақтау.				

Күнтәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		26.09.2022ж.	27.09.2022ж.	28.09.2022ж.	29.09.2022ж.	30.09.2022ж.
Таңғыжаттығуға дайындық	7.55	Таңғыжаттығуға дайындық				
Таңғыжаттығу	08.00 - 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ 1. "Зырылдауық" жаттығуы. Бастапқы қалып: аяқ сәл алшақ, қол төмен. 1 - қолды екі жаққа созу. 2 - екі қолды кеуде тұсына әкеліп, бір-біріне айналындырып, "р-р-р" деп айту. 3 - екі жаққа созу. 4 - бастапқы қалыпқа келіп, "төмен" деу. Бастапқы кезде қолды ақырына айналындыру, біртіндеп жылдамай айналындыру (5 рет). 2. "Тізені шапалақтау" жаттығуы. Бастапқы қалып: аяқ иық деңгейінде, қол артта.				

		1 - 2 - оңтізеге (сол) еңкейіп, "шарт"деу. 3 - 4 - бастапқықалып.(5 рет). 3. "Созыл" жаттығуы. Бастапқықалып: өкшедеотыру, қолиықта. 1 - 2 реттізегекөтерілу (тұру), қолдыжоғарысозу, созылажоғарықолғақарау. 3 - 4 - бастапқықалыпқакелу. (4-5 рет). 4. "Сағаттыңтілі" жаттығуы. Бастапқықалып: аяқтыайқастыраотыру, қолбелде. 1 - оңғаеңкейіп "тик" деу. 2 - бастапқықалыпқакеліп, "так" деу. 3 - солғаеңкейіп, "тик" деу. 4 - бастапқықалыпқакеліп, "так" деу. (6 рет).				
	Кіріспежаттығулар ы, қайтақұрылу 1. Топпенжүружәнежүгі ру. 2. Жүружәнежүгіру	Қимылдыойын "Доғаастынан" Педагог балалардыекітоп қабөледі. Педагогтіңбелгіс іненкейінбалалар	Тынысалужатт ығулары «Жалаушаларды ұшыру, көккөкөтеру» Мақсаты: тынысалужолдар	Қимылдықозға лысойындары "Жалауғажүгір" Мақсаты. Балалардыкөрсет ілгенбелгіжалауғ ақарайжүгірудіү	Ритмикалықжа ттығулар Түзел, тіктұр Орнындаадымда Әуенмененадым даудыбастаймыз,	

		(кезектесіп). 3. Залдың бүкіл аумағын пайдаланып, жүруге және жүгіру. 4. Жол бойымен жүру - екі сызық арасында (ені 35 - 30 см).	доға астынан еңбектеп өтеді де, артқа қ	ын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: түрлі-түсті кішкентай жалаушаларды балалар үрлеп ұшырады..	йрету; бұлшықеттерді, кеңістікті бағдарлау қабілетін дамыту. - Балалар, жалаулармен ойын айықшы. Педагог түсінішті түрлі жалауды алаңның үш басына қадап қояды. - Балалармына жалалардың түстерін атайықшы. (Қызыл, сары, көк). - Жарайсыңдар. - Қазір мен атаған жалауға жүгірейік. Мұқият болыңдар	бастаймыз Алға аттап, ныққа дамдар жасаймыз, жасаймыз Оңаяқты, солаяқты көтеріп, көтеріп Қолды сермеп, қашықтықты сақтаймыз Оңаяқты, солаяқты көтеріп, көтеріп Қолды сермеп, қашықтықты сақтаймыз
--	--	---	--	---	---	---

					! Педагог кезегіменүшжалаудыңбіртүсінатап, балалардысолжаққабағыттайды. - Қанекей, балалар, түзутұр! - Қызыл (сары, көк) жалауғажүгір! Педагог дауыскүшіншамамықолданады, балалардың бір-біріне соқтығысып қалмауын ескереді.	
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				

Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» Тақырыбы: "Жалауды биікке көтер еміз".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» Тақырыбы: "Жалауды жоғары көтереміз"	1. Кіші тобы «Балапан» Тақырыбы: "Текшелерді айналып жүгіремін".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» Тақырыбы: "Жалаушаны жоғарыға көтереміз"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Түлкінің сыйлықтары"
		2. Кіші тобы «Ботақан» Тақырыбы: "Жалауды биікке көтер еміз".	2. Ересек топ «Қарлығаш» "Саршұнақтай жы лдам болайық".	2. Кіші тобы «Ботақан» Тақырыбы: "Текшелерді айналып жүгіремін".	3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Допты домалатай ық".	2. Кіші тобы «Балапан» Тақырыбы: "Салтанатты адым".
		3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Бөренемен жүреміз"	3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Кел, күшсынасайық"	3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Домалайды алмал ар"	4. Ересек топ «Қарлығаш» "Күздің қызықтары".	3. Кіші тобы «Ботақан» Тақырыбы: "Салтанатты адым".
		4. Ересек топ «Қарлығаш» "Кедергілерден өту ой ындары".		4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Күшіміз - бірлікте"		4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Гимнастикалық о рындық табілек пен

						тізегесүйенеотыр ыпөңбектеу"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардыңсеруендегіқимыл-қозғалысынбақылау, ашықойындардыбекіту, негізгіқимыл-қозғалыстарындамытубойыншажаңажәнебелсендіемесбалаларменжекежұмыс.				
Залдағыөзіндікжұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықтытазалау. Желдету, сабаққадайындық, жобалықжұмыс, семинарға, педагогикалықкеңескедайындық, ата-аналарғаарналғанбұрыштардаақпаратдайындау, бақылау, балалардыңіс-әрекеті.				
Өзіндікжұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамаменжұмыс, жоспарларды, циклограммалардыжазу.				
Ұйымдастырушылықсәттері	17.00 - 17.10	Жабдықтытазалау, терезенітексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздікталаптарынсақтау.				

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2022 - 2023 оқужылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы

Білім беру ұйымы«Қазына» бөбекжайы

Жоспардыңқұрылукезеңі: қазан айы, 2022-2023 оқужылы.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
-------------	--------	----------	----------	----------	---------	------

		03.10.2022ж.	04.10.2022ж.	05.10.2022ж.	06.10.2022ж.	07.10.2022ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ "1. Бастапқы қалып – негізгі тұрыс. Бір-біріне қарап, қол ұстасып тұру. 1–1 – қолды екі жақ қасозу ""Тамаша!"" депайту. 1–2 – қолды жоғары көтеру, аяқтың ұшы мен тұру ""Күн қандай әдемі!"" депайту, демді ішкертарту; қолды екі жақ қасозу ""Тамаша!"" депайту; бастапқы қалыпқа келу (3 реторындау). 2. Бастапқы қалып – қолды алғасозып, қашықтықта бір-біріне теріс қарап тұру, аяқ иық деңгейімен бірдей. 2–1 – қолды жібермей ұстап оңға бұрылу ""Күлейік!"" депайту. 2–2 – солға бұрылып, ""Күлейік!"" депайту. Бастапқы қалыпқа келу (4 реторындау). 3. Бастапқы қалып – қолды алғасозып, қашықтықта бір-біріне қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 3–1 – қолды жібермей, бір жүп секіреді ""Секіреміз доптай!"" депайту.				

3–2 – қолдыжібермей, екіншіжүпсекіреді, ""Секіреміздоптай!"" депайту.

Бастапқықалыпқакелу (4 реторындау). "

Кіріспе жаттығулары, қайтақұрылу

1. Біріңнің соңыңнан бірің жүріңдер. (жүгіріңдер).

2. Бір-біріне параллель екі сызықтың арасында тура бағытта жүру және жүгіру.

3. Таяқтың аттап өту.

Тынысалуды қалпына келтіру жаттығуы «Біздің мұрындар тыныс алады».

Қимылды ойын

"Допты досына бер"

Мақсаты: қимылдарды ырғақты түрде орындау қабілетін дамыту, сонымен қатар белгі бойынша допты беру, денені оңға және солға бұру, қозғалмалыныса нағалақтыру, лақтыру мен жүгіру, шеңберге салу дағдыларын бекіту.

Барысы: балаларбір-

Тыныс алу жаттығулары

«Жапырақтарды ұшыр»

Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру.

Шарты: Мұрынмен терең дем алып, ауызбен дем шығаруарқылықі шкентайжапырақ тардыүрлепұшыр у.

Қимылды қозғалыс ойындары

"Күн мен жаңбыр" қимыл-қозғалыс ойыны.

Мақсаты: балаларды белгі бойынша жан-жаққа шашырап жүгіруге және бір-бірінесоғылмай, біржергежиналуғ адағдыландыру; вестибуляраппар атын, кеңістіктібағдарлау қабілетінжетілдіру; ептілікке, достыққатәрбиел еу.

Ритмикалық жаттығулар

"Қайшы"

Қолымызды алша қалып тұрамыз, қайшы болып қағазды да қиямыз

Қолдысоз, шыңтақтыбүкте Жаттығуқиыңем ес, түкте

Қолдысоз, шыңтақтыбүкте Жаттығуқиыңем ес, түкте

Қолдысоз, шыңтақтыбүкте Жаттығуқиыңем

			біріненбірқадамк ашықтықташенб ердетұрады. Педагог доптыойнаушыл ардыңбірінебере ді. Педагогтіңбелгіс ібойынша, балалардоптыбір - бірінебірбағытта берестайды.			ес, түкте
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттардыдайындау, залдыдымқылтазалау (тәрбиешініңкөмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11. 15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Әдемі, салтанатты адым жасайық". 2. Кіші тобы «Ботқан» "Әдемі, салтанатты	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Аюға қонаққа барамыз" 2. Ересек топ	1. Кіші тобы «Балапан» "Тізеніжоғарыкөт еріпжүрейік". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Тізені жоғары	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Шуақты шалғында" 2. Ортаңғы топ	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қақпаға дәл көзде" 2. Кіші тобы «Балапан» "Еңбектеп жеміс

		адым жасайық". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Домалайық". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Күзгі жолдар үстіндегі ойындар".	«Қарлығаш» "Еңкіс тақтайдыңүстімен жүрелепжүру". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Кішкентай доптар".	көтеріп жүрейік". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Ғажап күздің сыйлығы» 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Достарыңакөмектес"	«Күншуақ» "Күзқандай?" 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Тақтай үстімен біз қалай жүре білеміз".	жинайық". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Еңбектеп жеміс жинайық". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Достарыңа көмектес" пысықтау
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардыңсеруендегіқимыл-қозғалысынбақылау, ашықойындардыбекіту, негізгіқимыл-қозғалыстарындамытубойыншажаңажәнебелсендіемесбалаларменжекежұмыс.				
Залдағыөзіндікжұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықтытазалау. Желдету, сабаққадайындық, жобалықжұмыс, семинарға, педагогикалықкеңескедайындық, ата-аналарғаарналғанбұрыштардаақпаратдайындау, бақылау, балалардыңіс-әрекеті.				
Өзіндікжұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамаменжұмыс, жоспарларды, циклограммалардыжазу.				

Ұйымдастырушылы қсәттері	17.00 - 17.10	Жабдықтытазалау, терезенітексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздікталаптарынсақтау.
-----------------------------	------------------	--

Күнтәртiбi	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		10.10.2022ж.	11.10.2022ж.	12.10.2022ж.	13.10.2022ж.	14.10.2022ж.
Таңғыжаттығуғад айындық	7.55	Таңғыжаттығуғадайындық				

Таңғыжаттығу	08.00 - 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ "1. Бастапқықалып – негізгітұрыс. Бір-бірінеқарап, қолұстасыптұру. 1–1– қолдыекіжаққасозу ""Тамаша!"" депайту. 1–2 – қолдыжоғарыкөтеру, аяқтыңұшыментұру ""Күнқандайәдемі!"" депайту, демдіішкетарту; қолдыекіжаққасозу ""Тамаша!"" депайту; бастапқықалыпқакелу (3 реторындау). 2. Бастапқықалып – қолдыалғасозып, қашықтықтабір–бірінетерісқараптұру, аяқиықдеңгейіменбірдей. 2–1 – қолдыжібермейұстапоңғабұрылу ""Күлейік!"" депайту. 2–2 – солғабұрылып, ""Күлейік!"" депайту. Бастапқықалыпқакелу (4 реторындау). 3. Бастапқықалып – қолдыалғасозып, қашықтықтабір–бірінеқараптұру, аяқ, иықдеңгейіменбірдей. 3–1 – қолдыжібермей, біржүпсекіреді ""Секіреміздоптай!"" депайту. 3–2 – қолдыжібермей, екіншіжүпсекіреді, ""Секіреміздоптай!"" депайту. Бастапқықалыпқакелу (4 реторындау). "				
		Кіріспежаттығулары,	"Доптыдәлдеп	Тынысалужатт	Қимылдықозға	Ритмикалықжа

		қайтақұрылу 1. Бірініңсоңынанбірің жүріңдер. (жүгіріңдер). 2. Бір-біріне параллель екісызықтыңарасында тура бағыттажүружәнежүгіру. 3. Таяқтыңаттапөту. Тынысалудықалпынакелтіружаттығуы «Біздіңмұрындартыны салады».	ақтыр" қимылойыны. Педагог балалардыекітоп қабөліп, доптыбелгіленгеннысанағалақтырудыңнегізгінүктесінкөрсетіпжәне қалайлақтырукер егінтағы да балалардыңесіне салады. Доплақтырушыбалаларнегізгінүктеншеншықпай, доптыережеге сай дәлдеплақтыруларытиіс. Доптынысанағадәлдеплақтырған топ балаларыжеңіске жетеді.	ығулары Тынысалужаттығулары "Меніасықпайкүшпенжетіндер" ойыны. Педагог қолдарынжоғары көтеріп, төментүсіріп, дем алу, дем шығаружаттығуларынжасайды. Сол арқылыбалалар да педагогқаеліктеп, жаттығулардықайталайды.	лысойындары "Күн мен жаңбыр" қимыл-қозғалысойыны. Мақсаты: балалардыбелгіб ойыншажан-жаққашашырапжүгіругежәнебір-бірінесоғылмай, біржергежиналуға адағдыландыру; вестибуляраппаратын, кеңістіктібағдарлауқабілетінжетілдіру; ептілікке, достыққатәрбиелену.	ттығулар Мақсаты. Балалардымәтіндііпедагогтанкейін айтаотырып, жаттығуларжасауғаұйрету. Сағаттыңтілінде й, Иіліпоңғабір, Сағаттыңтілінде й Иіліпсолғабір. 1, 2, 3, 4, 5 Секіреміз, Айналамыз, Жаттығужасаймыз!
Ұйымдастырылға	08.50 - 09.00	"Атрибуттардыдайындау, залдадымқылтазалау (тәрбиешініңкөмегімен)"				

ніс- әрекетке дайындық						
Ұйымдастырылған ніс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Құмырсқалар секілді еңбектенеміз". 2. Кіші тобы «Ботқан» "Құмырсқалар секілді еңбектенеміз". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Айнала алтын күз". 4. Ересек топ	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Күзгі орманда" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Допты қақпағадәл деп домалату". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Бір орында өз- өзін айнала қосаяқтап секіру"	1. Кіші тобы «Балапан» "Еңбектейік, ерінбейік". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Еңбектейік, ерінбейік". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Нанның күдіреті". 4. Мектепалды топ	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Біздің аяғымыз тегіс жолдармен жүреді" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Ас - адамның арқауы". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Епті баламыз".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Нан болса - ән де болады" 2. Кіші тобы «Балапан» "Нан қадірі". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Нан қадірі". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Қатар орналасқан"

		«Қарлығаш» "Баланс сақтай аламыз".		«Жұлдызша» "Салтаттылар"		таяқтардан екі аяқпен аттап секіру"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардыңсеруендегіқимыл-қозғалысынбақылау, ашықойындардыбекіту, негізгіқимыл-қозғалыстарындамытубойыншажаңажәнебелсендіемесбалаларменжекежұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықтытазалау. Желдету, сабаққадайындық, жобалықжұмыс, семинарға, педагогикалықкеңескедайындық, ата-аналарғаарналғанбұрыштардаақпаратдайындау, бақылау, балалардыңіс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамаменжұмыс, жоспарларды, циклограммалардыжазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықтытазалау, терезенітексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздікталаптарынсақтау.				

Күнтәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		17.10.2022ж.	18.10.2022ж.	19.10.2022ж.	20.10.2022ж.	21.10.2022ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғыжаттығуғадайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ 1. Б.қ.аяқалшақ, денетік, қолтөменде. 1.1. Балалар жалаулар мен беттерін жауып "тауып ал" деген сөзді айтады.				

1.2. Б.қ. (жаттығу 4-5 ретқайталанады). 2. Б.қ. аяқалшақ, денетік, қолтөменде. 2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, жалаулармен умаждап "жуамыз" дегенсөзді айтады. 2.2. Б.қ. (дәл осы жаттығусолжаққақайталанадыжәне 4 ретқайталанады). 3. Б.қ. жердеотырады, аяқалшақ, жалаулартізеуестінде. 3.1. Жергешалқаданжатып, жалауларынбеттерінжауып "ұйықтайық" дейді. 3.2. Б.қ. (жаттығу 3 ретқайталанады). 4. Б.қ. аяқбірге, дене бос, қолтөменде. 4.1. Жалауларынкөкіректұсындаұстап, бірорындатұрыпсекіру. 4.2. Б.қ. (жаттығу 3 ретқайталанады).				
Кіріспежаттығулары , қайтақұрылу Балалар музыка әуеніменбірініңартын анбірішеңбержасапжүреді, педагогтіңбелгіберуіб ойыншааяқтыңұшымен жүредіжәнежайқалыпқатүсіп, тез ойнаған	"Кенгуру" қимылдыойыны Педагог балалардыекітоп қабөліп, белгіленгенмежегедейін кенгуру секілдіқосаяқтап секірукерегінайт	Тынысалужаттығулары "Шар" Қолғаалып, желіжоқәуешарын, Үрлеймізшарым ыздәуболғанша. Дем алып,	Қимылдықозғалысойындары "Аңшылар мен қояндар" қимыл-қозғалысойыны. Мақсаты: балалардыойын шартынбұзбайойнауғадағдыландыру;	Ритмикалықжаттығулар Аяқпенен топ – топ – топ, Алақанмен хлоп – хлоп – хлоп. Біроңға, бірсолға, Айналайықкелмұ

		музыка әуенімен жүгіреді, жүгіріп келе жатып, жай жүріскетүседі және аяқтың ұшымен денелерін тік ұстап жүреді.	ады. Екі топтан бір-бір баладан шығып, орындарында 5-ке дейін санап секіріп, әрі қарай межеге жетуілер тиіс. Ойын 2-3 айналымдық ұрайдды. Негізгі қимыл жаттығуы болатын бірорындатұрып қо саяқтап секірудің ысықтау мақсатында "Қорқақ қоян" ойыны ұйымдастырылады. Балалар екі топқа бөліне отырып, айналасы өсімдіктермен безендірілген шалғынның үстіндегі сәбіздерге	мұрынмен дем шығарып, Үрлейміз ішіне жетолғанша. Дем алып, мұрынмен дем шығарып, Үрлейміз ішіне жетолғанша.	мергендікке, дәлдікке, шапшаңдыққа, жылдамдыққа, қимылдардың үйлестіребілуге бейімдеу; ұйымшылдық қатәрбиелеу.	нда. Қолымызды бірсілтеп, Басымызды шайқайық. Бір оңға, бір солға Ойнайықшы келмұнда. Секіреміз жоғары, Қиынемессекіру. Бір оңға, бір солға Секірейік келмұнда. Бір оңға, бір солға Секірейік келмұнда.
--	--	---	---	---	---	--

			қосаяқтап секіріп барып, сәбізге жеткендеқ уаныштан бірорында қосаяқтап секірулері тиіс. Балалар педагогтің белгі беруі бойынша қосаяқтап секіреді, әртөптан сәбізге жеткен бала көп ұпай жинайды. Қайтоптың балалары тапсырманы ережеге сай орындаса, сол топ жеңімпаз атанады. Тапсырма 4-5 рет қайталанады.			
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				

Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Нан болса, ән де болады". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Нан болса, ән де болады". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Нан бар жерде ән бар". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Мергендер жарысы".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Тышқанға дән жинаймыз" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Алға жүрелеп жылжу". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Пәрменмен секірейік"	1. Кіші тобы «Балапан» "Аттап жүгірейік". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Аттап жүгірейік". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Торғай секіреді". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Үйлесімділікті сақтаймыз"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Допты қалай домалатамыз" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Екі аяқпен секіреміз". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Арақашықты сақтау амалдары".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Секіріп үйренеміз!" 2. Кіші тобы «Балапан» "Секіреді торғай". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Секіреді торғай". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Басына қапшық қойып, бір жақ жанымен жүру"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-				

		қозғалыстарындамытубойыншажаңажәнебелсендіемесбалаларменжекежұмыс.
Залдағыөзіндікжұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықтытазалау. Желдету, сабаққадайындық, жобалықжұмыс, семинарға, педагогикалықкеңескедайындық, ата-аналарғаарналғанбұрыштардаақпаратдайындау, бақылау, балалардыңіс-әрекеті.
Өзіндікжұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамаменжұмыс, жоспарларды, циклограммалардыжазу.
Ұйымдастырушылықсәттері	17.00 - 17.10	Жабдықтытазалау, терезенітексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздікталаптарынсақтау.

Күнтәртібі	Уақыты	Сенбі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		22.10.2022ж.	24.10.2022ж.	25.10.2022ж.	26.10.2022ж.	27.10.2022ж.	28.10.2022ж.
Таңғыжаттығуда йындық	7.55	Таңғыжаттығуда йындық					
Таңғыжаттығу	08.00 - 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ 1. "Доптықой" ойыны. Бастапқы қалыпаяқты алшаққойып, допты оң қолмен ұстап тұру. 1 – екі қолды жан-жаққасозу, қайтадан допты алу. 2 – бір қолды алғасозып, допты сол қолға ауыстыру. екі қолды жан-жаққасозу					

4 – бастапқықалыпқакелу (3 рет). 2. "Доптыбер" ойыны. Бастапқықалыпаяқтыалшаққойып, доптыалдыдаекіқолменұстаптұру. 1 – жергеотыру, доптыжергеқою. 2 – бастапқықалыпқакелу. 3 – жергеотыру, доптыжергеқою. 4 – бастапқықалыпқакелу (4 рет).					
Кіріспежаттығулар, қайтақұрылу Балалар музыка әуеніменбірініңартынанбіріжүреді, педагогтіңбелгіберуібойыншааяқтыңұшыменжәнеөкшем енжүреді, жайқалыпқатүсіп, тез ойнаған музыка әуеніменжүгіреді, жүгіріпкележатып,			Тынысалужа ттығулары «Мақтаныұшы райық» Мақсаты: тынысалужолдарынреткекелтіружәнеқалыптастыру. Шарты: ақұлпажұмсақ мақталардытең дем алуарқылыбал	Қимылдықозғалысойында ры "Аю" қимылойыны. Педагог балалардыекі топқабөліп, еңістақтайдың үстіменжоғарыжәнетөмен аю сияқтыбелгіленгенмежегедейінжүрукерегі найтады.	Ритмикалық жаттығулар "Құмырсқалар" ритмопластика. Мақсаты: кеңістіктібағдарлайалуқабілеттерінжетілдіру, зейіндіжаттықтыру. Барысы:

		жайжүріскетүседі жәнеаяқтыңұшыме нденелерінтікұстап жүреді.			аларүрлепұшы рады .	Екітоптанбір- бірбаладаншы ғып, екіқолдыекіжа ққажіберіп, еңістақтайдың үстіменжүрера лдындааюсияқ тықырып, межегедейінж үріпөтулерітіі с. Ойын 2-3 айналымдықұр айды.	педагогтіңшап алағыменбала ларзалдыңайн аласындаретсі зқозғалабастай ды, басқабалаларм енсоқтығыспа йжәнеүнемі бос кеңістіктітолт ыруғатырысад ы.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттардыдайындау, залдадымқылтазалау (тәрбиешініңкөмегімен)"					
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Көңілді секірейік!" 2. Кіші тобы «Ботақан,»			1. Кіші тобы «Балапан» "Домалайды алмалар". 2. Кіші тобы	1. Ерте жастобы «Айгөлек» "Біз мергенбіз" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Жомарт	1. Ертежастобы «Айгөлек» "Доптарды лақтыруды үйренейік" 2. Кіші тобы

		"Көңілді секірейік!" 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Торғай секілді секіреміз". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Саптарда кім бар?" 5. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Добым, добым, домалақ"			«Ботақан» "Домалайды алмалар". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Жомарт қораз". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Добым, добым, домалақ" пысықтау	қораз". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Кедергілерден сүрінбей өтіпкөр".	«Балапан» "Домалайды алмалар". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Домалайды алмалар". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Бірқатар етіп орналастырылған аяқтар арасымен жүгіру"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардыңсеруендегіқимыл-қозғалысынбақылау, ашықойындардыбекіту, негізгіқимыл-қозғалыстарындамытубойыншажаңажәнебелсендіемесбалаларменжекежұмыс.					

Залдағыөзіндікжұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықтытазалау. Желдету, сабаққадайындық, жобалықжұмыс, семинарға, педагогикалықкеңескедайындық, ата-аналарғаарналғанбұрыштардаақпаратдайындау, бақылау, балалардыңіс-әрекеті.
Өзіндікжұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамаменжұмыс, жоспарларды, циклограммалардыжазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықтытазалау, терезенітексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздікталаптарынсақтау.

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2022 - 2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Қазына » бөбекжайы.

Жоспардың құрылу кезеңі: қараша айы, 2022-2023 оқу жылы.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		31.10.2022ж.	01.11.2022ж.	02.11.2022ж.	03.11.2022ж.	04.11.2022ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (орамалмен). 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар орамалмен беттерін жауып, ""тауып ал"" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, орамалдарын умаждап ""жуамыз"" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып. (дәл осы жаттығу сол жаққа қайталанады және 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып: жерде отырады, аяқ алшақ, орамал тізе үстінде. 3.1. Жерге шалқасынан жатып, орамалмен беттерін жауып ""ұйықтайық"" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Орамалды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				

		Негізгі қимылдар 1) еденде тұрған тақтаймен өрмелеу; 2) алға жылжи отырып, екі аяқпен секіру.	"Орамал" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды шапшаңдыққа баулу, ойынға деген қызығушылықта рын арттыру. Балалар шеңбер құрып отырады, ал шеңбер бойымен бір бала жүгіреді, қолында орамалы болуы тиіс. Шеңбер бойынша отырған баланың біріне орамалды артына тастап кетуге тиісті. Бала артына бұрылып қарап, орамалды алып, орамал тастаған баланы қуып жетіп орамалды лақтырып тигізуі керек. Егер	Тыныс алу жаттығуы «Шарды үрлейміз» Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: бала шарды алып, алдымен қатты, сонан соң жаймен үрлейді.	Қимылды қозғалыс ойындары "Аралар мен аюлар" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: ауыспалы қадамдармен гимнастикалық сатымен өрмелеуге жаттықтыру; допты лақтыру мен қағып алуға жаттықтыру.	Ритмикалық жаттығулар Қолдарыңды көтеріңдер - бір дейік. Көп отырып, қатты шаршап жүрмейік. Қолды создық, басты бұрдық - екі деп, Қозғалыспен әрбір адам жетіледі. Алға, артқа қарадық та - үш дедік. Тағы жаңа жаттығулар істедік. Түсірейік қолды төрт пен бесті айтып, Отырайық көңілді енді марқайтып.
--	--	---	---	---	---	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15		1. Кіші тобы «Балапан» "Күнге ұқсаймыз". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Күнге ұқсаймыз". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Жомарт қораз". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Кедергілерден секіру".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Бізде жүк машинасы бар" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Кедергілерден сүрінбей өтіп көр". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Бірнеше қатарға тізілу"	1. Кіші тобы «Балапан» "Домалатайық қане біз". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Домалатайық қане біз". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Өрмелейік, қане біз". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Бірнеше қатарда эстафета ойындары"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Кел, допты лақтырайық" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Қораз секілді қанат қағайық". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Озамын десең - зерек бол".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Паровоз". 2. . Кіші тобы «Балапан» "Көліктегі жемістер". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Көліктегі жемістер". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Ішпен еңбектеу"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				

Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушы лық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		07.11.2022ж.	08.11.2022ж.	09.11.2022ж.	10.11.2022ж.	11.11.2022ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	"Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен). 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар жалауларын оң жаққа сермеп, ""желбіре"" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. 1.3. Балалар жалауларын сол жаққа сермеп, ""желбіре"" деген сөзді айтады. 1.4. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын жоғары көтеріп, жалауды сермеп ""жаса"" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып: жерде отырады, аяқ алшақ, жалаулар тізе үстінде. 3.1. Жерге шалқасынан жатып, жалауды жоғары желбіретіп ""тербе"" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып: (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Жалауды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады)."				

		Негізгі қимылдар 1) таяқ астынан тізе мен саусақты жерге тіреп төрт тағандап еңбектеу; 2) алға жылжи отырып, таяқ астынан тізе мен саусақты тіреп төрт тағандап еңбектеу.	"Жыланша" қимылды ойын-жаттығуы. Мақсат-міндеттер: бастаушының және бір-бірінің соңынан бағыттарды өзгертіп, тізбекті үзбей, арақашықты сақтап, жүгіре білу қабілетін жетілдіру.	Тыныс алу жаттығулары «Мақтаны ұшырайық» Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: ақ ұлпа жұмсақ мақталарды терең дем алу арқылы балалар үрлеп ұшырады .	Қимылды қозғалыс ойындары "Ормандағы аюда" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды ойын шартын бұзбай, тақпақ сөздерін айта жүріп, қимылдарды жасауға, бір-біріне соғылмай, бір бағытта жылдам жүгіруге дағдыландыру; ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Ойынға жүргізуші бала "аю" болып тағайындалады (тандалады), қалған ойыншылар - балалар. "Аю" алаңның бір шетінде, ұйықтаған болып, отырады. Балалар аланның	"Жаңбыр жауғанда" фонемо-ырғақ жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларды сөздердің ырғағына сай қимылдауға баулу; жаңбырға еліктеуге ынталандыру; артикуляцияны жаттықтыру. Жау, жау жаңбыр Жау жаңбыр! Арық суы мол болсын! Өсімдіктер мол болсын! Жауған жерін шөп болсын! Тырс-тырс! Тырс-тырс! (Бір аяқпен секіру) Тарс-тұрс! Тарс-тұрс! (Екінші аяқпен секіру) Шылп-шылп! Шылп-шылп!
--	--	---	---	---	---	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15		1. Кіші тобы «Балапан» "Доптарды лақтырайық". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Доптарды лақтырайық". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Машина зырылдап жүреді". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Пингвин сияқты секіру".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Аспанда ұшақ ұшып барады". 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Сан түрлі секіре аламыз". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Мен епті баламын"	1. Кіші тобы «Балапан» "Допты жоғарыға лақтырайық". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Допты жоғарыға лақтырайық". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Рулімізді бұрайық". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Мен епті баламын" пысықтау.	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Паровоз жүйткіп келеді". 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Зу-зу етіп көшеде". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Ойын шартын ұстанайық".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қояндар көгалда ойнап жүр". 2. Кіші тобы «Балапан» "Аюмен жарысайық!" 3. Кіші тобы «Ботақан» "Аюмен жарысайық!" 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "5 метр қашықтықтан тік нысанаға таяқ лақтыру"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		14.11.2022ж.	15.11.2022ж.	16.11.2022ж.	17.11.2022ж.	18.11.2022ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	"Жалпы дамыту жаттығулары (сылдырмақтармен). 1. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар сылдырмақтарын жоғары көтеріп, екі қолымен сылдырлатады. 1.2. Бастапқы қалып (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын оң жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.2. Бастапқы қалыпқа келу. 2.3. Қолдарын сол жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.4. Бастапқы қалып (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып жерде отырады, аяқ алшақ, сылдырмақ ұстаған қолдары екі жанында. 3.1. аяқтарын жинап, сылдырмақ ұстаған қолдарын жоғары көтеріп, сылдырлатады. 3.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Сылдырмақтарын артында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады)."				

		"Кім спортшы?" жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларды денсаулықты сақтау қағидаларына баулу; мәтінді ырғаққа сай айта жүріп, қимылдарды орындауға машықтандыру. Кім спортшы? Тек алға! (Орында адымдау) Жаттығуда адымда. Басымызды шайқаймыз, (Қол белде, басты екі жаққа бұру) Бір-екі, бір-екі. Денемізді иеміз, (Алға еңкею) Бір-екі, бір-екі. Қолымызды көтереміз, қайта төмен түсіреміз, (Қол жоғары, төмен түсіру) Денемізді созамыз. (Аяқ ұшымен тұру, керілу) Аяқты алшақ, қоямыз, (Аяқты кең ашып секіру) Бір, екі! Адымда, (Орында адымдау) Бізде бәрі тамаша! Спортшы болсаң, шаршама! (Қол шапалақтау) Аударған А. Кокенова.	"Үшінші артық" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды ойынды зерек болып ойнауға, шапшандыққа, жылдамдыққа, қимылдарды үйлестіре білуге дағдыландыру; кеңістікті бағдарлай білуді, күш-жігерін дамыту; достыққа тәрбиелеу. Санамақ бойынша ойынды бастайтын екі бала таңдалынады: бірі қуғыншы, екіншісі қашады. Балалар тобының жартысы шеңберге тұрады. Қалған	Тыныс алу жаттығулары Тыныс алу жаттығулары "Мені асықпай қуып жетіндер" ойыны. Педагог қолдарын жоғары көтеріп, төмен түсіріп, дем алу, дем шығару жаттығуларын жасайды. Сол арқылы балалар да педагогқа еліктеп, жаттығуларды қайталайды.	Қимылды қозғалыс ойындары "Ақ серек, көк серек" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды ойын шарты бойынша ойнауға, мұқият және белсенді болуға; батылдыққа, жылдамдыққа, жеделдеп жүгіруге баулу; балалардың тіл байлығын жетілдіру, достық қарым-қатынастарын дамыту. Ойын ашық алаңда өткізіледі. Ойынға қатысушылар екі топқа бөлінеді. Аралығы 30-40 метрдей жерге бір-біріне қарама-қарсы орналасады. Қаз-	Ритмикалық жаттығулар "Дене мүшелері" жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балалардың дене мүшелері туралы түсініктерін тиянақату; мәтінді ырғаққа сай айта жүріп, қимылдарды орындауға машықтандыру. Мынау - менің жүрегім, (Екі қолды кеудеге қою) Бәрі осыдан басталған. Мынау – басым ақылды, (Екі алақанды басқа қою, сипау) Бәрін осы басқарған. (Сұқ саусақ жоғары) Мынау – оң қолым, (Екі қолды кезек - кезек екі жаққа
--	--	---	--	--	---	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15		1. Кіші тобы «Балапан» "Көпірден құлап кетпейік". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Көпірден құлап кетпейік". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Сұр көжек". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Бір жанымен, шапшаң қадаммен жүру".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Орман тұрғындарына қонаққа барайық". 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Аңдардың жүрістеріне еліктейік". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Мергендікті шыңдайық"	1. Кіші тобы «Балапан» "Тура бағытта жүреміз". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Тура бағытта жүреміз". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Қоян секілді секірейік". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Түрлі нысандарды көздеп түсіру"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Аңдар балаларға қуанады". 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Еркін жүгіреміз". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Ойын жүргізуші".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Бір, екі, үш! Жүгірі!" 2. Кіші тобы «Балапан» "Қасқырдан ептіміз". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Қасқырдан ептіміз". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Алға жылжи отырып бір аяқпен секіру"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		21.11.2022ж.	22.11.2022ж.	23.11.2022ж.	24.11.2022ж.	25.11.2022ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	"Жалпы дамыту жаттығулары. 1. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар сылдырмақтарын жоғары көтеріп, екі қолымен сылдырлатады. 1.2. Бастапқы қалып (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын оң жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.2. Бастапқы қалыпқа келу. 2.3. Қолдарын сол жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.4. Бастапқы қалып (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып жерде отырады, аяқ алшақ, сылдырмақ ұстаған қолдары екі жанында. 3.1. аяқтарын жинап, сылдырмақ ұстаған қолдарын жоғары көтеріп, сылдырлатады. 3.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Сылдырмақтарын артында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады)."
---------------	------------------	--

		"Қане, көрсет" жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балалардың ойлау, қабылдау, зейін, елестету, пантомималық қабілеттерін дамыту; көліктер туралы түсініктерді пысықтау; ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Балаларды шеңберге немесе қатарларға тұруға ұсынуға, ырғақты әуенді қосып қоюға болады. Ұшақ ұшып келеді, қане, көрсетші. (Қол екі жаққа созу, денені екі жаққа қозғалту) Машина жүріп келеді, көрсетші. (Рөлді айналдырған сынай таныту) Пароход жүзіп келеді, қане, көрсетші. (Алақанды қосып, толқын тәрізді қолды екі жаққа ирелендету) Мотоцикл жүріп келеді, қане, көрсетші. (Екі қолды жұдырыққа түю, қолды кезек-кезек екі жаққа бұру)	"Кім қапшаны алыс лақтырады?" қимылды ойын-жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларда белгі бойынша әрекет ету біліктіліктерін дамыту, оң және сол қолымен қапшықты алысқа лақтыруды, жүгіруді, түсті тануды жаттықтыру.	Тыныс алу жаттығулары "Түлкіні тап" ойыны. Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Біріңнің артыңнан бірің ақырын жүріп отырып, асықпай іздейміз, түлкіні тауып алған балалар қолдарыңды жоғары көтересіңдер! Педагог балаларды осылай ынталандырып, ойын түрінде тыныс алу жаттығуларын өзімен бірге орындатады.	Қимылды қозғалыс ойындары "Шеңберден шеңберге" қимылды ойын-жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларды шеңберлерге бақытты ауыстырып екі аяқпен секіруге дағдыландыру; күш-жігерін дамыту.	Ритмикалық жаттығулар "Қатарға тұрып билейік" жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларды жаттығу барысында ырғаққа сай қозғалып, сөздерді бірге айта жүріп, айтылған дене мүшелерін қозғауға машықтандыру; қабылдау, зерек болу қабілеттерін, вестибуляр аппаратын дамыту. Жаттығуды көңілді әуен жазбасын қосып өткізуге болады. Қатарға тұрып билейік, Мүшелерді көрсетейік: Басты оң-солға бұрып, Қос иықты көтерейік.
--	--	---	--	--	--	---

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15		1. Кіші тобы «Балапан» "Қасқыр мен қоян". 2. Кіші тобы «Балапан» "Қасқыр мен қоян". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Бауырсақ әлемі". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Арқан астынан еңбектеу".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Бауырсаққа қонаққа барайық" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Иілгіш боламыз". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Бір аяқпен кезек-кезек секіру"	1. Кіші тобы «Балапан» "Біз ептіміз". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Біз ептіміз". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Бауырсақ секілді көңілді жүрейік". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Бір аяқпен кезек-кезек секіру" пысықтау	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Гүлдерді терейік" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Жылан тәрізді болайық". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Қимылдарды қалай танимыз?"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Біз қарларды домалатамыз" 2. Кіші тобы «Балапан» "Секірейік, тоңбайық!" 3. Кіші тобы «Ботақан» "Секірейік, тоңбайық!" 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Биіктігі 60 см кедергі заттар арқылы өрмелеп өту"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		28.11.2022ж.	29.11.2022ж.	30.11.2022ж.	01.12.2022ж.	02.12.2022ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	"Жалпы дамыту жаттығулары (алақанға шақ текшелермен). 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар қолдарын алға созып, алақандарын ашып, текшелерін көрсетіп ""міне"" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, текше ұстаған қол көкірек тұсында. 2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, текшелерін көрсетіп ""міне"" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып. (дәл осы жаттығу сол жаққа және 4 рет қайталанады). 3.Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене бос, қол төменде. 3.1. Жерге отырып, қолдарын алға созып ""міне"" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, текше ұстаған қол көкірек тұсында. 4.1. Бір орында тұрып секіру, екі қолды көкірек тұсында ұстап, алақандарын жұму. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады)."				

		"Күлімдейміз күндей" жаттығуы. Күлімдейміз күндей (қолдарын жоғары көтеріп, күннің бейнесін жасайды), Жабырқауды білмей (қолдарын жандарына жібереді). Күннен шуақ аламыз (қолдарын жоғары көтереді), Біз бақытты баламыз (қолдарын жандарына жібереді). Г. Кужагулова.	"Сызықты баспа" қимыл жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларды бір бағытта, жылжи отырып, екі аяқпен секіруге дағдыландыру. Балалардың секіру жолы бойына көлденең сызықтар салынады немесе жіптер төселінеді. Күрделенуі: сызықтардан уақытқа жылдам секіруге шақыру.	Тыныс алу жаттығулары «Жалаушаларды ұшыру, көкке көтеру» Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: түрлі-түсті кішкентай жалаушаларды балалар үрлеп ұшырады..	Қимылды қозғалыс ойындары "Қаршыға мен қарлығаш" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды ойын шартын бұзбай, белгілер бойынша ойнауға, шапшаңдыққа тәрбиелеу. Ойыншылар екі топқа бөлініп, екі бағытқа қарап, екі қатарға тұрады. Бұлардың бір қатары "Қаршығалар" да, екінші қатарындағылар "Қарлығаштар" болады. Бір ойыншыны санамақ арқылы басқарушы ретінде тандайды	Ритмикалық жаттығулар "Ұшты, ұшты не ұшты?" ойыны. Мақсат-міндеттер: ненің ұшатынын, ненің ұшпайтынын, аңғарымпаздыққа тәрбиелейді. Ойынға қатысушыларға бастаушының сөзін қалт жібермей бағып отыру шарт. Ұшатын құс не зат айтылса, қолдарын жоғары көтереді де, ұшпайтын зат айтылса тырп етпей отырады. Қателескен бала айып тартып тақпақ айтады не ән салады. Екі рет жаңылса айып шарты, ұлғая түседі. Бастаушы ойынды былай жүргізеді:
--	--	---	---	---	---	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15		1. Кіші тобы «Балапан» "Кенгуру ұқсап секірейік". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Кенгуру ұқсап секірейік". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Ұйқыдағы аю". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Еңіс тақтайдың үстімен жүру".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қысқы орманға саяхат" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Тепе-теңдікті сақтайық". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Арақашықтықты сақтаймыз"	1. Кіші тобы «Балапан» "Қоян секіруге шақырады". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Қоян секіруге шақырады". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Қорбандаған аю" 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Қаппен қалай секіреді?"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қысқы жолдармен жүруді үйренейік" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Бағытты өзгертіп жүгіреміз". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Досқа нені үйретемін?"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қазақстаным, алға!" 2. Кіші тобы «Балапан» "Тәуелсіз Қазақстан". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Тәуелсіз Қазақстан". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Хоп-фитболдармен секіру"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2022 - 2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған оқу іс-әрекеттің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Қазына» бөбекжайы

Жоспардың құрылу кезеңі: желтоқсан айы, 2022-2023 оқу жылы.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		05.12.2022ж.	06.12.2022ж.	07.12.2022ж.	08.12.2022ж.	09.12.2022ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамытушы жаттығу 1. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты оң қолмен ұстап тұру. 1–1 екі қолды жан-жаққа созу, қайтадан допты алу. 1–2 бір қолды алға созып, допты сол қолға ауыстыру, екі қолды жан-жаққа созу, бастапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыда екі қолмен ұстап тұру. 2–1 жерге отыру, допты жерге қою. 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 2–3 жерге отыру, допты жерге қою; 2–4 бастапқы қалыпқа келу (4 рет); 3. Бастапқы қалыпаяқты алшақ қойып, допты алдыға екі қолмен ұстап тұру. 3–1 еңкею, допты жерге қою. 3–2 бастапқы қалыпқа келу; 3–3 еңкею, допты жерге қою; 3–4 бастапқы қалыпқа келу (3 рет).				

		"Аю қалай жүгіреді?" қимылды ойыны Педагог балаларды екі командаға бөліп, бір сызыққа тұрғызып, белгіленген межеге дейін сапта бірінің артынан бірі арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру керектігін айтады. Педагог жүгіру кезінде "Аю қалай жүгіреді?" дегенде балалар аюдың кейпіне түсіп, маймаңдап жүгіре бастайды. Педагог балаларға қандай жүгіру түрі болмасын арақашықтықты сақтап, жүгіру керектігін түсіндіреді және қалай жүгіру керектігін тағы да естеріне салады. Екі командадағы балалардың қайсысы ережеге сай және тез жүгіреді, сол команда жеңген болып есептеледі.	"Қарды ұшырайық" тыныс алу жаттығуы (мақтаны қолдану). Мақсат-міндеттер. Балалардың тыныс алу жүйесін дамыту; қардың қасиеті жөнінде алғашқы ұғымдарды қалыптастыру; жасалып жатқан жаттығудан жағымды әсер алуға баулу. Алғашында педагог балаларға жаттығуды жасау үлгісін көрсетеді: мақта мамығын ашылған алақанға салып, үздіксіз үрлейді. - Балалар, мамық қарды ұшырайықшы. Мен алақанымды ашып, оған үздіксіз үрлеймін. - Қарға не биолды? - Иә, қар ұшып кетті.	"Қорбандаған аю" қимылды ойыны. Мақсат-міндеттер: балалардың бір бағытта бір-бірімен соқтығыспай жүру және жүгіру қабілеттерін бекіту. Барысы: балалар бір қатарда, аю болатын бала қарама-қарсы жақта тұрады. Балалар тақпақты айтып аюға қарай жүреді. Балды жақсы көреді, Аю деген жануар. Қорбандап ол жүреді, Аю деген жануар. Осыдан кейін аю ойыншылардың артынан жүгіреді, ал олар одан үйге қашады. Аю ұсталған баланы апанға апарады. Ойын қайта басталады. Аю 2-3 баланы ұстағаннан кейін, екінші бала "аю" болып тағайындалады.	Тыныс алу жаттығуы: Ку - ка - ре, ку - ка - ре – ку, ку - ка - ре - ку. Табанды шынықтыру массаждары: 1. «Балапандар серуенге шықты» шик - шик - шик. 2. Табанға арналған денсаулық кілемшелерімен жүру. 3. Ілпекті жолмен жүру. 4. Тастардың үстерімен жүру. 5. Кірпі тікенектеріне ұқсас төсеніштермен жүру. 6. Табандар арқылы жүру.	"Белгіні тыңда" қимылды ойыны. Мақсат-міндеттер: жүрудің әртүрлі түрлерін жаттықтыру. Барысы: балалар қатар бойымен жүреді, педагогтің белгісі бойынша аяқтың ұшымен, өкшемен, аяқтың ішкі дағымен, сыртқы жағымен жүреді.
--	--	---	--	---	---	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15		1. Кіші тобы «Балапан» "Алға, Қазақстан!" дамыту. 2. Кіші тобы «Ботақан» "Алға, Қазақстан!" дамыту. 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Тәуелсіз елім" 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Төрт тағандап еңбектеу".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Отанымыздың жауынгерлері" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Сапты бұзбай еңбектейміз". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Бір, екі.. секіреміз!"	1. Кіші тобы «Балапан» "Тальго пойызы". әрекетін пысықтау. 2. Кіші тобы «Ботақан» "Тальго пойызы". әрекетін пысықтау. 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Жайна елім менің!" 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Бір, екі.. секіреміз! пысықтау" лақтыруды пысықтау.	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қазақстанның спортшылары!" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Мен - чемпион". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Озаттар эстафеталары".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Аққала" 2. Кіші тобы «Балапан» "Қалайық қардан аққала". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Қалайық қардан аққала". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Арқаннан екпінмен қарғу"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
-------------	--------	----------	----------	----------	---------	------

		12.12.2022ж.	13.12.2022ж.	14.12.2022ж.	15.12.2022ж.	16.12.2022ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен). 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар жалауларын оң жаққа сермеп, ""желбіре"" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. 1.3. Балалар жалауларын сол жаққа сермеп, ""желбіре"" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. 1.4. Бастапқы қалып: (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын жоғары көтеріп, жалауды сермеп ""жаса"" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып: жерде отырады, аяқ алшақ, жалаулар тізе үстінде. 3.1. Жерге шалқасынан жатып, жалауды жоғары желбіретіп ""тербе"" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Жалауды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				

		"Көк жалау" қимылды ойыны Мақсат-міндеттер. Намысшылдыққа, патриотизмге, ептілікке баулу. Ойын шарты. Балаларды екі командаға бөліп, бір сызықты белгілейді, екі команда екі жақтағы шекарада болу керектігін айтады. Педагогтің қолында бір жалау болады. Бір команда балалары "мемлекет", екінші команда балалары "ру" болады. "Ру" мемлекет болуы үшін қарсыдағы мемлекеттің туын алу керек. Егер алса, мемлекет құлайды, ала алмаса, мемлекетке бағынады. Екі командадағы балалардың қайсысы ережеге сай ойнайды, сол команда жеңген болып есептеледі. Ойын кезінде жалауға таласып қалмау керектігі ескертіледі. Балалар бұл ойынды алғашқы рет ойнап жатқандықтан әділ төреші педагогтің өзі	«Ұлпақар» тыныс алу гимнастикасы (мақта) Қатты боран басылды (жаймен тырсылдатады) Күн жарқырай ашылды (қолдарымен күн жасайды) Көктен төмен әдемі ұлпақарлар шашылды. Тәулік бойы тынбайтын, Болайықшы ұлпақар. 1, 2, 3, 4, 5 Ұлпақарлар ұш! (алақандарындағы ұлпақарлаға үрлейді)	"Топ-топ басайық" ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды мәтінде айтылған сөздерге сәйкес қимылдарды орындауға үйрету . Топ, топ, топ, топ басайық (шеңберге тұру) Жалаудан күн жасайық (қоладарын көтеру) Жаса, жаса, алтын күн (бір орында аяқты нық басып жүру) Жаса, жаса, алтын күн Біраз уақыттан кейін тәрбиеші: "Тоқта!». Балалар баяулап, тоқтайды. Ойын қайталанады.	Ритмикалық жаттығулар Мақсаты. Балаларды мәтінді педагогтан кейін айта отырып, жаттығулар жасауға үйрету. Сағаттың тіліндей, Иіліп оңға бір, Сағаттың тіліндей Иіліп солға бір. 1, 2, 3, 4, 5 Секіреміз, Айналамыз, Жаттығу жасаймыз!	
--	--	---	---	--	---	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15		1. Кіші жас тобы «Балапан» "Аққала". 2. Кіші жас тобы «Ботақан» "Аққала". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Жаңа жыл, жаңа нұр!" 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Тепе-теңдікті сақтап жүру" .	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Кел, допты домалатайық" 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Шырша ойыншығын қолға ұста". 5. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Орнынан қос аяқтап қарғып, секіру." 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Қош келдің, Жаңа жыл!"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Аққаламен футбол ойнайық" 2. Кіші жас тобы «Балапан» "Домалатайық қане біз". 5. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Бағытты өзгертіп жүру"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Жаңа жылғы сыйлықтарды табайық" 2. Кіші жас тобы «Балапан» "Жаңа доп". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Жаңа жыл құтты болсын!" 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Шеңбердегі қызықтар".	
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
-------------	--------	----------	----------	----------	---------	------

		19.12.2022ж.	20.12.2022ж.	21.12.2022ж.	22.12.2022ж.	23.12.2022ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (доппен). 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар доптарын жоғары көтеріп, екі қолды қайшылайды. 1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын иыққа көтеріп, доптарын қояды. 2.2. Бастапқы қалып: (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып: жерде отырады, аяқ алшақ, доп ұстаған қолдары екі жанында. 3.1. Аяқтарын жинап, доп ұстаған қолдарымен құшақтайды. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Доптарын көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				

		"Кім епті?" қимылды ойыны Ойын шарты. Педагог балаларды екі командаға бөліп, бір сызыққа тұрғызып, белгіленген межеге дейін 3 м қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяқтап секіру керектігін айтады. Педагог секірудің бір бағытта ғана болатынын балаларға түсіндіреді және қалай секіру керектігін тағы да естеріне салады. Екі командадағы балалардың қайсысы ережеге сай және тез секіреді, сол команда жеңген болып есептеледі.	Тыныс алу жаттығулары "Түлкіні тап" ойыны. Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Біріңнің артыңнан бірің ақырын жүріп отырып, асықпай іздейміз, түлкіні тауып алған балалар қолдарыңды жоғары көтересіңдер! Педагог балаларды осылай ынталандырып, ойын түрінде тыныс алу жаттығуларын өзімен бірге орындатады.	"Ақ қоян" қимылды ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды жылдамдыққа, мықтылыққа баулу. Барысы: балалар шеңбер жасап тұрады да, ал бір бала ортада қоян болып отырады. Шеңбердегі балалар қол ұстасып қоянды айнала жүріп тақпақ айтады. – Ақ қоян-ау, ақ қоян! Орныңнан тұрсаңшы, Шашыңды тарасаңшы, Бетінді жусаңшы, Әдемі көйлек киеңші. Шеңбердің шетін үзсеңші, - дегенде қоян болған бала	Тыныс алу жаттығулары «Мақтаны ұшырайық» Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: ақ ұлпа жұмсақ мақталарды терең дем алу арқылы балалар үрлеп ұшырады .	«Допты кері лақтыр» қимылды ойыны Мақсат-міндеттер: допты дәл лақтыру және ұстап алу. Барысы: балалар екі қатарға тұрады. Бірінші қатардағы балалардың қолдарында бір доптан бар. Олар қарама-қарсы қатардағы балаларға доптарын лақтырады. Допты құлату саны ең аз болатын топ жеңіске жетеді.
--	--	---	---	---	---	---

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Жаңа жылдық сыйлығым". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Жаңа жылдық сыйлығым". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Жаңа доп". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Сыйлықтарды Аяз атаның қабына жинайық" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Аяз-Ата сыйлығына жетейік". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Биікке секіріп шығу"	1. Кіші тобы «Балапан» "Допты қағып алу". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Допты қағып алу". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Допты дәлдеп лақтыр". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Биікке секіріп шығуды пысықтау"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Менің жаңа жылғы сыйлығым" 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Тез адымдап жүреміз". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Аяз-атамен ойындар жарысы".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қармен ойнайық" 2. Кіші тобы «Балапан» "Дөңге өрмелейік". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Дөңге өрмелейік". 5. Мектепалды топ «Жұлдызша» "5 метр қашықтықтан допты жерге соғу"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		26.12.2022ж.	27.12.2022ж.	28.12.2022ж.	29.12.2022ж.	30.12.2022ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамытушы жаттығулар 1. Бастапқы қалып аяқтың арасын алшақ қойып, атластық таспаны ұстаған қолдарды алда ұстау; 1-1 атластық таспаларды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6-8 рет қайталау); 1-2 бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып тік тұру, атластық таспаларды екі қолмен ұстау; 2-1 жерге отырып, атластық таспаларды иық тұсына қою; тұрып, атластық таспаларды алға қою (4-5 рет қайталау); 2-2 бастапқы қалыпқа келу; 3. Екі атластық таспаны бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.
------------------	------------------	--

		"Қап тасиық" қимылды ойыны. Педагог балаларды екі топқа бөліп, қолдарындағы қапты бастарына қойып, ағаш егу үшін торға салу керегін айтады. Әр топтан шыққан бала ережеге сай тапсырма орындауы керек. Балалардың қайсысы ережеге сай және қапшаларды тез жеткізсе, сол топтың балалары жеңген болып есептеледі.	Тыныс алу жаттығулары "Шар" Қолға алып, желі жоқ әуе шарын, Үрлейміз шарымыз дәу болғанша. Дем алып, мұрынмен дем шығарып, Үрлейміз ішіне жел толғанша. Дем алып, мұрынмен дем шығарып, Үрлейміз ішіне жел толғанша.	"Сыйлықтар" қимылды ойыны. Педагог балаларды бір сапқа тұрғызады. Балалар кезекпен бөрененің үстінен адымдап жүру керек. Соңына жеткен кезде бөрененің екінші жағында балаларға арналған сыйлықтар тұрады. Сыйлық ретінде кішкентай доптарды пайдалануға болады. Әрі қарай ойынды күрделендіру мақсатында кішкентай доптармен ойын ұйымдастыруға болады. Мысалы: кішкентай доптарды жерге шашып тастайды. Балаларды екі топқа бөледі. Әр топтың алдында бір себеттен тұрады. Педагог белгісі бойынша әр топ өз себеттеріне мүмкіндігінше көп доптар жинауы	Тыныс алу жаттығуы «Шарды үрлейміз» Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: бала шарды алып, алдымен қатты, сонан соң жаймен үрлейді.	"Өз үйінді тап!" қимылды ойыны. Шарты: жүргізуші сайланады. Қалған балалар алдын-ала өздеріне орын таңдайды. Ол олардың "үйі" болмақ. Олар зал ішінде музыка әуенімен секіреді, жүреді, жүгіреді. Педагогтің белгісі бойынша әр бала өз үйіне жүгіреді. Жүргізуші кез-келген бір баланың үйін кіріп алады. Үйсіз қалған бала жүргізуші болады.
--	--	--	--	--	--	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Біз қалай өрмелейміз?" 2. Кіші тобы «Ботақан» "Біз қалай өрмелейміз?" 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Сырғанаймыз шанамен". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Ұзындыққа секіру".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Пингвиндер ұқсап секірейік" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Қысқы ойындар". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Кезек-кезек допты жерге соғу"	1. Кіші тобы «Балапан» "Біз қалай өрмелейміз?" 2. Кіші тобы «Ботақан» "Біз қалай өрмелейміз?" 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Қалай сырғанайтынымызды көрсетейікші". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Допты жерге соғу ойындары"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қарға секірейік" 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Қалай сырғанайтынымызды көрсетейікші". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Қысқы эстафеталар".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қысқы жолдармен жүрейік" 2. Кіші тобы «Балапан» "Дені саудың - жаны сау". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Дені саудың - жаны сау". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Екі тобық арасына доп қысып алып жүру"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2022 - 2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Қазына» бөбекжайы

Жоспардың құрылу кезеңі: қаңтар айы, 2022-2023 оқу жылы.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		02.01.2023ж.	03.01.2023ж.	04.01.2023ж.	05.01.2023ж.	06.01.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (сылдырмақтармен). 1. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар сылдырмақтарын жоғары көтеріп, екі қолымен сылдырлатады. 1.2. Бастапқы қалып (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын оң жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.2. Бастапқы қалыпқа келу. 2.3. Қолдарын сол жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.4. Бастапқы қалып (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып жерде отырады, аяқ алшақ, сылдырмақ ұстаған қолдары екі жанында. 3.1. аяқтарын жинап, сылдырмақ ұстаған қолдарын жоғары көтеріп, сылдырлатады. 3.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Сылдырмақтарын артында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады).				

				"Қимылдарды қайталаймыз". Мақсат-міндеттер. Аталған ойынның тағы бір нұсқасы. Педагог қандай да бір қимылды көрсетеді, ал балалар біреуінен немесе екеуінен басқа барлық қимылдарды қайталайды. Мысалы, егер жүргізуші қолын жоғары көтерсе, балалар шапалақ ұруы керек; қолдары екі жакқа созылғанда, балалар аяқтарын тыпырлатады. Кім қателессе, сол жүргізуші атанады.	"Стоп-кадр" пантомима жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларға жан-жануар, құстың қимылын көрсетуді және "стоп-кадр" белгісі бойынша қимылдап жатқан сол кейпінде қозғалмай, "қатып қалу" қалпын көрсете білуге дағдыландыру; вестибуляр аппаратын, зейінін, ой-қиялын дамыту. - Балалар, қазір сендер әуенді тыңдап, жан-жануарды, құсты немесе жәндіктің қимылдарына еліктейсіңдер.	Тыныс алу жаттығулары «Мұрынмен дұрыс тыныста, ауызбен дұрыс дем шығар» Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: Балалар мұрынмен терең тыныс алып, ауызбен ауаны ұртқа жинамай, жәйменен дем шығарады.
--	--	--	--	---	--	---

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15			Қысқы демалыстар	Қысқы демалыстар	Қысқы демалыстар
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		09.01.2023ж.	10.01.2023ж.	11.01.2023ж.	12.01.2023ж.	13.01.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (орамалдармен). 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар орамалмен беттерін жауып, "тауып ал" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, орамалды уажадап "жуамыз" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып. (дәл осы жаттығу сол жаққа қайталанады және 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып: жерде отырады, аяқ алшақ, орамал тізе үстінде. 3.1. Жерге шалқасынан жатып, орамалмен беттерін жауып "ұйықтайық" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Орамалды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				

		«Ұлпақар» тыныс алу гимнастикасы (мақта) Қатты боран басылды (жаймен тырсылдатады) Күн жарқырай ашылды (қолдарымен күн жасайды) Көктен төмен әдемі ұлпақарлар шашылды. Тәулік бойы тынбайтын, Болайықшы ұлпақар. 1, 2, 3,4, 5 Ұлпақарлар ұш! (алақандарындағы ұлпақарлаға үрлейді)	"Торғайлар мен мысық" қимылды ойыны Ойынның мақсат-міндеттер: балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру; зейіндерін, байқағыштықтарын және жүгіру дағдыларын дамыту. Ойынның шарты: жерді шеңбермен белгілеу керек. Ортада Педагогпен тағайындалған бала жүреді – ол мысық. Қалған балалар шеңбердің сыртында - олар торғайлар	Тыныс алу жаттығуы «О-у-м» дыбыстары Педагог балалардың назарын өзіне аударып: - Балалар, музыка ойнамас бұрын алдымен дыбыстарды айту арқылы миымызды дем алдырып алайық. - «О-о-у-у, м-м-м-м... » деп созып, дыбыстарды айту бас миының барлық бөлігіне оң әсер етеді. - Бастапқы қалыпты ұстап, еркін тұрамыз. - Енді, терең дем алып, ауаны сыртқа шығарған кезде дыбыстарды келесі ретпен «О-о-у-у, м-м-м-м... » деп созып, қатты дауыстап	Қимылды ойын. Ұлттық ойын «Бәйге». (дене шынықтыру) Балаларды әртүрлі жарысқа қатысуға үйрету (кім бұрын жылжиды, кім бұрын озады сол жеңіске жетеді). Балаларды достарының жеңісіне жеткеніне қуануға үйрету.	"Бір мұрын қуысымен тыныста" тыныс алу жаттығуы. Мақст-міндеттер: балаларды тыныс алу бұлшық еттерін, жоғарғы және мұрын қуыстарындағы тыныс алу жолдарын шынықтыра білу қабілеттерін дамыту. Бастапқы қалып - отырып, тұрып, денені тұзу, бос ұстау. Оң қолдың сұқ саусағымен он мұрын қуысын жауып, сол мұрын қуысымен ақырын ұзақ тыныс алу (төмен, орташа, жоғары тыныспен)
--	--	---	--	--	--	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Қыс қызығы қарда". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Қыс қызығы қарда". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Ақшақарлар билейді". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Жыланша жорғалау".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Міне, қалай қар сықырлайды" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Қар үстіндегі жолдар". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Екі тобық арасына доп қысып алып жүруді пысықтау"	1. Кіші тобы «Балапан» "Қыста қандай ғажап". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Қыста қандай ғажап". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Әдемі билейміз". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "3 метр қашықтықтан тура бағытта доп домалату"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қарды алысқа лақтырайық" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Ақшақарлар секілді билейміз". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Қар атысайық".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қысқы жолмен" 2. Кіші тобы «Балапан» "Қысқы ормандағы аңдар". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Қысқы ормандағы аңдар". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» Доппен жаттығулар
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		16.01.2023ж.	17.01.2023ж.	18.01.2023ж.	19.01.2023ж.	20.01.2023ж.

Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары. 1. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар сылдырмақтарын жоғары көтеріп, екі қолымен сылдырлатады. 1.2. Бастапқы қалып (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын оң жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.2. Бастапқы қалыпқа келу. 2.3. Қолдарын сол жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.4. Бастапқы қалып (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып жерде отырады, аяқ алшақ, сылдырмақ ұстаған қолдары екі жанында. 3.1. аяқтарын жинап, сылдырмақ ұстаған қолдарын жоғары көтеріп, сылдырлатады. 3.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Сылдырмақтарын артында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады).

		"Алып және ергежейлі" тыныс алу жаттығуы. – Балалар, өзімізді "Алып" деп санап көрейік. Ол үшін демді ішке тартамыз да, аяқтың ұшымен тұрамыз. Қолымызды жоғары көтереміз. Тамаша! – Мүмкіндігінше бар күшімізбен созыламыз. – Ал енді, біз "Ергежейліге" айналамыз. Баяу қолымызды түсіреміз, демімізді сыртқа шығарамыз. Қос аяқтап жерге отырамыз, қолдарымызды еденге тигіземіз. Басымызды еңкейтіп, иекті мойынға тигіземіз. – Жарайсындар!	Аңшылар мен қояндар" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттері. Балаларды ойын шартын бұзбай ойнауға дағдыландыру; мергендікке, дәлдікке, шапшаңдыққа, жылдамдыққа, қимылдардың үйлестеіре білуге бейімдеу; ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Балалар тобынан арасынан бір-екі бала "аңшы" болып (өз қалауларымен немесе санамақ арқылы) тағайындалады. Қалған балалар - "қояндардың" рөлін ойнайды. Педагог ойынды бастайды:	Тыныс алу жаттығулары "Түлкіні тап" ойыны. Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Біріңнің артыңнан бірін ақырын жүріп отырып, асықпай іздейміз, түлкіні тауып алған балалар қолдарыңды жоғары көтересіндер! Педагог балаларды осылай ынталандырып, ойын түрінде тыныс алу жаттығуларын өзімен бірге орындатады.	"Қар ұлпалары" эстафета ойыны. Педагог балаларды екі топқа(команда) бөледі. Жерде жатқан ұлпа қарларды балалар себетке салу керек. Ең көп ұлпа қарларды жинаған топ балалары жеңіске жетеді.	"Қарды ұшырайық" тыныс алу жаттығуы (мақтаны қолдану). Мақсат-міндеттер. Балалардың тыныс алу жүйесін дамыту; қардың қасиеті жөнінде алғашқы ұғымдарды қалыптастыру; жасалып жатқан жаттығудан жағымды әсер алуға баулу. Алғашында педагог балаларға жаттығуды жасау үлгісін көрсетеді: мақта мамығын ашылған алақанға салып, үздіксіз үрлейді. - Балалар, мамық қарды ұшырайықшы. Мен алақанымды
--	--	--	--	---	---	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Біз шеңбер құра аламыз" 2. Кіші тобы «Ботақан» "Біз шеңбер құра аламыз" 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Маубас аю". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Аңдардан ептіміз".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Біз шеңбер құра аламыз" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Аңдарға еліктеп жүреміз, секіреміз, жорғалаймыз". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Доппен эстафеталар"	1. Кіші тобы «Балапан» "Қай аңның ізі?" белгіленген 2. Кіші тобы «Ботақан» "Қай аңның ізі?" белгіленген 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Аю ұйықтағанды жақсы көреді". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Бөрене үстімен төрт тағандап еңбектеу"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Түзу шеңбер" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Жануарлар қалай қыстайды?" 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Аңдар туралы ойындар".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Құстар ұшып самғайды" 2. Кіші тобы «Балапан» "Құстарға жем шашайық". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Құстарға жем шашайық". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Еңбектеу жаттығулары"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		23.01.2023ж.	24.01.2023ж.	25.01.2023ж.	26.01.2023ж.	27.01.2023ж.

Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен). 1. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар жалаумен беттерін жауып, "тауып ал" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, жалауды умаждап "жуамыз" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып (дәл осы жаттығу сол жаққа қайталанады және 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып - жерде отырады, аяқ алшақ, жалау тізе үстінде. 3.1. Жерге шалқасынан жатып, жалаумен беттерін жауып "ұйықтайық" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып - аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Жалауды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады).

		Негізгі қимыл жаттығулары - доптан аттап бір жанымен жүру; - жылдамдыққа, кегльдер арасымен жүре отырып, жүрумен алмастыра отырып 100-120 м қашықтыққа жүгіру; - 4 м арақашықтықтан қапшықты тік нысанаға иықтан асырып, оң қолмен лақтыру; Педагог өткен оқу қызметтерін пысықтау мақсатында "4 м арақашықтықтан қапшықты тік нысанаға иықтан асырып, оң қолмен лақтыру" жаттығуын естеріне түсіреді. Балалар педагог көрсеткен жаттығуды қайталайды	"Жылан тәрізді болайық" қимылды ойыны. Мақсат-міндеттер. Сылдырмаққа дейін еңбектеп баруды үйрету. Әр бала орындықта отырады. Балалардан 3-4 м жердегі сылдырмақ жатады. Есімі аталған бала педагог белгілеген жерге дейін жорғалап (еңбектеп) баруы керек. Сылдырмақты қолына алып, бір-екі рет сылдырлатады да, қайтып орнына келеді.	"Ұшты-ұшты" дидактикалық ойыны. Мақсат-міндеттер: есту зейінін дамыту. Міндеттері: балаларды ұшатын және ұшпайтын заттарды тануға үйрету. Зейінді, есте сақтауды, сөйлеуді және логикалық ойлауды дамыту. Құстарға деген құрмет сезімін тәрбиелеу. Ойын барысы. Ойынды үй ішінде де сыртта да ойнауға болады. Ойынға қатысушыларға бастаушының сөзін қалт жібермей бағып отыру шарт. Ұшатын құс не зат айтылса, қолдарын жоғары көтереді	"Мысық пен тышқан" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттері. Балаларды ойын шартына сай ойнауға, рөлді дәл атқаруға бейімдеу; зеректікке, шапшаңдыққа, жылдамдыққа, жылдам жүгіруге машықтандыру; шыдамдылыққа, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Ойынға қатысушылар шеңбер құрып тұрады. "Мысық" пен "тышқанды" балалардың қалаулары бойынша немесе санамақ арқылы тағайындауға болады. Ойын басталар	"Допты қуалап ұста!" қимылды ойыны. Педагогтің қолында себетке салынған доптар. "Хоп!" деген белгімен педагог доптарды еденге домалатып жібереді. Балалар доптың артынан жүгіреді, әрбіреуі бір доптан алып себетке салады, педагог себетті баланың жоғары көтерген қолының деңгейінде ұстайды және балалар өз орындарына барады. Тапсырманы әр бала 2-3 реттен орындайды.
--	--	---	--	---	--	---

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Көгершінмен ойын ойнайық". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Көгершінмен ойын ойнайық". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Суықторғай". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Құстардай қайраттымыз".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Құстарға жем берейік" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Жылдам және епті құстар". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Еңбектеу жаттығуларын пысықтау"	1. Кіші тобы «Балапан» "Құстармен бірге ойнайық". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Құстармен бірге ойнайық". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Біз құстарды аялаймыз!" 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Кедергі заттар арасымен хоп-фитболмен жүгіру"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Орманнан шыққан дыбыстар" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Құстарға жем шашайық". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Қамқоршылар тобы".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қар жауса - балалар қуанады" 2. Кіші тобы «Балапан» "Еңбектеген марғау". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Еңбектеген марғау". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Кедергілерді асу жаттығулары"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2022 - 2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Қазына» бөбекжайы

Жоспардың құрылу кезеңі: ақпан айы, 2022-2023 оқу жылы.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		30.01.2023ж.	31.01.2023ж.	01.02.2023ж.	02.02.2023ж.	03.02.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (алақанға шақ текшелермен). 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар қолдарын алға созып, алақандарын ашып, текшелерін көрсетіп ""міне"" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, текше ұстаған қол көкірек тұсында. 2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, текшелерін көрсетіп ""міне"" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып. (дәл осы жаттығу сол жаққа және 4 рет қайталанады). 3.Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене бос, қол төменде. 3.1. Жерге отырып, қолдарын алға созып ""міне"" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, текше ұстаған қол көкірек тұсында. 4.1. Бір орында тұрып секіру, екі қолды көкірек тұсында ұстап, алақандарын жұму. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				

		Балалардың деңсаулығының нығаюына ықпал ету, күнделікті дене шынықтыру жаттығуларын жасау әдебін тәрбиелеу. Кешенді жаттығу. Сағаттың тіліндей Иіліп оңға бір, Сағаттың тіліндей Иіліп солға бір, Оң аяқ, сол аяқ Жаттығу оңай-ақ.	"Баскетбол" қимылды ойыны. Педагог балаларды екі топқа бөліп, баскетбол добына арналған торға белгіленген нысанадан аспай, допты көкірек тұсынан дәлдеп лақтыру керегін айтады. Қай топ балалары допты дұрыс және көп лақтырады, сол топ жеңеді. Ойын 2-3 айналымды құрайды.	"Қарды ұшырайық" тыныс алу жаттығуы (мақтаны қолдану). Мақсат-міндеттер. Балалардың тыныс алу жүйесін дамыту; қардың қасиеті жөнінде алғашқы ұғымдарды қалыптастыру; жасалып жатқан жаттығудан жағымды әсер алуға баулу. Алғашында педагог балаларға жаттығуды жасау үлгісін көрсетеді: мақта мамығын алақанға қойып, үздіксіз үрлейді. - Балалар, мамық қарды ұшырайықшы. Мен алақанымды ашып, оған	"Ұстап үлгер" қимылды ойыны. Педагог балаларды 3 топқа бөледі. Әр топ шеңбер болып тұрады. Әр шеңбердің ішінде бір "жүргізуші" тұрады. Балалар допты бір-біріне лақтырады. "Жүргізуші" допты ұстап алу керек. Егер ол допты ұстап алса, ол допты сәтсіз лақтырған ойыншымен ауысады.	Оянындар, тұрындар! Мұнда мойын бұрындар, Жаттығулар жасайық, Терезені ашайық. Таза ауа пайдалы, Қане, биге басайық. Шынықса жас денеміз, Жылдам өсе береміз.
--	--	--	---	--	--	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"
--------------------------------------	---------------	---

Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Доғадан еңбектеп өту". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Доғадан еңбектеп өту". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Домаланған кірпі". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Допты екі қолымен лақтыру".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Аюмен дос болайық" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Доппен жаттығулар түрлері". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Кедергілерді өту эстафеталары"	1. Кіші тобы «Балапан» "Марғау ұқсап еңбектейміз". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Марғау ұқсап еңбектейміз". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Кірпі қалай жүреді?" 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Кедергі заттар арасымен допты домалату".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Аю сырқаттап қалды" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Допты қақпа арқылы домалатамыз". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Доппен ойындар".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Аралар сияқты тыңбай еңбектенеміз" 2. Кіші тобы «Балапан» "Мен спортшы боламын!" 3. Кіші тобы «Ботақан» "Мен спортшы боламын!" 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Кедергі заттар арасымен допты домалатуды пысықтау".
--	----------------------	--	--	---	--	--

Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		06.02.2023ж.	07.02.2023ж.	08.02.2023ж.	09.02.2023ж.	10.02.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (доппен). 1. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар доптарын жоғары көтеріп, екі қолды қайшылайды. 1.2. Бастапқы қалып (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын иыққа көтеріп, допты қояды. 2.2. Бастапқы қалып (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып жерде отырады, аяқ алшақ, доп ұстаған қолдары екі жанында. 3.1. Аяқтарын жинап, доп ұстаған қолдарымен құшақтайды. 3.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып - аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Доптарын көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады).				

		Кешенді жаттығу. Балалардың денсаулығын нығайтуға ықпал ету, күнделікті жаттығу әдетін қалыптастыру. Ал, балалар, тұрайық, Алақанды ұрайық. Оңға қарай иіліп, Солға қарай иіліп, Бір отырып, бір тұрып, Бойымызды созайық. Белімізді жазайық.	Тыныс алу, релаксация, сөйлеу артикуляциялық жаттығулары, ойын массажы элементтерімен таңғы жаттығулар. Тобымызда күн сайын, Жаттығу орындайық. Тәртіп бойынша ғана, Жаттығу орындалады: Барлығымыз отырып, Барлығымыз тұрамыз. Оңға - солға бас бұрып, Керіліп, айналамыз. Бір - біріңе жымыып, Күлімсіреп қараңдар! Ешқашан қабак түйіп, Достарға қарамаңдар!	"Допты домалату" аз қимылды ойыны. Педагог балалармен бір сызықтың бойында тұрады. Сызықтан 1-1,5 м қашықтықта арқан тартылады. Арқанға түрлі суреттері бар тақтайшалар бекітіледі, олардың арасындағы қашықтық 20-30 см құрайды. Педагог балалармен қандай тақтайшаларды қағып түсіретінін келіседі. Ойын барлық тақтайшалар құлатылғанға дейін жалғасады.	Тыныс алу жаттығуы Педагог балаларға қағаздан жасалған зырылаудық таратып береді. Балалар зырылдауыққа үрлеу арқылы тыныс алу жаттығуын жасайды.	"Кім тез жүгіреді?" қимылды ойыны Педагог балаларды екі командаға бөліп, бір сызыққа тұрғызып, белгіленген межеге дейін бастарын төмен түсірмей, аяқтары шалыныспай, аяқ, қол қимылын сәйкестендіріп, еркін жүгіру керектігін айтады. Педагог жүгірудің бір бағытта ғана болатынын балаларға түсіндіреді және қалай жүгіру керектігін тағы да естеріне салады. Екі командадағы балалардың қайсысы ережеге
--	--	---	---	---	--	---

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Шынықсын денеміз". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Шынықсын денеміз". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Ұшқыш болам самғайтын". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Доғадан өрмелеу".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Шашылып қалған ыдыс-аяқтар" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Кірпіштерден жерге қос аяқтап секіру жаттығулары" 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Түрлі биіктіктегі заттардан қос аяқтап секіру"	1. Кіші тобы «Балапан» "Біз мықты боламыз". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Біз мықты боламыз". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Солдат болам кезінде". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Кедергі заттар арасымен допты домалату".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Құмырсқалар сияқты еңбектеймін" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Аэродром". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Мықтылар жарысы".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Машинаны жылжытайық" 2. Кіші тобы «Балапан» "Велосипед". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Велосипед". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Заттар үстіне және олардан жерге секіру эстафеталары"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		13.02.2023ж.	14.02.2023ж.	15.02.2023ж.	16.02.2023ж.	17.02.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамытушы жаттығулар 1.Бастапқы қалып: аяқтың арасын алшақ қойып, жалау ұстаған қолдарды алда ұстау; 1–1 жалауларды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6-8 рет қайталау); 1–2 бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып: тік тұру, жалауларды екі қолмен ұстау; 2–1 жерге отырып, жалауларды иық тұсына қою; тұрып, жалауларды алға қою (4-5 рет қайталау); 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 3. Екі жалауды бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.				

		Кешенді жаттығулар Бойды сергек тік ұста, Емін-еркін тыныста. Оң қолыңды соз алға, Қол ұшына қара да, Үшбұрыш сыз ауада, Сол қол босқа тұрмасын, Шеңбер жасап тынбасын.	"Кеглиді соқ" қимылды ойыны. Мақсат-міндеттер : балалардың спорттық ойынға деген қызығушылығын арттыру; ойынды жарыса ойнау арқылы жылдамдыққа баулу; спорттық ойындарды белсене ойнауға тәрбиелеу. Ойынның шарты : балалар ойынды кезектесіп ойнайды. Балалардан 20 метрдей қашықтықта кеглилер тізіліп қойылады, ал балаларға кішкене доптар таратылады. Доппен кеглиді соғып, кулатулары	Қимыл-қозғалыс ойыны: "Менің көңілді добым..." Мақсаты: балаларды екі аяқпен секіруді үйрету, мәтінді мұқият тыңдау және мәтіннің соңғы сөз айтылған кезде ғана допты қуалау керек. Тыныс алу жаттығуы.	Қимылды жаттығу. "Пингвиндер ұқсап жүрейік". - Пингвиндер ұқсап жүрейік, Оңға-солға теңселейік: Топ-топ-топ, топ-топ-топ, Оңға-солға теңселейік. Ал енді, пингвиндер, тоқта! Қане, жиналындар сапқа! Бір-бірімізден қалмаймыз, Сапта жүріп, ай, жараймыз! Д. Ахметова	"Қатарға тұрып билейік" жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларды жаттығу барысында ырғаққа сай қозғалып, сөздерді бірге айта жүріп, айтылған дене мүшелерін қозғауға машықтандыру; қабылдау, зерек болу қабілеттерін, вестибуляр аппаратын дамыту. Жаттығуды көңілді әуен жазбасын қосып өткізуге болады. Қатарға тұрып билейік, Мүшелерді көрсетейік: Басты оң-солға бұрып, Қос иықты
--	--	---	--	---	---	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Пингвинмен жаттығу жасайық". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Пингвинмен жаттығу жасайық". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Үш аяқты тұлпарым (велосипед)". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Велотренажер". "Велосипед".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Поезбен орманға саяхат" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Аяқпен жасалатын қимылдардың түрлері". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Гимнастикалық сатыда әртүрлі тәсілмен өрмелеу"	1. Кіші тобы «Балапан» "Пингвин ұқсап жүрейік". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Пингвин ұқсап жүрейік". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Велосипедтер зырылдайды". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Қалай өрмелей аласыңдар?"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қайық" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Велоипед теуіп көрдіңдер ме?" 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Жүгірушілердің жарыстары".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қоянға шынығуға көмектесейік" 2. Кіші тобы «Балапан» "Шынықсақ – шымыр боламыз!" 3. Кіші тобы «Ботақан» "Шынықсақ – шымыр боламыз!" 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Қалай өрмелей аласыңдар?"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		20.02.2023ж.	21.02.2023ж.	22.02.2023ж.	23.02.2023ж.	24.02.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамытушы жаттығулар 1. Бастапқы қалып: жерде аяқтың арасын ашып отырып, шеңберді екі қолмен ұстау; 1–1 шеңберлерді қолды бүкпей, бастан жоғары көтеру; 1–2 иыққа салып, басқа кию; 1–3 бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, құрсауларды екі қолымен төменде ұстау; 2–1 қолды жоғары көтеріп, шеңбер ұстаған қолды бетке жақындатып, басқа кигізу; 2–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: жерде отырып, аяқты бірге қою, шеңберді екі қолмен ұстап, тізенің үстіне қою; 3–1 оң жаққа бұрылып, шеңберді жерге қою; 3–2 тіктелу; 3–3 сол жаққа бұрылып, шеңберді жерге қою; 3–4 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау). 4. Бастапқы қалып: аяқты бірге қою, құрсауды екі қолмен ұстау; 4.–1 бір бағытта жеңіл секіру; 4–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау).				

		Кешенді жаттығулар Көтеріліп шаңырақ, (шеңбер құрады) Уықтары шаншылар. (қолдарын жоғары созады) Кергелер керіліп, (қолдарын жандарына созып, үлкен шеңбер жасайды) Өрімдей боп өрілер. Бәріміз жүрсек айналып (шеңбер бойымен айналады) Киіз үй боп көрінер.	"Допты қуып жет" қимылды ойыны Ойын басталмас бұрын педагог: - Балалар, бүгін қызық ойын бастайын деп тұрмыз. Қалай ойнау керектігін түсіндіремін. Педагог балаларды шеңберге тұрғызып, бір пысық баланы ортаға шығарып, ойынның шартын түсіндіреді. Ойынға қатысушы бала аяғын алшақ қойып тұзу тұрады, допты екі аяқтың арасына қояды. Педагог допты алға қарай домалатқан кезде бала жүгіріп, допты қуып жеткі керек	"Жалауға қарай жүгір" қимылды ойын. Балалар тәрбиешіге қарама-қарсы тұрады. Тәрбиеші қолындағы жалауды жоғары көтереді. Балалар тәрбиешінің қасына жиналады. Жалауды қайта түсіргенде балалар жан-жаққа тарап кетеді. Ойын бірнеше рет қайталанған соң, бір бала жалауын көтеріп жүреді, басқа балалар соңынан еріп жүреді. Ойын басынан қайталана береді.	Дидактикалық ойын "Дұрыс, дұрыс емес". Мақсат-міндеттер: зейінді, есте сақтауды дамыту. Сипаттама: мұғалім әртүрлі сөз тіркестерін айтады, дұрыс және дұрыс емес. Егер сөйлем дұрыс болса, балалар шапалақтайды, егер дұрыс емес болса, аяқпен топылдатады. Мысалы: Қыста түймедақтар гүлдейді. (балалар аяқпен топылдатады). Мұз-мұздатылған су. (балалар шапалақтайды). Қояндардың	"Дәрумендер" жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балалардың дене мүшелерін жетілдіру; ырғаққа сай қимылдауға, көркем сөзге ілесіп айтуға машықтандыру; жағымды эмоцияларды дамыту. Музыкалық сүйемелдеумен өткізіледі. Біз бақшаға барамыз, (Бір орында адымдау) Көкөністер жинаймыз, (Қолы екі жаққа созып, кең ашу) Бірінші қиярды жұламыз, (Еңкейіп қияр жұлған сыңай таныту) Дөп-дөңгелек қызанақ, (Екі қолды біріктіріп
--	--	---	---	--	---	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Қос аяқпен секіреміз". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Қос аяқпен секіреміз". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Салауатты өмір". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Гимнастикалық қабырғамен өрмелеу".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Бауырсақтың Денсаулық әлеміне саяхаты" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Қол мен аяқтарымыз шымыр". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Кедергілердің арасынан фитболды домалату"	1. Кіші тобы «Балапан» "Қоян қалай секіреді?" 2. Кіші тобы «Ботақан» "Қоян қалай секіреді?" 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Шынықсақ - шымыр боламыз". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Фитболмен ойнайық"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қоян Айболитке қонаққа келді" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Кенгуру секілді секіреміз". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Қанатпен тарту ойыны". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Бұлттар секілді қалықтаймыз"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Көңілді қаздар" «жыланша» жүруге үйрету. 2. Кіші тобы «Балапан» "Көңілді құстар". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Көңілді құстар". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Бұлттар секілді қалықтаймыз"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2022 - 2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Қазына» бөбекжайы

Жоспардың құрылу кезеңі: наурыз айы, 2022-2023 оқу жылы.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		27.02.2023ж.	28.02.2023ж.	01.03.2023ж.	02.03.2023ж.	03.02.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (доппен). 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар доптарын жоғары көтеріп, екі қолды қайшылайды. 1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын иыққа көтеріп, допты қояды. 2.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып: жерде отырады, аяқ алшақ, доп ұстаған қолдары екі жанында. 3.1. Аяқтарын жинап, доп ұстаған қолдарымен құшақтайды. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Доптарын көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				

		Ұлттық ойын. Түйілген орамал Ойын жүргізуші ойынды өзі бастайды. Ең алдымен балаларды айналасына жинап алады да «1, 2, 3» - деп дауыстайды. Осы кезде балалар жан-жаққа бытырай қашады. Ал ойын жүргізушісі қолында түйілген орамалы бар баланы қуалайды. Ол орамалды басқа біреуге лақтырады, қағып алған бала қаша жөнеледі. Осылайша ойын жүргізіледі, түйулі орамалды алғанша қуалай береді. Ұсталған ойыншы көпшілік ұйғарымымен ортада тұрып өнер көрсетеді. Оған	Қимыл-қозғалыс ойындары: "Қарғалар мен торғайлар", "Мұқият бол". Мақсат-міндеттер. Жан-жаққа шашырап жүгіруді, кеңістікті бағдарлауды дамыту.	Қимылды ойын. «Домалақты жерге түсіріп алма». Берілген дыбыс бойынша қасықты қолына алады. Қасыққа кішкентай домалақ шарды салып түсірмей берілген жерге жеткізу, ептілікке баулу.	Ұлттық ойын. Ақсүйек Ең алдымен, ойнаушылар өзара келісіп, жеңген топ үшін жұлде тағайындайды да, екі топқа бөлінеді. Топ басқарушылар ақсүйекті қайсысының лақтыратынын шешіп алу үшін кезектесіп таяқ ұстайды, таяқтың басына кімнің қолы бұрын шықса, сол ақсүйекті құлашы жеткенше лақтырады. Ақсүйек жерге түскеннен кейін ғана ойыншылар іздеуге шығады. Көмбеде топ басқарушыларда н басқа ешкім қалмайды. Ақсүйекті тапқан	"Ритмикалық ойын. "Би билеген баламыз". Мақсат-міндеттер. Балаларды әуеннің ырғағына сай қимылдап, тақпақ сөздерін айтуға ынталандыру; түйсікті, эмоциялық сфераны дамыту. - Жаттығу жасап көреміз, (адымдау) Қолды көкке көтереміз, (қолдар жоғары) Түсіріп белге төмен, (қол белде) Еңкейеміз, еңкейеміз. (оң-сол жаққа еңкею) Өкше қойып, басамыз, (оң жақ өкше адымдау)
--	--	---	---	--	--	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"
--------------------------------------	---------------	---

Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Аулаға құстар ұшып келді". көктем мезгілі туралы білімдерін толықтыру. 2. Кіші тобы «Ботақан» "Аулаға құстар ұшып келді". көктем мезгілі туралы білімдерін толықтыру. 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Қарлығаштай қайратты". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Арқан үстімен адымдап жүру".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Көңілді торғайлар" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Цирк атлеттерінің сайысы". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Шелек ұстап жүгіру"	1. Кіші тобы «Балапан» "Құстар әлемінде". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Құстар әлемінде". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Қайратты боламыз". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Кегельдер арасымен төрт тағандап еңбектеу"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қарлығашпен кездесу" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Биік секіреміз". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Түрлі жолдармен жүре аламыз".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Мерген болайық" 2. Кіші тобы «Балапан» "Бұлақ көрсен, көзін аш". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Бұлақ көрсен, көзін аш". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Кегельдер арасымен төрт тағандап еңбектеу"
--	----------------------	---	--	---	--	--

Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		06.03.2023ж.	07.03.2023ж.	08.03.2023ж.	09.03.2023ж.	10.03.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары. 1. Бастапқы қалып: негізгі тұрыс. 1.1. Екі жаққа созылған қолдарды жоғары көтеру-қолдарды түсіру. 2. Бастапқы қалып: қолды кеуде тұсында бүгіп ұстап, етпетімен жату. 2.1. Қолдарын алға созып, қарағай бүршіктерін нұсқаушыға көрсету; алға тік қарап, қарағай бүршіктерін иыққа қою. Дененің жоғарғы бөлігін қатты имеуге тырысу керек. 3. Бастапқы қалып: қолды екі жанға қойып, шалқадан жату. Қол мен аяқты бір уақытта көтеру, қолды тобыққа тигізу. 3.1 Бастапқы қалыпқа оралу. 4. Бастапқы қалып: негізгі тұрыс. 4.1. Қарағай бүршіктерін ұстап, бір орында тұрып секіру. Баяу жүру.
---------------	---------------	---

		Қимылды ойын. «Жүгір-отыр-жүгір!» Белгі бойынша әрекет жасауды дамытуды жалғастыру. («Жүгір!» балалар алаңда жүгіреді, «Отыр!» отырады); жылдамдықты (бұйрықты тез орындау). Күнделікті белсенді қимыл әрекеттерін қалыптастыру.	"Жапалақ" қимылды ойыны. Ойыншылар ішінен жапалақ таңдалады. Басқа балалар құстар, қоңыздар, көбелектер болады. Жапалақ тоғайға (гимнастикалық қабырғаның бірнеше сатысына) шығады, ал қалған балалар «қанаттарын қағып», «ұша» бастайды. Педагог «Түн» деп айтқан кезде, құстар мен жәндіктер өз орындарында қозғалмай тұрып қалады. Қозғалып қойған ойыншыны жапалақ үйіне алып кетеді. Педагог «Күн» деп айтады, осы		Ұлттық ойыны. Сиқырлы таяқ Ойнаушылар қол ұстасып, дөңгелене шеңбер жасап тұрады. Қолында таяғы бар ойын жүргізуші шеңбердің ортасына келеді де, ойынның тәртібін түсіндіреді. Ойнаушыларды бірден бастап түгел нөмірлеп шығады. Ойынның шарты бойынша ойын жүргізуші қолындағы таяғын шеңбердің ортасында тік ұстап тұрады да, бір нөмірді атап, таяқты қоя береді. Аталған нөмір таяқты жерге құлатпай ұстап қалуы керек, ал таяқты	Музыкалық-ырғақты жаттығуы. Бойды бүкпей тік ұста, Еркін тұрып тыныста. Жай оң қолды оң жаққа, Жай сол қолды сол жаққа. Екі қолды белге ұста. Алға қарай бір адым, Артқа қарай бір адым. Қос аяқтап топ – топ, Алақанды соқ – соқ.
--	--	--	--	--	--	---

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Құстармен шалшықтан аттаймыз". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Құстармен шалшықтан аттаймыз". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Таза бұлақ". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Қапшаларды нысанаға лақтыру"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Шалшықтан аттап секірейік" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Қақпашы бола аламыз ба?" 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Қамшы ұстап шоқырақтап жүру"		1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Шалшықтан аттап секірейік" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Таза бұлақтай таза болайық!" 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Қақпашы бола аламыз ба?"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Тыныш отыр сұр қоян" 2. Кіші тобы «Балапан» "Бал бұлақ". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Бал бұлақ". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Жаттығуға затты таңдаймын"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		13.03.2023ж.	14.03.2023ж.	15.03.2023ж.	16.03.2023ж.	17.02.2023ж.

Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (сылдырмақтармен). 1. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар сылдырмақтарын жоғары көтеріп, екі қолмен сылдырлатады. 1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын оң жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.2. Бастапқы қалып. 2.3. Қолдарын сол жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.4. Бастапқы қалып. (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып - жерде отырады, аяқ алшақ, сылдырмақ ұстаған қолдар екі жақта. 3.1. Аяқтарын жинап, сылдырмақ ұстаған қолдарын жоғары көтеріп, сылдырлатады. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып - аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Сылдырмақтарды артқа ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).

		Ұлттық ойын. Киіз үй Ортаға арқалығына орамал ілінген төрт орындық қойылады. Балалар орындықты айнала жүгіріп, нұсқаушының дабылы бойынша «киіз үй» құрады: орамалдың бұрышынан ұстап жоғары көтереді."	"Орамал" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды шапшаңдыққа баулу, ойынға деген қызығушылықтарын арттыру. Балалар шеңбер құрып отырады, ал шеңбер бойымен бір бала жүгіреді, қолында орамалы болуы тиіс. Шеңбер бойынша отырған баланың біріне орамалды артына тастап кетуге тиісті. Бала артына бұрылып қарап, орамалды алып, орамал тастаған баланы қуып жетіп орамалды лақтырып тигізуі керек. Егер	Ұлттық ойын. Білектесу. Бір столдың шетіне қарама-қарсы отырған екі бала оң қолдарының шынтағын столға тіреп қояды да, бірінің қолын бірі алақандастыра мықтап ұстайды. Сол жақтағы қолдарын әркім өзінің оң жақ қолтығына тығып алады. Осылай ұстасып алған екі палуан бала, ойын бастаушы команда берісімен, шынтақтарын сол орнынан қозғамай, қарсыласының тіреулі қолын шалқасынан түсіруге ұмтылады. Білегі тайып жантайған	Қимылды ойын: «Қармақ». Балалар шеңбер бойымен тұрады. Ортада тәрбиеші. Оның қолында «қармақ» (скакалка) қармақты төменнен айналдырады, ал балалар «қармаққа» түсіп қалмау үшін орында тұрып жоғары секіреді. Кімге қармақ тиіп кетсе, сол ойыннан шығады.	"Хан талапай" ұлттық қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды жылдамдыққа, шапшаңдыққа баулу. Ойынға қызығушылығын арттыру. Ойынның шарты: Ойынға 5-10 балаға дейін қатыса береді. Асық көп болу керек. Көп асықтың ішінен үлкенірек біреуін алып қызыл түске бояндар. Осы асық «хан» болады. Алдымен санамақ арқылы ойын бастаушыны тағайындап алыңдар. Осы бала асықтың бәрін ұысына
--	--	--	--	---	---	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Арқан тарту". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Арқан тарту". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Наурыз келді, алақай!" 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Футбол ойыны".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қазақ халқының ұлттық ойыны" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Аю сияқты алақан мен табанды тіреп еңбектеу". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Биікке ілінген затқа секіріп қол тигізу"	1. Кіші тобы «Балапан» "Қазақтың ұлттық ойыны". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Қазақтың ұлттық ойыны". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Наурыз құтты болсын!" 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Жүгіріп келіп жоғары секіру"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Бізге қонаққа Алдар Көсе келді" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Наурыз мерекесі келді". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Тауға шыққан альпинисттер". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Жүгіріп келіп жоғары секіру"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Біз шымырмыз, ептіміз, алғырмыз!" 2. Кіші тобы «Балапан» "Түзу арқан". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Түзу арқан". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Жүгіріп келіп жоғары секіру"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
---------------	-----------------	-----------------	-----------------	----------------	-------------

	20.03.2023ж.	21.03.2023ж.	22.03.2023ж.	23.03.2023ж.	24.02.2023ж.
7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (кішкентай доптармен) 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қолдағы доптар төменде 1.1 - балалар доптарымен қолдарын жоғары көтеріп, оң жаққа бұрылады; 1.2 - бастапқы қалыпқа келу. 1.3 - балалар доптарымен сол жаққа бұрылады; 1.2 - бастапқы қалыпқа келу (жаттығу 5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде 2.1 - аяқтың ұшына тұрып, қолдарын жоғары көтеріп, доптарын сермейді; 2.2 - бастапқы қалыпқа келу (жаттығу 5 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып: аяқтары бірге, дене тік, доптар төменде 3.1 - жерге жартылай отырып, қолдарын жоғары көтеріп, доптарын көрсетеді; 3.2 - бастапқы қалыпқа келу (жаттығу 4 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде 4.1 - доптарын көкірек тұсында ұстап, бір орында айналып секіру (оң және сол жаққа). 4.2 - бастапқы қалыпқа келу (жаттығу 5 рет қайталанады).				

	Қимыл-қозғалыс ойындары: "Кім жылдам?", "Әрі қарай және одан жоғары". Мақсат-міндеттер. Жүгіру кезінде жаттығу, жылдамдықты дамыту; кедергіден оңай өтуге үйретуді жалғастыру.				Ұлттық ойын. Қара құлақ Ойынға 5-10 бала қатысады. Олар оңаша жерге топталып өз араларынан бір баланы қазық етіп белгілейді. Қазық тұрған жерінде қозғалмай тұрады. Басқалары әрі кетеді. Содан кейін ойынға қатысушылар қазықты алыстан қоршап бірте-бірте жақындай түседі. Таяп келіп мынау кім? – деп бір-бірінен сұрасады. Біреуі ой бұл қара құлақ қой! - деп қаша жөнеледі. Қалғандары да – қара құлақ, қара құлақ! - деп бытырай қашады. Қаракұлақ біреуін ұстау үшін тұра қуады. Ұсталған бала қара құлақ болып, ойын әрі
--	---	--	--	--	--

08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
09.00 - 09.15	Көктемгі демалыстар.				Көктемгі демалыстар.
11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		27.03.2023ж.	28.03.2023ж.	29.03.2023ж.	30.03.2023ж.	31.03.2023ж.

Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (секіртпемен) 1.Бастапқы қалып: дене тік, аяқ алшақ, секіртпені екі бүктеп төменде ұстау. 1 - оң аяқты ұшына қойып, секіртпені жоғары көтеру; 2 - бастапқы қалыпқа келу. Жаттығуды сол аяқпен қайталау. Жаттығу 6 рет қайталанады. 2. Бастапқы қалып: дене тік, аяқ алшақ, секіртпені төменде ұстау. 1 - секіртпені жоғары ұстау; 2 - оңға бұрылу; 3 - тіктелу; 4 - бастапқы қалыпқа келу. Осы жаттығуды сол жаққа қайталау. Жаттығу 6 рет қайталанады. 3. Бастапқы қалып: аяқты алшақ ұстап, отыру, секіртпені жоғары ұстау. 1-2 - еңкейіп, секіртпені аяқтың ұшына қою; 3 - 4 - бастапқы қалыпқа келу. Жаттығу 6-7 рет қайталанады. 4. Бастапқы қалып: тіземен отырып, секіртпені төменде ұстау. 1 - 2 - оң жамбасқа отыру, секіртпені алдына шығару; 3 - 4 - бастапқы қалып. Жаттығуды сол жақ жамбасқа қайталау. Жаттығу 5-6 рет қайталанады. 5. Бастапқы қалып: жерге етпетінен жатып, бүгілген қолымен секіртпені ұстап, алдына қою. 1-2 - бүгіліп, қолдарын алдына-жоғары созу; 3-4 - бастапқы қалыпқа келу. Жаттығу 6 рет қайталанады. 6. Бастапқы қалып: дене тік, аяқ алшақ, қол төменде, секіртпе жерде. Секіртпемен айналып секіру. Жаттығуды 8-10 рет қайталау. 7. Бастапқы қалып: дене тік, аяқ алшақ, секіртпе төменде (секіртпенің екі жағынан екі қолымен ұстау). 1 - секіртпені алға қою, оң аяғын ұшына артқа қою; 2 - бастапқы қалып. Жаттығу сол жағына қайталанады. Жаттығу 6 рет қайталанады.

		"Кім спортшы?" жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларды денсаулықты сақтау қағидаларына баулу; мәтінді ырғаққа сай айта жүріп, қимылдарды орындауға машықтандыру. Кім спортшы? Тек алға! (Орында адымдау) Жаттығуда адымда. Басымызды шайқаймыз, (Қол белде, басты екі жаққа бұру) Бір-екі, бір-екі. Денемізді иеміз, (Алға еңкею) Бір-екі, бір-екі. Қолымызды көтереміз, қайта төмен түсіреміз, (Қол жоғары, төмен түсіру) Денемізді созамыз. (Аяқ	Ұлттық ойын. Хан алшы «Хан алшы» — қазақ халқының ұлттық ойындарының бірі асық ойынының бір түрі. Ойынға 5 немесе 10 бала қатысады. Көп асықтың ең ірісі қызыл түске боялады. Бұл асық «Хан асығы» болып саналады. Асықтар тізіп қойған соң, ойын бастаушы «Хан асығымен» оларды көздеп, құлатады. Құлаған асықтарды жинап алады. Егер «Хан асығы» бүк, шік, тайқы қалыптарымен түссе, ойын бастаушы жақын құлаған	Қимылды ойын: «Күн мен түн». Рөлдерде ойнағанда өзін-өзі ұстаудың мәдени дағдылары мен адамгершілік, мейірімділік, қамқорлық қасиеттерін көрсетуге ынталандыру.	Қимылды ойын. «Қоңырау». Балаларды қол ұстасып, шеңбер бойымен қозғалуды, әр тарапқа жүгіруді бекіту, гимнастикалық баспалдаққа, орындыққа мінуді үйрету (ойыншыны ұстап алғанда ғана қоңырау шалып үлгіру). Ойынға деген қызығушылықта рын арттыру.	Ұлттық ойын. Ақсүйек Ең алдымен, ойнаушылар өзара келісіп, жеңген топ үшін жұлде тағайындайды да, екі топқа бөлінеді. Топ басқарушылар ақсүйекті қайсысының лақтыратынын шешіп алу үшін кезектесіп таяқ ұстайды, таяқтың басына кімнің қолы бұрын шықса, сол ақсүйекті құлашы жеткенше лақтырады. Ақсүйек жерге түскеннен кейін ғана ойыншылар іздеуге шығады. Көмбеде топ басқарушыларда н басқа ешкім қалмайды. Ақсүйекті тапқан
--	--	---	--	--	--	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Спорт – өнер". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Спорт – өнер". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Айгөлек, билейміз дөңгелеп!" 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Қапшаны көлденең лақтыру".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Спорт әлемінде" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Кімді мерген деп санаймыз?" 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Жіп арқылы бір-біріне доп лақтыру"	1. Кіші тобы «Балапан» "Спорт әлемінде". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Спорт әлемінде". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Өнерлі балалармыз". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Бір-біріне асырып доп лақтыру"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Еңбек бәрін жеңбек" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Аттап секіреміз". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Топқа ұпай жинайық".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Ғарыш әлемінде" 2. Кіші тобы «Балапан» "Спорт". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Спорт". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Допты бір-бірінен асырып лақтыру жаттығуын пысықтау"

Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2022 - 2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің
циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Қазына» бөбекжайы

Жоспардың құрылу кезеңі: сәуір айы, 2022-2023 оқу жылы.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		03.04.2023ж.	04.04.2023ж.	05.04.2023ж.	06.04.2023ж.	07.04.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамытушы жаттығулар 1. Бастапқы қалып - негізгі тұрыс, қолды төмен түсіріп тұру. 1.1. Қолды жан-жаққа созып, жоғары көтеріп, саусақтарды қимылдатып, "Жалаушаны желбіретейік" деп айту, демді ішке тарту; 1.2. Қолды төмен түсіру, демді шығару (3 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып - аяқтарды сәл алшақ қойып, қолдарды төмен түсіріп тұру. 2.1. Басты оңға иіп, қолды екі жаққа жіберу, жалаушаларды желбірету; 2.2. Бастапқы қалыпқа келу 2.3. Басты солға иіп, қолды сырғытып төмен түсіріп, жалаушалардың басын жоғары қаратып, тік ұстау. 2.4. Бастапқы қалыпқа келу (3 рет қайталау). 3. Аяқтарды бірге қойып, қолдарды төмен түсіріп тұру. 3.1. Жерге отырып, қолды жанға қою, жалаушаларды желбірету; 3.2. Бастапқы қалыпқа келу. 3.3. Жерге отырып, қолды алдыға жіберу, жалаушаларды желбірету; 3.4. Бастапқы қалыпқа келу (3 рет қайталау).				

		Қимылды ойындар "Ұшақтар". Балалар ұшақтардың рөлін орындайды. Олар залдың әр жеріне тұрады. Педагог: «Ұшуға дайындал!» деген белгі берген кезде, балалар қолдарын қозғалтып, «ұшақты оталдырады». «Ұшамыз!» деген белгі берілгенде қолдарын алға созып, залды айналып шашырап жүгіреді. «Қонамыз!» деген белгі берілген кезде, ұшақтар тоқтайды, жерге қонады (балалар бір тізесін бүгіп отырады). Ойын 5-6 рет қайталанады.	"Ұшты-ұшты" дидактикалық ойыны. Мақсат-міндеттер: есту зейінін дамыту. Міндеттері: балаларды ұшатын және ұшпайтын заттарды тануға үйрету. Зейінді, есте сақтауды, сөйлеуді және логикалық ойлауды дамыту. Құстарға деген құрмет сезімін тәрбиелеу. Ойын барысы. Ойынды үй ішінде де сыртта да ойнауға болады. Ойынға қатысушыларға бастаушының сөзін қалт жібермей бағып отыру шарт. Ұшатын құс не зат айтылса, қолдарын жоғары көтерелі	Ұлттық ойын. Теңге ілу Ойынға қатысушылар тепе-тең екі топқа бөлінеді. Әр қайсысы жеке-жеке шыбықтан ат мінеді. Ойын кезгі басталатын жерге сызық сызылады. Одан әрі 20- 30 метрдей жерден тереңдігі бір қарыстай екі шұңқыр қазылады. Шұңқырға он-оннан теңге салынады. Содан соң екі топтан екі сайыскер шығады. Сызыққа келіп қатарласып тұрады. Бастаушының белгісі бойынша шыбық аттарын құйғытып, шаба жөнеледі. Сол	Тыныс алу жаттығулары "Түлкіні тап" ойыны. Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Біріңнің артыңнан бірің ақырын жүріп отырып, асықпай іздейміз, түлкіні тауып алған балалар қолдарыңды жоғары көтересіңдер! Педагог балаларды осылай ынталандырып, ойын түрінде тыныс алу жаттығуларын өзімен бірге орындатады.	Ритмикалық ойын. "Би билеген баламыз". Мақсат-міндеттер. Балаларды әуеннің ырғағына сай қимылдап, тақпақ сөздерін айтуға ынталандыру; түйсікті, эмоциялық сфераны дамыту. - Жаттығу жасап көреміз, (адымдау) Қолды көкке көтереміз, (қолдар жоғары) Түсіріп белге төмен, (қол белде) Еңкейеміз, еңкейеміз. (оң-сол жаққа еңкею) Өкше қойып, басамыз, (оң жақ өкше, адымдау)
--	--	---	--	--	--	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Ғарышқа алыс самғайық!" 2. Кіші тобы «Ботақан» "Ғарышқа алыс самғайық!" 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Ғажайып ғарыш". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Еңкіс тақтайдың үстімен жоғары-төмен жүру".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Лунтикке қонаққа барайық" лақтыру. 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Денеміздің тепе-теңдігін сақтайық". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Гимнастикалық бөрене үстінде жаттығу жасау"	1. Кіші тобы «Балапан» "Ғарыш әлемінде". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Ғарыш әлемінде". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Айтшы, ғарыш алыс па?" 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Тепе-теңдікті сақтаймыз"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Тікұшақпен ұшайық" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Ғарыш деген ғажайып". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Цирк шатыры астында".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Орманда жүрген қонжықтар" 2. Кіші тобы «Балапан» "Ғарыш шегіне жетейік". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Ғарыш шегіне жетейік". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Тепе-теңдікті сақтаймыз" (пысықтау)

Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		10.04.2023ж.	11.04.2023ж.	12.04.2023ж.	13.04.2023ж.	14.04.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен). 1. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар жалауларын оң жаққа сермеп, "желбіре" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. 1.3. Балалар жалауларын сол жаққа сермеп, "желбіре" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. 1.4. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын жоғары көтеріп, жалауларын сермеп "жаса" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып - жерде отырады, аяқ алшақ, жалаулар тізе үстінде. 3.1. Жерге шалқасынан жатып, жалауларын жоғары желбіретіп "тербе" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып - аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Жалауды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				

		Балаларда нық қадаммен алға, нық қадаммен артқа жүру, тізені биікке көтере отырып жүру; қимылды ойындар арқылы әртүрлі бағыттарда жүгіру; гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу дағдыларын дамыту.	Қимылды ойын: «Күн мен түн». Рөлдерде ойнағанда өзін-өзі ұстаудың мәдени дағдылары мен адамгершілік, мейірімділік, қамқорлық қасиеттерін көрсетуге ынталандыру.	Ұлттық ойын. Білектесу. Бір столдың шетіне қарама-қарсы отырған екі бала оң қолдарының шынтағын столға тіреп қояды да, бірінің қолын бірі алақандастыра мықтап ұстайды. Сол жақтағы қолдарын әркім өзінің оң жақ қолтығына тығып алады. Осылай ұстасып алған екі палуан бала, ойын бастаушы команда берісімен, шынтақтарын сол орнынан қозғамай, қарсыласының тіреулі қолын шалқасынан түсіруге ұмтылады. Білегі тайып жантайған	"Допты қуалап ұста!" қимылды ойыны. Педагогтің қолында себетке салынған доптар. "Хоп!" деген белгімен педагог доптарды еденге домалатып жібереді. Балалар доптың артынан жүгіреді, әрбіреуі бір доптан алып себетке салады, педагог себетті баланың жоғары көтерген қолының деңгейінде ұстайды және балалар өз орындарына барады. Тапсырманы әр бала 2-3 реттен орындайды.	Ритмикалық жаттығу Біздер тату баламыз, (қолдарынан ұстайды) Гүлдей жайнап жанамыз. (екі қолын жоғары көтеріп гүлдің бейнесін жасайды) Жаттығулар жасасақ, Жақсы сергіп қаламыз. Орнымыздан тұрамыз, (орындарынан тұрады) Қолды белге қоямыз, (қолдарын белге қояды) Бұрыламыз оңға бір, (оңға бір рет бұрылады) Бұрыламыз солға бір. (солға бір рет бұрылады) Бір, екі, үш, төрт. (санайды) Жоғары қолды
--	--	---	---	--	---	---

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"
--------------------------------------	---------------	---

Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Еңбектейміз ерінбей!" 2. Кіші тобы «Ботақан» "Еңбектейміз ерінбей!" 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Жер-ана құшағында". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Құрсауға кіру".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Тіземізді жоғары көтеріп, тік жүреміз" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Құрсаумен жаттығулар". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Қолды алға-артқа сермеп, құм толтырылған қапшықты лақтыру"	1. Кіші тобы «Балапан» "Еңбек түбі - береке". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Еңбек түбі - береке". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Жер-Ананы қадірлейік!" 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Тепе-теңдікті сақтап, құм толтырылған қапшықты лақтыру"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Құмырсқалар секілді жүреміз" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Туған жер-тұғырың". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Құрсаумен жарыстар".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Аюлар көгалда ойнап жүр" 2. Кіші тобы «Балапан» "Еңбек етсең емерсің". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Еңбек етсең емерсің". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Тепе-теңдікті сақтап, құм толтырылған қапшықты лақтыру" (пысықтау)
--	----------------------	---	---	--	--	---

Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		17.04.2023ж.	18.04.2023ж.	19.04.2023ж.	20.04.2023ж.	21.04.2023ж.

Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамытушы жаттығулар "Зырылдауық" жаттығуы. - Бастапқы қалып: аяқ сәл алшақ, қол төмен. - қолды екі жаққа созу. - екі қолды кеуде тұсына әкеліп, бір-бірінен айналдырып, "р-р-р" деп айту. - қолды екі жаққа созу. - бастапқы қалыпқа келіп, "төмен" деу. - бастапқы кезде қолды ақырын айналдыру, біртіндеп жылдам айналдыру. "Тізені шапалақтау" жаттығуы. - Бастапқы қалып: аяқ иық деңгейінде, қол артта. 1-2- оң тізеге (сол) еңкейіп, "шарт" деу. 3-4- бастапқы қалыпқа келу. "Сипаттаймыз" жаттығуы. - Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып отыру, қолды жанға қою. - оң аяқпен сол аяқты тізеден, жоғары-төмен 3-4 рет сипау. - 4-5 рет еркін тыныс алу. "Өкшемізге қараймыз" жаттығуы. - Бастапқы қалып: тізерлеп отыру, аяқ бірге, қол белде (артта, иықта). - 1-2- оң жақпен артқа қарай бұрылып, өкшеге қарау. - 3-4- бастапқы қалыпқа келу.

		Балалар музыка әуенімен өз бетінше сапқа тұрады, педагогтің белгі беруі бойынша шашырап жүреді, жай қалыпқа түсіп, бастарын төмен түсірмей, шалынып кетпей, аяқ-қолды бірге қозғалтып баяу қарқында жүгіреді. Жай қалыпқа түсіп, аяқтың ұшымен жүріп келе жатып, жартылай отырады, жай қалыпқа түсіп, шеңбер құрады.	Ұлттық ойыны. Сикырлы таяқ Ойнаушылар қол ұстасып, дөңгелене шеңбер жасап тұрады. Қолында таяғы бар ойын жүргізуші шеңбердің ортасына келеді де, ойынның тәртібін түсіндіреді. Ойнаушыларды бірден бастап түгел нөмірлеп шығады. Ойынның шарты бойынша ойын жүргізуші қолындағы таяғын шеңбердің ортасында тік ұстап тұрады да, бір нөмірді атап, таяқты қоя береді. Аталған нөмір таяқты жерге құлатпай ұстап қалуы керек, ал таяқты	Тыныс алу жаттығулары "Шар" Қолға алып, желі жоқ әуе шарын, Үрлейміз шарымыз дәу болғанша. Дем алып, мұрынмен дем шығарып, Үрлейміз ішіне жел толғанша. Дем алып, мұрынмен дем шығарып, Үрлейміз ішіне жел толғанша.	Қимылды ойын. «Құлыншақ» (ұлттық ойын). Тізесін жоғары көтеріп, шеңберді айнала отырып, алға секіре білуге үйрету. Арқашықтықты сақтай білу, белгі бойынша кері жүруге үйрету, балалардың ұйымдастырушылық қабілетін дамыту.	Ритмикалық жаттығулар "Құмырсқалар" ритмопластика. Мақсаты: кеңістікті бағдарлай алу қабілеттерін жетілдіру, зейінді жаттықтыру. Барысы: педагогтің шапалағымен балалар залдың айналасында ретсіз қозғала бастайды, басқа балалармен соқтығыспай және үнемі бос кеңістікті толтыруға тырысады.
--	--	---	---	--	---	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"
--------------------------------------	---------------	---

Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Егейік көктем ағашын". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Егейік көктем ағашын". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Талшыбық". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Жермен еңбектеу".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Көктемгі орманда серуен " 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Жүру, еңбектеу және секіру жаттығулары". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Құм толтырылған қапшықты лақтыру жаттығуын пысықтау"	1. Кіші тобы «Балапан» "Еңбегіне қарай өнбегі." 2. Кіші тобы «Ботақан» "Еңбегіне қарай өнбегі." 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Талшыбықтай майысып". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Бір аяқты серпу арқылы орындыққа қарғып шығу"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Көктемгі жолды басып жүгіреміз" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Талшықтай талшыбық". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Қимылдар тізбегін үзбе".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Бақалар секіргенді ұнатады" 2. Кіші тобы «Балапан» "Еңбек ептілікті сүйеді." 3. Кіші тобы «Ботақан» "Еңбек ептілікті сүйеді." 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Бір аяқты серпу арқылы орындыққа қарғып шығуды пысықтау"
--	----------------------	--	--	---	--	--

Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		24.04.2023ж.	25.04.2023ж.	26.04.2023ж.	27.04.2023ж.	28.04.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (орамалдармен) 1. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар орамалмен беттерін жауып, ""тауып ал"" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, орамалды умаждап ""жуамыз"" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып. (дәл осы жаттығу сол жаққа қайталанады және 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып - жерде отырады, аяқ алшақ, орамалдар тізе үстінде. 3.1. Жерге шалқадан жатып, орамалмен беттерін жауып ""ұйықтайық"" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып - аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Орамалдарды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				

		Балалар музыка әуенімен сап түзеп бірінің артынан бірі жүреді, педагогтің белгі беруі бойынша шашырап жүреді, жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен шашырап жүгіреді, бастарын төмен түсірмей, шалынып кетпей, аяқ-қолды бірге қозғалтып, еркін жүгіру қимылдарын көрсетеді. Жүріп келе жатып, шеңбер құрады және қайтадан сапқа тұрады.	Тыныс алу жаттығулары «Мұрынмен дұрыс тыныста, ауызбен дұрыс дем шығар» Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: Балалар мұрынмен терең тыныс алып, ауызбен ауаны ұртқа жинамай, жәйменен дем шығарады.	"Жаңбыр жауғанда" фонемо-ырғақ жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларды сөздердің ырғағына сай қимылдауға баулу; жаңбырға еліктеуге ынталандыру; артикуляцияны жаттықтыру. Жау, жау жаңбыр Жау жаңбыр! Арық суы мол болсын! Өсімдіктер мол болсын! Жауған жерін шөп болсын! Тырс-тырс! Тырс-тырс! (Бір аяқпен секіру) Тарс-тұрс! Тарс-тұрс! (Екінші аяқпен секіру) Шылп-шылп! Шылп-шылп!	Қимылды қозғалыс ойындары "Күн мен жаңбыр" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды белгі бойынша жан-жаққа шашырап жүгіруге және бір-біріне соғылмай, бір жерге жиналуға дағдыландыру; вестибуляр аппаратын, кеңістікті бағдарлау қабілетін жетілдіру; ептілікке, достыққа тәрбиелеу.	Ритмикалық жаттығулар Мақсат-міндеттер. Балаларды мәтінді педагогтан кейін айта отырып, жаттығулар жасауға үйрету. Сағаттың тіліндей, Иіліп оңға бір, Сағаттың тіліндей Иіліп солға бір. 1, 2, 3, 4, 5 Секіреміз, Айналамыз, Жаттығу жасаймыз!
--	--	--	--	--	---	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.00 - 09.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Дөп-дөңгелек шаңырақ". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Дөп-дөңгелек шаңырақ". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Достық шеңберінде". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Секіртпеден секіру".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Біз - кішкентай спортшылармыз" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Секіртпені игерейік". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Затты 5 метр қашықтықта тұрған нысанаға көздеп лақтыру"	1. Кіші тобы «Балапан» "Допты лақтыру техникасы". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Допты лақтыру техникасы". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Ұлттар достығы". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Затты 5 метр қашықтықта тұрған нысанаға көздеп лақтыруды пысықтау"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Менің достарым" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Достық күндей жарқырайды" техникаларын жетілдіру. 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Бірігіп шеңбер құрайық".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Жаз келсе - біз спортқа қатысамыз" 2. Кіші тобы «Балапан» "Допты лақтыру техникасын пысықтау". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Допты лақтыру техникасын пысықтау". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Кім зерек?"

Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2022 - 2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің
циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Қазына» бөбекжайы

Жоспардың құрылу кезеңі: мамыр айы, 2022-2023 оқу жылы.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		01.05.2023ж.	02.05.2023ж.	03.05.2023ж.	04.05.2023ж.	05.05.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (текшелермен) Бастапқы қалып: өкшенің деңгейінде аяқтың тұрысы, текше оң қолда. 1-2-қолдарымызды екі жаққа жоғары көтереміз, текшені сол қолымызға ауыстырамыз; 3-4-бастапқы қалып. Бастапқы қалып: аяқтарын сәл ашып тұру, текше оң қолда. 1-қолдарын екі жаққа созу; 2-алға қарай еңкею, текшені сол аяқтың ұшына жақындатып қою; 3- тік түзеліп тұру, қолдарын екі жаққа созу. 4-еңкейіп текшені сол қолға алу. Дәл осылай сол қолмен орындау. Бастапқы қалып: негізгі тұрыс, текше оң қолда, 1-отыру, текшені алға созып, сол қолға ауыстыру; 2- тұру, текше сол қолда. Бастапқы қалып: тізерлеп тұру, текше оң қолда. 1- оңға бұрылу, текшені аяқтардың ұшына жақындатып қою; 2- тік түзеліп тұру, қол белде ; 3- оңға бұрылу, текшені алу; 4- бастапқы қалыпқа оралу, текшені сол қолға ауыстыру. Тура осылай сол жақпен орындау. Бастапқы қалып: негізгі тұрыс, текше еденде. Оң және сол аяқпен текше айналасында үзіліс жасап секіру. Санау "1-8" деген санмен орындалады.
---------------	---------------	---

			Тыныс алу жаттығуы «Шарды үрлейміз» Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: бала шарды алып, алдымен қатты, сонан соң жаймен үрлейді.	Қимылды ойын. «Мен атаған ағашқа барындар». Балаларды бірге жүруге үйрету, өз ағашын табуға көмек беру. Аймақта өсетін ағаштардың аттарын есте сақтау. Балалар аталған ағашқа қарай тәртіппен жүгіреді, көрсетеді, дәлелдейді, сөйтіп аталған ағаш туралы білімдері қалыптасады.	Ұлттық ойын. Ақсерек - көксерек Бұл ойынды ойнау үшін балалар екі топқа бөлінеді, қолдарынан ұстап тұрады. Ара қашықтық 20-30 қадам. 1-ші топ. Ойынды бастайды Ақсерек-ау, ақ серек, Бізден сізге кім керек. 2-ші топ. Ақсерек-ау, ақ серек, Сізден бізге ... (бала аты) керек. Аты аталған бала келесі топқа дейін жүгіріп барып ортасынан ұстасқан қолдарды ажыратып кету керек. Егер өтіп кетсе сол топтан	Ритмикалық жаттығу Жолдарыңа үңіліп, Екі бақа жүгіріп, Секіреді, бақ-бақ, Ағаштарды аттап. Олар ерте тұрады, Беті-қолын жуады. Оңға-солға шайқалып, Бақылдайды ән салып. Судан шіркей табады, Өсіп үлкен болады. Бақ-бақ, нақ-нақ, Біздер айттық тақпақ.
--	--	--	--	--	---	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"
--------------------------------------	---------------	---

Ұйымдастырылған іс-әрекет	09.30 - 11.15		1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Біздің қыздар осындай, біздің ұлдар осындай" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Допты қабырғаға лақтыру". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Арқаннан бір қырымен секіру"	1. Кіші тобы «Балапан» "Солдаттармыз саптағы". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Солдаттармыз саптағы". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Барабан дабылы". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Арқаннан бір қырымен секіру"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Біздің қыздар осындай, біздің ұлдар осындай" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Сок, барабан!" 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Доппен жаттығулар".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Жауынгерлер ұқсап қадам басып жүрейік" 2. Кіші тобы «Балапан» "Біз жас ұланбыз". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Біз жас ұланбыз". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Арқан арқылы жанымен секіруді пысықтау" теңдікті сақтауға үйрету.
---------------------------	---------------	--	--	---	--	--

Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		08.05.2023ж.	09.05.2023ж.	10.05.2023ж.	11.05.2023ж.	12.05.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (заттарсыз орындалатын жалпы дамытатын жаттығулар) Бастапқы қалып - аяқтары иық деңгейінде, қолдары кеуде тұсында, шынтақтары бүгілген, саусақтары жұдырыққа түйілген. Осы күйінде қолдарын айналдыру. Қолдарын кезек айналдырады. Бастапқы қалып - аяқтары сәл ашылған, қолдары артқа қарай жіберілген. Отырып, қолдарымен тізесін құшақтау, тұру, қолдарын артқа жіберу және т.с.с. Бастапқы қалып - аяқтарын ашып отыру, қолдарын жанға жіберу. артқа жіберілген. Еңкейіп, аяқтарының ұштарына қолдарын тигізу, тік тұру, қолдарды артқа қарай жіберу, қайтадан алғашқы қалыпқа келу. Бастапқы қалып - аяқтарын тік түзеп отыру, қолдарын артқа тіреу. Оң аяқты көтеру, түсіру. Сол аяқты көтеру түсіру. Бастапқы қалып - аяқтарын қосу, қолдарын беліне қою.				

			Ритмикалық жаттығулар Бір екі, бір екі, аяқты аламыз. (марш жасайды) Адыммен бір келкі, сап түзер баламыз. (сап түзейді) Біз жауынгер баламыз. (қолдарын бас тұсына қояды) Бір екі, бір екі, жігерлі ән саламыз. (марш жасайды) Тізіліп бір келкі, ертең өсіп жеткенде (қолдарын бас тұсына қояды) Ел қорғайтын боламыз. (қолдарын бас тұсына қойып, марш жасайды)	Тыныс алу жаттығулары «Жалаушаларды ұшыру, көкке көтеру» Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: түрлі-түсті кішкентай жалаушаларды балалар үрлеп ұшырады..	"Көк жалау" қимылды ойыны Мақсат-міндеттер. Намысшылдыққа, патриотизмге, ептілікке баулу. Ойын шарты. Балаларды екі командаға бөліп, бір сызықты белгілейді, екі команда екі жақтағы шекарада болу керектігін айтады. Педагогтің қолында бір жалау болады. Бір команда балалары "мемлекет", екінші команда балалары "ру" болады. "Ру" мемлекет болуы үшін қарсыдағы мемлекеттің туын алу керек. Егер алса, мемлекет
--	--	--	--	--	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"
--------------------------------------	---------------	---

Ұйымдастырылған іс-әрекет	09.30 - 11.15			1. Кіші тобы «Балапан» "Біз Отан қорғаушылармыз" 2. Кіші тобы «Ботақан» "Біз Отан қорғаушылармыз" · · 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Соғамын барабанымды". дамтыу; оқу қызметін пысықтау. 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Құрсауды тура бағытта домалатуды пысықтау"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Күнге қонаққа барайық" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Соғамын барабанымды". дамтыу; оқу қызметін пысықтау. 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Допты ұстай алған кім?"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Маймаң аяқ аю жүр" 2. Кіші тобы «Балапан» "Бақ-бақ гүлі әлемінде". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Бақ-бақ гүлі әлемінде". 4 . Мектепалды топ «Жұлдызша» "Құрсаумен жаттығулар"
---------------------------	---------------	--	--	--	---	--

Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		15.05.2023ж.	16.05.2023ж.	17.05.2023ж.	18.05.2023ж.	19.05.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамытушы жаттығулар Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен). 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар жалауларын оң жаққа сермеп, "желбіре" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. 1.3. Балалар жалауларын сол жаққа сермеп, "желбіре" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. 1.4. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын жоғары көтеріп, жалауларымен "жаса" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып: жерде отырады, аяқ алшақ, жалаулар тізе үстінде. 3.1. Жерге шалқадан жатып, жалауларын жоғары желбіретіп "тербе" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып: (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Жалауды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				

		"Кім спортшы?" жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларды денсаулықты сақтау қағидаларына баулу; мәтінді ырғаққа сай айта жүріп, қимылдарды орындауға машықтандыру. Кім спортшы? Тек алға! (Орында адымдау) Жаттығуда адымда. Басымызды шайқаймыз, (Қол белде, басты екі жаққа бұру) Бір-екі, бір-екі. Денемізді иеміз, (Алға еңкею) Бір-екі, бір-екі. Қолымызды көтереміз, қайта төмен түсіреміз, (Қол жоғары, төмен түсіру) Денемізді созамыз. (Аяқ	Ұлттық ойын. Түйілген орамал Ойын жүргізуші ойынды өзі бастайды. Ең алдымен балаларды айналасына жинап алады да «1, 2, 3» - деп дауыстайды. Осы кезде балалар жан-жаққа бытырай қашады. Ал ойын жүргізушісі қолында түйілген орамалы бар баланы қуалайды. Ол орамалды басқа біреуге лақтырады, қағып алған бала қаша жөнеледі. Осылайша ойын жүргізіледі, түйулі орамалды алғанша қуалай берелі. Ұсталған	Қимылды ойын «Кім алысқа лақтырады?» Мақсат-міндеттер. Балаларды затты алысқа лақтыруға жаттықтыру. Балалар жеребенің бір жағында сапта тұрады. Барлығы құм салынған дорбаларды алады және педагогтың белгісі бойынша оларды алысқа лақтырады. Әркім өзінің дорбасы қайда түскенін байқауы керек. Педагогтың белгісі бойынша балалар дорбаларына жүгіріп барып, қолдарына алып, бастарынан жоғары көтерелі	Қимылды ойын. «Домалақты жерге түсіріп алма». Берілген дыбыс бойынша қасықты қолына алады. Қасыққа кішкентай домалақ шарды салып түсірмей берілген жерге жеткізу, ептілікке баулу.	Ритмикалық жаттығу Мереке күні шар үрлеп (сап түзеп, бір орында жүру), Шығамыз ұстап көшеге (қолдарды жоғары сермеу). Шапалақтап, айналып (шапалақтау, айналу), Былай-былай би билеп (бас пен денені оңға-солға шайқау). Қимылдарды ырғақты, темпі орташа көңілді әуені жазбасына сай орындау.
--	--	---	--	--	---	---

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет	09.30 - 11.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Бақ-бақ гүлі әлемінде". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Бақ-бақ гүлі әлемінде". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Көктемгі гүлдер". шашырап 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Бақалар ойыны".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Әдемі орман алаңы" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Кенгурудың қимылдарын қызықтайық" 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Құрсаумен жаттығуларды пысықтау"	1. Кіші тобы «Балапан» "Көк машина". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Көк машина". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Түлдей жайнап бәріміз". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Құрсаумен эстафеталар"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қоянға сәбіз берейік" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Көркі ғажап көктем". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Түрлі жазықтықтарда бүйірлеп адымдау".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Түзу жолмен жүрейік, бірге қадам басайық" 2. Кіші тобы «Балапан» "Допты қақпаға дәлдейміз". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Допты қақпаға дәлдейміз". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Құрсаумен эстафеталарды пысықтау"

Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		22.05.2023ж.	23.05.2023ж.	24.05.2023ж.	25.05.2023ж.	26.05.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамытушы жаттығулар Жалпы дамыту жаттығулары (заттарсыз орындалатын жалпы дамытатын жаттығулар) Бастапқы қалып - аяқтары иық деңгейінде, қолдары кеуде тұсында, шынтактары бүгілген, саусақтары жұдырыққа түйілген. Осы күйінде қолдарын айналдыру. Қолдарын кезек айналдырады. Бастапқы қалып - аяқтары сәл ашылған, қолдары артқа қарай жіберілген. Отырып, қолдарымен тізесін құшақтау, тұру, қолдарын артқа жіберу және т.с.с. Бастапқы қалып - аяқтарын ашып отыру, қолдарын жанға жіберу. артқа жіберілген. Еңкейіп, аяқтарының ұштарына қолдарын тигізу, тік тұру, қолдарды артқа қарай жіберу, қайтадан алғашқы қалыпқа келу. Бастапқы қалып - аяқтарын тік түзеп отыру, қолдарын артқа тіреу. Оң аяқты көтеру, түсіру. Сол аяқты көтеру түсіру. Бастапқы қалып - аяқтарын қосу, қолдарын беліне қою.				

		Тыныс алу жаттығулары "Түлкіні тап" ойыны. Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Біріңнің артыңнан бірің ақырын жүріп отырып, асықпай іздейміз, түлкіні тауып алған балалар қолдарыңды жоғары көтересіңдер! Педагог балаларды осылай ынталандырып, ойын түрінде тыныс алу жаттығуларын өзімен бірге орындатады.	Қимылды ойын «Мысық пен тышқандар» Мақсат-міндеттер. Балалар-тышқандар өз індерінде отырады (бөлменің қабырғасын жағалай немесе алаңның жан-жағына қойылған орындықтарға). Алаңның бір бұрышында мысық отыр. Мысықтың рөлін педагог атқарады. Мысық ұйықтап кеткенде тышқандар бөлмеде жүгіреді. Бірақ мысық оянады, керіліп-созылады, мияулайды және тышқандарды ұстай бастайды.	Ұлттық ойын. Алтыатар ойыны Көндегі кенейлердің бір шетіне түпте қалған (сақасы шықпаған)балан ың сақасы тігіледі. Кенейдің арасында саңлау болмай тіркестіріле қойылады. Көннің екі жағына 1м жерден су (сызық) ал 5-6 м жерден қаракшы белгілейді. Кімде кім түптегі сақаны жұлып кетсе (суданшығарса) бүкіл кенейді сол алады. Ал сақаға тимей кенейді ұшырса, оның судан шыққаны ғана соныкі болып табылады. Атү саны — 6	Ритмикалық жаттығулар Қолдарыңды көтеріңдер - бір дейік. Көп отырып, қатты шаршап жүрмейік. Қолды создық, басты бұрдық - екі деп, Қозғалыспен әрбір адам жетіледі. Алға, артқа қарадық та - үш дедік. Тағы жаңа жаттығулар істедік. Түсірейік қолды төрт пен бесті айтып, Отырайық көңілді енді марқайтып.	Музыкалық-ырғақты жаттығуы. Бойды бүкпей тік ұста, Еркін тұрып тыныста. Жай оң қолды оң жаққа, Жай сол қолды сол жаққа. Екі қолды белге ұста. Алға қарай бір адым, Артқа қарай бір адым. Қос аяқтап топ – топ, Алақанды соқ – соқ.
--	--	---	---	---	--	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"
--------------------------------------	---------------	---

Ұйымдастырылған іс-әрекет	09.30 - 11.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Допты қақпаға дәлдейміз". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Допты қақпаға дәлдейміз". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Зырылдайды трактор". және сыртына секіруге жаттықтыру. 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Кімнің адымы нық?"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Шалқан өсті" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Орындықта бүйірлік адыммен жүру". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Доға астынан өту кезінде топтасу"	1. Кіші тобы «Балапан» "Мергендікті шыңдаймыз". тәрбиелеу. 2. Кіші тобы «Ботақан» "Мергендікті шыңдаймыз". тәрбиелеу. 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Шаршағанымызды басайық". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Доға астынан өту кезінде топтасуды пысықтау"	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қоянмен бірге жазғы саябақта серуендейік" 2. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Егіншілік". 3. Ересек топ «Қарлығаш» "Етпетімен еңбектеу".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Жазда спортпен шұғылданамыз" кеңейту. 2. Кіші тобы «Балапан» "Шынығамыз жазда". 3. Кіші тобы «Ботақан» "Шынығамыз жазда". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Доға астынан өту кезінде топтасуды пысықтау"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		29.05.2023ж.	30.05.2023ж.	31.05.2023ж.	01.06.2023ж.	02.06.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамытушы жаттығулар Жалпы дамыту жаттығулары. (сылдырмақпен) Бастапқы қалып - аяқтар иықтың деңгейінде, қолдарында сылдырмақ. Сылдырмақтарды қолдарына алып, екі жаққа соғып, жоғары көтеру, сылдырлату, төмен түсіру, қайтадан алғашқы қалыпқа оралу. Бастапқы қалып - аяқтар иықтың деңгейінде, қолдарында сылдырмақтар. Еңкейіп, сылдырмақтарын аяқтың саусақтарына тигізу, тік тұру. Бастапқы қалып - аяқтар иықтың деңгейінде, сылдырмақтарды иыққа қойып тұру. Жартылай отырып, сылдырмақтарды еденге қою; қолдарын белге қойып, жартылай отыру, сылдырмақтарын алу, алғашқы қалыпқа оралу. Бастапқы қалып - отыру, сылдырмақтарды иыққа қойып ұстау. Оңға (солға) бұрылу, сылдырмақты аяқтың ұшына жаұындатып қою, оңға (солға) бұрылу, сылдырмақты көтеріп алу, алғашқы қалыпқа оралу. Бастапқы қалып - аяқтарымыз сәл ашылған, сылдырмақтар қолда, кеуде тұсында.				

		Қимылды қозғалыс ойындары "Саппен жүру жаттығуы". Балалардың сапта түзу бағытпен жүріп, екі аяқпен секіріп, алға жылжу қабілеттерін жетілдіру, тепе-теңдікті сақтау қабілеттерін дамыту, бұлшық еттерін шымыр ету. Педагог балаларды көркем сөзбен қимылдарға ынталандырады. - Алдымызда ұзынша Жайылып тұр жолақша. Топ-топ етіп басайық, Қадам басып барайық. Секіреміз оп-оп! Біз жүреміз топ боп	"Қоңыздар" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер. "Қоңыздар ұшты!" деген белгі бойынша немесе музыка ойнағанда балалар зал ішінде шашырай жөнеледі. Ал "Қоңыздар құлап қалды" деген белгіде немесе басқа бір музыка ойнаса не дабылдың ырғағы өзгерсе, балалар шалқалап жатып алады да, аяқтары мен қолдарын көтереді, яғни, бұл "қоңыздар тырбандап жатыр" дегенді білдіреді. "Қоңыздар ұшты!" деген	Ритмикалық жаттығулар "Паровоз" - Паровоз баста алға, - Бәрімізді басқар да! - Пш-пш, пш-пш! - біз кеттік, - Жүрісті біз гулеттік. - Жүрісті біз гулетіп. - Гу-гу, гу-гу, гуілдеп - Қалып қойма бірің де - Пш-пш, пш-пш! - біз кеттік, - Жүрісті біз үдеттік.	
--	--	--	---	---	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет	09.30 - 11.15	1. Кіші тобы «Балапан» "Көпіршіктер жасаймыз". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Көпіршіктер жасаймыз". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Шынығамыз жазда". 4. Ересек топ «Қарлығаш» "Жәндіктерді бақылаймыз, еңбектейміз, жорғалаймыз".	1. Ерте жас тобы «Айгөлек» "Қош келдің, жаз!" 2. Ересек топ «Қарлығаш» "Жайдары жаздың ойындары". 3. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Доға астынан өту кезінде топтасу"	1. Кіші тобы «Балапан» "Жазда жылдам өсеміз". 2. Кіші тобы «Ботақан» "Жазда жылдам өсеміз". 3. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Жадырайды жанымыз". 4. Мектепалды топ «Жұлдызша» "Доға астынан өту кезінде топтасуды пысықтау"	Жазғы сауықтыру бағдарламасы.	Жазғы сауықтыру бағдарламасы.

Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.