

«Қазына» бөбекжайы



«Бекітемін»

«Қазына» бөбекжай меңгерушісі

Э.А.Бегалиева

«Ботақан» ортаңғы тобы

**Дене шынықтыру нұсқаушысының
2023-2024 оқу жылына арналған тәрбиелеу-
білім беру процесінің циклограммасы.**

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Қалдыбек А.

2023-2024 оқу жыл

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
		04.09.2023ж.		06.09.2023ж.	07.09.2023ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.30 – 09-00	<p align="center">ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ</p> <p align="center">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 қалыпқа келу (4-5 рет). 2. "Кірпіштерді қалаймыз" жаттығуы. Бастапқы қалып отырып аяқты бірге ұстау, қол тізде. 1 - оң жаққа бұрылып, еденді текшемен ұру ""Кірпіштерді қалаймыз"" деп айтқызу. 2 - бастапқы қалыпқа келу (сол жаққа дәл осы жаттығу қайталанады). 3. "Шеге қағамыз" жаттығуы. Бастапқы қалып тік тұру, қолды төменде ұстау. 1 - жерге отырып, текшелермен еденді ақырын тарсылдату "Шеге қағамыз" деп айтқызу. 2 - бастапқы қалыпқа келу (4-6 рет)."</p>				
		<p>Кіріспе жаттығулары, қайта құрылу</p> <p>1. Залда еркін жүру. 2. Шеңбер бойымен бірінен соң бірі жүру; 3. Қолдары белде, аяқтарының ұшымен жүру. 4. Бірінен соң бірі жеңіл жүгіру. 5. Қолдар шынтакта бұғулі, өкшелерімен жүру. 6. Жүгіру. 7. Тыныс алуды қалпына келтіруге арналған жаттығу. 8. Залда, педагогке қарап, тұрып орналасу.</p>	<p>Тыныс алу жаттығулары</p> <p>"Түлкіні тап" ойыны. Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Бірінің артынан 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.</p>	<p>Қозғалмалы ойындары</p> <p>“Құстар мен мысық”, “Қарғалар” (мөлшері 2-3рет). Мақсаты: балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын, бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру; ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру; балаларды салауатты өмір салтына тәрбиелеу.</p>		

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30	<p>Ортаңғы топ "Қуыршақ Дана сапта тұр" Мақсат-міндеттері. Балаларды сапқа бір-бірден және бірінің артынан бірі тұрып жүруге, жүгіру жаттығуларын жасауға үйрету; сап түзеп тізесін жоғары көтеріп жүру дағдыларын жетілдіру; сап түзеп жүргенде қимыл үйлесімділігін сақтау қабілетін қалыптастыру; 2-3 метр қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяғымен секіру және бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты домалату дағдысын жетілдіру; сап түзеп шеңберге ауысу дағдыларына үйрету.</p>		<p>Ортаңғы топ "Әдемі сап түзейміз!" Мақсат-міндеттері. Балаларды бірінің артынан бірі сап түзеп жүру, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен жүріп, жай қалыпқа түсу, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіру, жүгіріп келе жатып жай жүріске ауысу және тізені жоғары көтеріп, денені тік ұстап жүру іскерліктерін дамыту;</p>	<p>Ортаңғы топ "Сапқа тұрайық". Мақсат-міндеттері. Балаларды сап түзеп тізесін жоғары көтеріп жүру дағдыларын жетілдіру; сап түзеп жүргенде қимыл үйлесімділігін сақтау қабілетін қалыптастыру; 2-3 метр қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяғымен секіру және бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты домалату дағдысын бекіту</p>	
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	Бейсенбі	Жұма
		11.09.2023ж.		13.09.2023ж.	14.09.2023ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.30	<p style="text-align: center;">ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ</p> <p style="text-align: center;">1 – Бастапқы қалып – негізгі тұрыс, қолды төмен түсіріп тұру.</p> <p style="text-align: center;">1.1. – қолды жан-жаққа созып, жоғары көтеріп, саусақтарды қимылдатып, ""Жалауды желбірейік"" деп айту, демді ішке тарту.</p> <p style="text-align: center;">1.2. – қолды төмен түсіру, демді сыртқа шығару (3 рет қайталау).</p> <p style="text-align: center;">2. Бастапқы қалып – аяқтарды сәл алшақ қойып, қолдарды төмен түсіріп тұру.</p> <p style="text-align: center;">2.1. – басты оңға иіп, қолды екі жаққа жіберу, жалауларды желбірету.</p> <p style="text-align: center;">2.2. – Бастапқы қалыпқа оралу.</p> <p style="text-align: center;">2..3. – басты солға иіп, қолды сырғытып төмен түсіріп, жалаулардың басын жоғары қаратып тік ұстау.</p> <p style="text-align: center;">2.4. – Бастапқы қалыпқа оралу (3 рет қайталау).</p> <p style="text-align: center;">3. Бастапқы қалып – аяқтарды бірге қойып, қолдарды төмен түсіріп тұру.</p> <p style="text-align: center;">3.1. – жерге отырып, қолды жанына қою, жалауларды желбірету.</p> <p style="text-align: center;">3.2. – Бастапқы қалыпқа келу.</p> <p style="text-align: center;">3.3. – жерге отырып, қолды алға жіберу, жалауларды желбірету.</p> <p style="text-align: center;">3.4. – Бастапқы қалыпқа келу (3 рет қайталау).</p>				
		<p>Кіріспе жаттығулары, қайта құрылу</p> <p>1. Залда еркін жүру.</p> <p>2. Қуыршақтарды құрсауға отырғызу.</p> <p>3. - шеңбер бойымен бірінен соң бірі жүру;</p> <p>- қолдары белде, аяқтарының ұшымен;</p> <p>- бірінен соң бірі жеңіл жүгіру;</p> <p>- қолдар шынтақта бұгулі, өкшелерімен жүру;</p> <p>4. Қуыршақтарға қалай жүгіруге болатындығын</p>		<p>Тыныс алу жаттығулары</p> <p>«Мақтаны ұшырайық»</p> <p>Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру.</p> <p>Шарты: ақ ұлпа жұмсақ мақталарды терең дем алу арқылы балалар үрлеп ұшырады .</p>	<p>Қозғалыс ойындары</p> <p>"Қояндар мен қасқыр".</p> <p>Мақсаты: балалардың физикалық белсенділігін дамытуды жалғастыру.</p>	

		көрсетейік. 5. Тыныс алуды қалпына келтіруге арналған жаттығу. Ескерту: ұялшақ балаларды немесе балабақшаға жаңадан келгендерді қолынан алып, бірге жүреді.			
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.30	"Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"			
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30	Ортаңғы топ "Шеңберге өз еркімізмен тұрамыз" Мақсат-міндеттері. Балаларды музыка әуенімен бірінің артынан бірі шеңбер жасап жүруге, педагогтің белгісі бойынша аяқтың ұшымен жүру және баяу жүдруден кейін, жылдам ойнаған музыка әуенімен жүгіру, жүгіріп келе жатып жай жүріске түсу, тізені жоғары көтеріп, денелерін тік ұстап жүру іскерліктерін дамыту; екі аяғымен ұзындыққа секіру және екі топ бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты қақпаға дәлдеп домалату іскерліктерін жетілдіру; қимыл ойыны арқылы допты белгілі бір бағытта домалату іскерліктерін бекіту..		Ортаңғы топ "Бауырсақпен шеңберге тұру". Мақсат-міндеттері. Балаларды шеңберге тұруға үйрету; шеңберге өз еріктерімен тұру қабілетін қалыптастыру; ұзындыққа екі аяғымен секіру және бір-біріне қарама-қарсы отырып, допты қақпаға дәлдеп домалату дағдысын жетілдіру; сап түзеп шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларына үйрету.	Ортаңғы топ "Шеңберге өз еркімізмен тұрамыз" Мақсат-міндеттері. Балаларды музыка әуенімен бірінің артынан бірі шеңбер жасап жүруге, педагогтің белгісі бойынша аяқтың ұшымен жүру және баяу жүдруден кейін, жылдам ойнаған музыка әуенімен жүгіру, жүгіріп келе жатып жай жүріске түсу.
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	Бейсенбі	Жұма
		18.09.2023ж.		20.09.2023ж.	21.09.2023ж.	.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.30	<p style="text-align: center;">ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ</p> <p>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).</p> <p>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);</p> <p>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).</p>				
		<p>Кіріспе жаттығулары, қайта құрылу Балаларды шеңбер бойымен оң және солға қарай аяқтың ұшымен, өкшемен, жартылай жүрелей отырып, баяу және шапшаң жүргізу, жүгірту, қоян сияқты секірту; Қолдағы білезіктерін</p>		<p>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,</p>	<p>Қозғалыс ойындары "Кім жылдам", "Батпырауық және тауық". Мақсаты: жүгіру, көтерілу, секіру қабілеттерін жетілдіру; реакцияны дамыту.</p>	.

		айналдырып, қолдарымен қоянның құлағын көрсете отырып, саусақтарын қимылдату; иықты алға және артқа созып, жоғары көтеріп, төмен түсіруді алмастыра орындап жүгіру.		жәйменен дем шығарады.		
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30	Ортаңғы топ "Епсіз қонжық" Мақсат-міндеттері. Балаларды бірінің артынан бірі сап түзеп, аяқтың ұшымен жүруді үйрету; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін қалыптастыру; қиғаш тақтайдың үстімен жүру және бір бағытта еңбектеу дағдысына үйрету; сап түзеп шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын жетілдіру.		Ортаңғы топ "Аяқтың ұшымен жүрейік". Мақсат-міндеттері. Балаларды биік қиғаш тақтайдың үстімен жүру және бір бағытта еңбектеу техникаларын жетілдіру; ұйымдастырылған іс-әрекетті пысықтау. Пысықтау ойыны арқылы заттарды көлеміне қарай сәйкестендіру іскерліктерін дамыту	Ортаңғы топ "Тақтайдың үстімен бірге жүрейік". Мақсат-міндеттері. Балаларды музыка әуенімен бірінің артынан бірі шеңбер жасап жүру, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен жүру және жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіру, жүгіріп келе жатып, жай жүріске түсу және аяқтың ұшымен денелерін тік ұстап жүру іскерліктерін жетілдіру; биік қиғаш тақтайдың үстімен жүру және бір бағытта еңбектеу техникаларын бекіту.	
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	Бейсенбі	Жұма
-------------	--------	----------	----------	----------	----------	------

		25.09.2023ж.	27.09.2023ж.	28.09.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық		
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.30	<p align="center">ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ</p> <p align="center">1. "Зырылдауық" жаттығуы. Бастапқы қалып: аяқ сәл алшақ, қол төмен. 1 - қолды екі жаққа созу. 2 - екі қолды кеуде тұсына әкеліп, бір-бірінен айналдырып, "р-р-р" деп айту. 3 - екі жаққа созу. 4 - бастапқы қалыпқа келіп, "төмен"деу. Бастапқы кезде қолды ақырын айналдыру, біртіндеп жылдам айналдыру (5 рет).</p> <p align="center">2. "Тізені шапалақтау" жаттығуы. Бастапқы қалып: аяқ иық деңгейінде, қол артта. 1 - 2 - оң тізеге (сол) еңкейіп, "шарт"деу. 3 - 4 - бастапқы қалып.(5 рет). 3. "Созыл" жаттығуы. Бастапқы қалып: өкшеде отыру, қол иықта. 1 - 2 рет тізеге көтерілу (тұру), қолды жоғары созу, созыла жоғары қолға қарау. 3 - 4 - бастапқы қалыпқа келу. (4-5 рет). 4. "Сағаттың тілі" жаттығуы. Бастапқы қалып: аяқты айқастыра отыру, қол белде. 1 - оңға еңкейіп "тик" деу. 2 - бастапқы қалыпқа келіп, "так" деу. 3 - солға еңкейіп,"тик" деу. 4 - бастапқы қалыпқа келіп, "так" деу. (6 рет).</p>		
		<p>Кіріспе жаттығулары, қайта құрылу</p> <p>1. Топпен жүру және жүгіру.</p> <p>2. Жүру және жүгіру (кезектесіп).</p> <p>3. Залдың бүкіл аумағын пайдаланып, жүруге және жүгіру.</p> <p>4. Жол бойымен жүру - екі сызық арасында (ені 35 - 30 см).</p>	<p>Тыныс алу жаттығулары</p> <p>«Жалаушаларды ұшыру, көкке көтеру»</p> <p>Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру.</p> <p>Шарты: түрлі-түсті кішкентай жалаушаларды балалар үрлеп ұшырады..</p>	<p>Қимылды қозғалыс ойындары</p> <p>"Жалауға жүгір"</p> <p>Мақсаты. Балаларды көрсетілген белгі жалауға қарай жүгіруді үйрету; бұлшық еттерді, кеңістікті бағдарлау қабілетін дамыту.</p> <p>- Балалар, жалаулармен ойнайықшы.</p> <p>Педагог түсі үш түрлі жалауды алаңның үш</p>

					<p>бағытына қадап қояды.</p> <p>- Балалар мына жалаулардың түстерін атайықшы. (Қызыл, сары, көк).</p> <p>- Жарайсыңдар.</p> <p>- Қазір мен атаған жалауға жүгірейік. Мұқият болыңдар!</p> <p>Педагог кезегімен үш жалаудың бір түсін атап, балаларды сол жаққа бағыттайды.</p> <p>- Қанекей, балалар, түзу тұр!</p> <p>- Қызыл (сары, көк) жалауға жүгір!</p> <p>Педагог дауыс күшін шамалы қолданады, балалардың бір-біріне соқтығысып қалмауын ескереді.</p>
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"			
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30	<p>Ортаңғы топ</p> <p>"Күн дидарлы Қазақстан".</p> <p>Мақсат-міндеттері.</p> <p>Балаларды сап түзеп, бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; бөренемен жүру және допты лақтыру, ұтып алу дағдысына үйрету; сап түзеп шеңберге, шеңберден сапқа ауысу дағдыларын әрі қарай жетілдіру.</p>	.	<p>Ортаңғы топ</p> <p>"Күндей сары дөңгелек".</p> <p>Мақсат-міндеттері.</p> <p>Балаларды музыка әуенімен бірінің артынан бірі шеңбер жасап жүру, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен жүру және жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіру, жүгіріп келе жатып, жай жүріске түсу және аяқтың ұшымен денелерін тік ұстап жүру іскерліктерін дамыту; бөренемен жүру, допты</p>	<p>Ортаңғы топ</p> <p>"Бөренемен жүреміз".</p> <p>Мақсат-міндеттері.</p> <p>Балалардың бөренемен жүру және допты лақтыру техникасын бекіту;</p> <p>ұйымдастырылған іс-әрекетті пысықтау; балаларды ептілікке, шапшаңдыққа тәрбиелеу.</p>

				лақтыру іскерліктерін қайталау.		
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	Бейсенбі	Жұма
		02.10.2023ж.		04.10.2023ж.	05.10.2023ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p align="center">ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ</p> <p align="center">"1. Бастапқы қалып – негізгі тұрыс. Бір-біріне қарап, қол ұстасып тұру. 1–1– қолды екі жаққа созу ""Тамаша!"" деп айту. 1–2 – қолды жоғары көтеру, аяқтың ұшымен тұру ""Күн қандай әдемі!"" деп айту, демді ішке тарту; қолды екі жаққа созу ""Тамаша!"" деп айту; бастапқы қалыпқа келу (3 рет орындау).</p> <p align="center">2. Бастапқы қалып – қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне теріс қарап тұру, аяқ иық деңгейімен бірдей. 2–1 – қолды жібермей ұстап оңға бұрылу ""Күлейік!"" деп айту. 2–2 – солға бұрылып, ""Күлейік!"" деп айту.</p>				

		<p>Бастапқы қалыпқа келу (4 рет орындау).</p> <p>3. Бастапқы қалып – қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 3–1 – қолды жібермей, бір жұп секіреді ""Секіреміз доптай!"" деп айту. 3–2 – қолды жібермей, екінші жұп секіреді, ""Секіреміз доптай!"" деп айту. Бастапқы қалыпқа келу (4 рет орындау). "</p>				
		<p>Кіріспе жаттығулары, қайта құрылу</p> <p>1. Бірінің соңынан бірің жүріңдер. (жүгіріңдер). 2. Бір-біріне параллель екі сызықтың арасында тура бағытта жүру және жүгіру. 3. Таяқтың аттап өту. Тыныс алуды қалпына келтіру жаттығуы «Біздің мұрындар тыныс алады».</p>		<p>Тыныс алу жаттығулары «Жапырақтарды ұшыр» Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: Мұрынмен терең дем алып, ауызбен дем шығару арқылы кішкентай жапырақтарды үрлеп ұшыру.</p>	<p>Қимылды қозғалыс ойындары "Күн мен жаңбыр" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсаты: балаларды белгі бойынша жан-жаққа шашырап жүгіруге және бір-біріне соғылмай, бір жерге жиналуға дағдыландыру; вестибуляр аппаратын, кеңістікті бағдарлау қабілетін жетілдіру; ептілікке, достыққа тәрбиелеу.</p>	
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.15	"Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30 - 11.15	<p>1 Ортаңғы топ "Домалайды алмалар". Мақсат-міндеттері. Балаларды бірінің артынан бірі сап түзеп аяқтың ұшымен және өкшемен жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; тұрған заттың басына допты тигізу арқылы жоғары секіру және допты аяқпен қайшылап ұстап, отырып-тұрып домалату дағдысын үйрету.</p>		<p>1. Ортаңғы топ "Допты домалатайық". Мақсат-міндеттері. Балаларды бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен сап түзеп жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілеттерін дамыту; тұрған заттың басына доп тигізу арқылы жоғары секіру және допты аяқпен қайшылап ұстап, отырып-тұрып домалату іскерліктерін жетілдіру.</p>	<p>1 Ортаңғы топ "Домалайық". Мақсат-міндеттері. Балаларды тұрған заттың басына доп тигізу арқылы жоғары секіру және допты аяқпен қайшылап ұстап, отырып-тұрып домалату іскерліктерін бекіту, ұйымдастырылған іс-әрекетті пысықтау.</p>	
Залдағы өзіндік	12.15 -	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске				

жұмыс	13.00	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	Бейсенбі	Жұма
		09.10.2023ж.		11.10.2023ж.	12.10.2023ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p align="center">ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ</p> <p align="center">"1. Бастапқы қалып – негізгі тұрыс. Бір-біріне қарап, қол ұстасып тұру. 1–1 – қолды екі жаққа созу ""Тамаша!"" деп айту. 1–2 – қолды жоғары көтеру, аяқтың ұшымен тұру ""Күн қандай әдемі!"" деп айту, демді ішке тарту; қолды екі жаққа созу ""Тамаша!"" деп айту; бастапқы қалыпқа келу (3 рет орындау).</p> <p align="center">2. Бастапқы қалып – қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне теріс қарап тұру, аяқ иық деңгейімен бірдей. 2–1 – қолды жібермей ұстап оңға бұрылу ""Күлейік!"" деп айту. 2–2 – солға бұрылып, ""Күлейік!"" деп айту. Бастапқы қалыпқа келу (4 рет орындау).</p> <p align="center">3. Бастапқы қалып – қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 3–1 – қолды жібермей, бір жұп секіреді ""Секіреміз доптай!"" деп айту. 3–2 – қолды жібермей, екінші жұп секіреді, ""Секіреміз доптай!"" деп айту. Бастапқы қалыпқа келу (4 рет орындау). "</p>				
		Кіріспе жаттығулары, қайта құрылу 1. Біріңнің соңыңнан бірін жүріңдер. (жүгіріңдер). 2. Бір-біріне параллель екі сызықтың арасында тура бағытта жүру және жүгіру.		Тыныс алу жаттығулары Тыныс алу жаттығулары "Мені асықпай қуып жетіңдер" ойыны. Педагог қолдарын жоғары көтеріп, төмен түсіріп, дем алу, дем шығару	Қимылды қозғалыс ойындары "Күн мен жаңбыр" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсаты: балаларды белгі бойынша жан-жаққа шашырап жүтіруге және бір-біріне	

		3. Таяқтың аттап өту. Тыныс алуды қалпына келтіру жаттығуы «Біздің мұрындар тыныс алады».		жаттығуларын жасайды. Сол арқылы балалар да педагогқа еліктеп, жаттығуларды қайталайды.	соғылмай, бір жерге жиналуға дағдыландыру; вестибуляр аппаратын, кеңістікті бағдарлау қабілетін жетілдіру; ептілікке, достыққа тәрбиелеу.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"			
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30 - 11.15	1. Ортаңғы топ "Ғажап күздің сыйлығы". Мақсат-міндеттері. Балаларды бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен сап түзеп жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; тұрған заттың басына допты тигізу арқылы жоғары секіру және қиғаш тақтайдың үстімен жүру дағдысын жетілдіру.	.	1. Ортаңғы топ "Күз қандай?" Мақсат-міндеттері. Балаларда тұрған заттың басына допты тигізу арқылы жоғары секіру; қиғаш тақтайдың үстімен жүру дағдыларын жетілдіру; гимнастикалық шеңберлермен жалпы дамыту жаттығуларын жасауға ынталандыру; ұйымдастырылған іс-әрекетті пысықтау.	1. Ортаңғы топ "Айнала алтын күз". Мақсат-міндеттері. Балалардың бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен сап түзеп жүру іскерліктерін жетілдіру, тұрған заттың басына допты тигізу арқылы жоғары секіру, қиғаш тақтайдың үстімен жүру дағдыларын бекіту, ұйымдастырылған іс-әрекетті қорытындылау.
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	Бейсенбі	Жұма
		16.10.2023ж.		18.10.2023ж.	19.10.2023ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ</p> <p style="text-align: center;">1. Б.қ.аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.</p> <p style="text-align: center;">1.1. Балалар жалаулармен беттерін жауып "тауып ал" деген сөзді айтады.</p> <p style="text-align: center;">1.2. Б.қ. (жаттығу 4-5 рет қайталанады).</p> <p style="text-align: center;">2. Б.қ. аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.</p> <p style="text-align: center;">2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, жалаулармен умаждап "жуамыз" деген сөзді айтады.</p> <p style="text-align: center;">2.2. Б.қ. (дәл осы жаттығу сол жаққа қайталанады және 4 рет қайталанады).</p> <p style="text-align: center;">3. Б.қ. жерде отырады, аяқ алшақ, жалаулар тізе үстінде.</p> <p style="text-align: center;">3.1. Жерге шалқадан жатып, жалауларын беттерін жауып "ұйықтайық" дейді.</p> <p style="text-align: center;">3.2. Б.қ. (жаттығу 3 рет қайталанады).</p> <p style="text-align: center;">4. Б.қ. аяқ бірге, дене бос, қол төменде.</p> <p style="text-align: center;">4.1. Жалауларын көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру.</p> <p style="text-align: center;">4.2. Б.қ. (жаттығу 3 рет қайталанады).</p>				
		<p>Кіріспе жаттығулары, қайта құрылу</p> <p>Балалар музыка әуенімен бірінің артынан бірі шеңбер жасап жүреді, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен жүреді және жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіреді, жүгіріп келе жатып, жай жүріске түседі және аяқтың ұшымен денелерін тік ұстап жүреді.</p>		<p>Тыныс алу жаттығулары "Шар"</p> <p>Қолға алып, желі жоқ әуе шарын, Үрлейміз шарымыз дәу болғанша.</p> <p>Дем алып, мұрынмен дем шығарып, Үрлейміз ішіне жел толғанша.</p> <p>Дем алып, мұрынмен дем шығарып, Үрлейміз ішіне жел толғанша.</p>	<p>Қимылды қозғалыс ойындары</p> <p>"Аңшылар мен қояндар"</p> <p>қимыл-қозғалыс ойыны.</p> <p>Мақсаты: балаларды ойын шартын бұзбай ойнауға дағдыландыру; мергендікке, дәлдікке, шапшаңдыққа, жылдамдыққа, қимылдардың үйлестіре білуге бейімдеу; ұйымшылдыққа тәрбиелеу.</p>	
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. Ортаңғы топ "Нанның құдіреті". Мақсат-міндеттері. Балаларды сап түзеп бірінің		1. Ортаңғы топ "Ас - адамның арқауы". Мақсат-міндеттері. Балаларды педагогтің белгісі бойынша	1. Ортаңғы топ "Нан бар жерде ән бар". Мақсат-міндеттері. Балаларды бірінің артынан	

		артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; бөрененің үстімен сенімді жүруге үйрету және допты лақтыру, қағып алу дағдысын жетілдіру..	аяқтың ұшымен және өкшемен жүру, жүгіру, жүгіріп келе жатып жай жүріске түсу және аяқтың ұшымен денелерін тік ұстап жүру, шеңбер құрау қабілеттерін жетілдіру; бөрененің үстімен сенімді түрде жүру, допты лақтыру және қағып алу дағдыларын дамыту.	бірі аяқтың ұшымен және өкшемен сап түзеп жүру дағдыларын жетілдіру; бөрененің үстімен сенімді түрде жүру; допты лақтыру және қағып алу дағдыларын бекіту.
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	Бейсенбі	Жұма
		23.10.2023ж.		25.10.2023ж.	26.10.2023ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p align="center">ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ</p> <p align="center">1. "Допты қой" ойыны.</p> <p align="center">Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты оң қолмен ұстап тұру.</p> <p align="center">1 – екі қолды жан-жаққа созу, қайтадан допты алу.</p> <p align="center">2 – бір қолды алға созып, допты сол қолға ауыстыру.</p> <p align="center">екі қолды жан-жаққа созу</p> <p align="center">4 – бастапқы қалыпқа келу (3 рет).</p> <p align="center">2. "Допты бер" ойыны.</p> <p align="center">Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыда екі қолмен ұстап тұру.</p> <p align="center">1 – жерге отыру, допты жерге қою.</p> <p align="center">2 – бастапқы қалыпқа келу.</p> <p align="center">3 – жерге отыру, допты жерге қою.</p> <p align="center">4 – бастапқы қалыпқа келу (4 рет).</p>				

		Кіріспе жаттығулары, қайта құрылу Балалар музыка әуенімен бірінің артынан бірі жүреді, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүреді, жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіреді, жүгіріп келе жатып, жай жүріске түседі және аяқтың ұшымен денелерін тік ұстап жүреді.		Қимылды қозғалыс ойындары "Аю" қимыл ойыны. Педагог балаларды екі топқа бөліп, еңіс тақтайдың үстімен жоғары және төмен аю сияқты белгіленген межеге дейін жүру керегін айтады. Екі топтан бір-бір баладан шығып, екі қолды екі жаққа жіберіп, еңіс тақтайдың үстімен жүрер алдында аю сияқты ақырып, межеге дейін жүріп өтулері тиіс. Ойын 2-3 айналымды құрайды.
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. Ортаңғы топ "Торғай секіреді". Мақсат-міндеттері. Балаларды бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен сап түзеп жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; алға жылжи отырып, екі аяғымен секіруге үйрету және допты аяқпен қайшылап ұстап, отырып-тұрып домалату дағдысын жетілдіру		1. Ортаңғы топ "Торғай секілді секіреміз". Мақсат-міндеттері. Балалардың бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен сап түзеп жүру іскерліктерін жетілдіру; алға жылжи отырып, екі аяғымен секіру және допты аяқпен қысып ұстап, отырып-тұрып домалату дағдыларын бекіту.
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	Бейсенбі	Жұма
		30.10.2023ж.		01.11.2023ж.	02.11.2023ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық		Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p>Жалпы дамыту жаттығулары (орамалмен).</p> <p>1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.</p> <p>1.1. Балалар орамалмен беттерін жауып, ""тауып ал"" деген сөзді айтады.</p> <p>1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады).</p> <p>2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.</p> <p>2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, орамалдарын умаждап ""жуамыз"" деген сөзді айтады.</p> <p>2.2. Бастапқы қалып. (дәл осы жаттығу сол жаққа қайталанады және 4 рет қайталанады).</p> <p>3. Бастапқы қалып: жерде отырады, аяқ алшақ, орамал тізе үстінде.</p> <p>3.1. Жерге шалқасынан жатып, орамалмен беттерін жауып ""ұйықтайық"" деген сөзді айтады.</p> <p>3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).</p> <p>4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде.</p> <p>4.1. Орамалды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру.</p> <p>4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).</p>				

		<p>Негізгі қимылдар 1) еденде тұрған тақтаймен өрмелеу; 2) алға жылжи отырып, екі аяқпен секіру.</p>		<p>Тыныс алу жаттығуы «Шарды үрлейміз» Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: бала шарды алып, алдымен қатты, сонан соң жаймен үрлейді.</p>	<p>Қимылды қозғалыс ойындары "Аралар мен аюлар" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: ауыспалы қадамдармен гимнастикалық сатымен өрмелеуге жаттықтыру; допты лақтыру мен қағып алуға жаттықтыру.</p>	
<p>Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық</p>	<p>08.50 - 09.00</p>	<p>"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"</p>				

Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30- 11.15	09.30	1.Ортаңғы топ "Жомарт қораз". Мақсат- міндеттері. Балаларды бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен сап түзеп жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; еденде тұрған тақтаймен өрмелеу және алға жылжи отырып, екі аяқпен секіру дағдысын үйрету.		1. Ортаңғы топ "Қораз секілді қанат қағайық". Мақсат- міндеттері. Балаларды еденде тұрған гимнастикалық тақтаймен тартылып өрмелеу техникасын дамыту; алға жылжи отырып, екі аяқпен секіру дағдыларын жетілдіру; қораз туралы білімдерін толықтыра отырып, қораздың дауысын тыңдату.	1. Ортаңғы топ "Өрмелейік, қане біз". Мақсат- міндеттері. Балаларда еденде тұрған гимнастикалық тақтаймен	
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	Бейсенбі	Жұма
	06.11.2023ж.			08.11.2023ж.	09.11.2023ж.

7.55

Таңғы жаттығуға дайындық

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)."

	<p>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.</p>		<p>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 .</p>	<p>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.</p>	
08.50 - 09.00	<p>"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"</p>				

09.30 11-15	1. Ортаңғы топ "Машина зырылдап жүреді". Мақсат-міндеттері. Балаларды бірінің артынан бірі аяқтың ұшымен және өкшемен сап түзеп жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; таяқ астынан тізе мен саусақты жерге тіреп, төрттағандап еңбектеу және алға жылжи отырып, екі аяқпен бір орында жеңіл секіру дағдысына үйрету.		1. Ортаңғы топ "Рулімізді бұрайық". Мақсат-міндеттері. Балаларда сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру дағдыларын қалыптастыру; таяқ астынан тізе мен саусақты жерге тіреп, төрттағандап еңбектеу дағдыларын дамыту.	1. Ортаңғы топ "Зу-зу етіп көшеде". Мақсат-міндеттері. Балаларда гимнастикалық таяқтың астынан төрттағандап еңбектеп өту және	
11.15 - 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 тәртiбi	Уақыты	Дүйсенбi	Сейсенбi	Сәрсенбi	Бейсенбi	Жұма
		13.11.2023ж.		15.11.2023ж.	16.11.2023ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p>"Жалпы дамыту жаттығулары (сылдырмақтармен).</p> <ol style="list-style-type: none">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)."
---------------	---------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>"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)</p>		<p>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.</p>	<p>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</p>
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>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.</p>		<p>өткізіледі. Ойынға қатысушылар екі топқа бөлінеді. Аралығы 30-40 метрдей жерге бір-біріне қарама-қарсы орналасады. Қаз-қатар қол ұстасып, тізіліп тұрады. Жеребе бойынша ойынды бастаған топтың балалары әндете өлең айтады. - Ақ серек, көк серек, Бізден сізге кім керек? Екінші топтағылар ойыншының атын атайды. Сол кезде аты</p>	
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

					<p>аталған бала өз тобынан шығып, екпіндей жүгіріп келеді де, қарсы топтың тізбегін үзіп кетуге тырысады. Егер үзіп кетсе, бір баланы жетелеп апарып, өз тобына қосады. Үзе алмаса, өзі сол топта қалады. Ескерту: педагог ойын ойнау алдында қауіпсіздік ережелерін қайталап, нұсқау беру тиіс.</p>	
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				

<p>Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15</p>	<p>09.30</p>	<p>1. Ортаңғы топ "Сұр көжек". Мақсат-міндеттері. Балаларға бірінің артынан бірі бастарын төмен түсірмей, шалынып кетпей, аяқ-қолды бірге қозғалтып, саппен еркін жүгіруді үйрету.</p>		<p>1. Ортаңғы топ "Қоян секілді секірейік". Мақсат-міндеттері. Балаларды бірінің артынан бірі бастарын төмен түсірмей, шалынып кетпей, аяқ-қол қимылын бірге жасап, саппен еркін жүгіру дағдыларын дамыту;</p>	<p>1. Ортаңғы топ "Еркін жүгіреміз". Мақсат-міндеттері. Балаларда екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып, тұрған жерінен ұзындыққа, 5-10 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру дағдыларын дамыту; сап түзеп шеңберге,</p>	
<p>Залдағы өзіндік жұмыс</p>	<p>11.15 - 13.00</p>	<p>Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.</p>				
<p>Өзіндік жұмыс</p>	<p>14.30 - 15.30</p>	<p>Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.</p>				
<p>Ұйымдастырушылық сәттері</p>	<p>17.00 - 17.10</p>	<p>Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.</p>				

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
		20.11.2023ж.		22.11.2023ж.	23.11.2023ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">"Жалпы дамыту жаттығулары.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.<ol style="list-style-type: none">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.<ol style="list-style-type: none">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.<ol style="list-style-type: none">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.<ol style="list-style-type: none">4.1. Сылдырмақтарын артында ұстап, бір орында тұрып секіру.4.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады)."
---------------	---------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>"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</p>		<p>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,</p>	<p>Қимылды қозғалыс ойындары "Шеңберден шеңберге" қимылды ойын-жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларды шеңберлерге бақытты ауыстырып екі аяқпен секіруге дағдыландыру; күш-жігерін дамыту.</p>	
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

		<p>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 ирелеңдету) Мотоцикл жүріп келеді, қане, көрсетші. (Екі қолды жұдырыққа түйю, қолды кезек-кезек екі жаққа бұру) Тікұшақ ұшып</p>		<p>ойын түрінде тыныс алу жаттығуларын өзімен бірге орындатады.</p>		

		<p>келеді, қане, көрсетші. (Қол екі жаққа созу, денені екі жаққа қозғалту). Велосипед жүріп келеді, көрсетші. (Рөлді айналдырған сынай таныту, денені екі жаққа теңселту) Катер жүзіп келеді, қане, көрсетші. (Алақанды қосып, толқын тәрізді қолды екі жаққа ирелеңдету) Автобус жүріп келеді, көрсетші. (Рөлді айналдырған сынай таныту)</p>				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				

Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30	1. Ортаңғы топ "Бауырсақ әлемі". Мақсат-міндеттері. Балаларды бірінің артынан бірі бастарын төмен түсірмей, шалынып кетпей, аяқ-қолды бірге қозғалтып, сапта еркін жүгіруді үйрету; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; қойылған заттардың арасымен "жылан" тәрізді еңбектеу дағдысына үйрету.		1. Ортаңғы топ "Бауырсақ секілді көңілді жүрейік". Мақсат-міндеттері. Балалардың сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру;	1. Ортаңғы топ "Жылан тәрізді болайық". Мақсат-міндеттері. Балаларға бірінің артынан бірі бастарын төмен түсірмей,	
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 тәртiбi	Уақыты	Дүйсенбi	Сейсенбi	Сәрсенбi	Бейсенбi	Жұма
		27.11.2023ж.		29.11.2023ж.	30.11.2023ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">"Жалпы дамыту жаттығулары (алақанға шақ текшелермен).</p> <p style="text-align: center;">1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.</p> <p>1.1. Балалар қолдарын алға созып, алақандарын ашып, текшелерін көрсетіп ""міне"" деген сөзді айтады.</p> <p style="text-align: center;">1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады).</p> <p style="text-align: center;">2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, текше ұстаған қол көкірек тұсында.</p> <p>2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, текшелерін көрсетіп ""міне"" деген сөзді айтады.</p> <p style="text-align: center;">2.2. Бастапқы қалып. (дәл осы жаттығу сол жаққа және 4 рет қайталанады).</p> <p style="text-align: center;">3. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене бос, қол төменде.</p> <p>3.1. Жерге отырып, қолдарын алға созып ""міне"" деген сөзді айтады.</p> <p style="text-align: center;">3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).</p> <p style="text-align: center;">4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, текше ұстаған қол көкірек тұсында.</p> <p>4.1. Бір орында тұрып секіру, екі қолды көкірек тұсында ұстап, алақандарын жұму.</p> <p style="text-align: center;">4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады)."</p>
---------------	---------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>"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.</p>		<p>Тыныс алу жаттығулары «Жалаушаларды ұшыру, көкке көтеру» Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: түрлі-түсті кішкентай жалаушаларды балалар үрлеп ұшырады..</p>	<p>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"</p>	
--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

					<p>болады. Бір ойыншыны санамақ арқылы басқарушы ретінде таңдайды. Басқарушы екі саптың арасымен ерсілі-қарсылы жүріп дауыстайды. Алдымен "қар..." дейді де, содан соң қалауынша "шығалар" немесе "лығаштар" деп қосады. Сол кезде бастаушы атын атаған топтағылар бытырай қаша жөнеледі де, аты аталмаған топ</p>	
--	--	--	--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

					<p>оларды қуалайды. Олардың міндеті - қашқан топтағылардың біреуін ұстап алу. Ұсталған ойыншы сол топқа өтеді. Қайсы топ қарсы топтың ойыншысын көп қосып алса, сол топ жеңеді.</p>
<p>Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық</p>	08.50 - 09.00	<p>"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"</p>			

<p>Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30- 11.15</p>	<p>09.30</p>	<p>1. Ортаңғы топ "Ұйқыдағы аю". Мақсат-міндеттері. Балаларды бірінің артынан бірі арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп, саппен жүгіруді үйрету; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; таяқ астынан тізе мен саусақты жерге тіреп, төрттағандап еңбектеу қабілетін дамыту.</p>		<p>1. Ортаңғы топ "Қорбаңдаған аю". Мақсат-міндеттері. Балаларды бірінің артынан бірі арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп, саппен жүгіру дағдыларын дамыту;</p>	<p>1. Ортаңғы топ "Бағытты өзгертіп жүгіреміз". Мақсат-міндеттері. Балаларда сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен, аяқ-қол қимылдарын үйлестіру; таяқ астынан тізе мен саусақты жерге тіреп, төрттағандап еңбектеу қабілетін пысықтау.</p>	
<p>Залдағы өзіндік жұмыс</p>	<p>12.15 - 13.00</p>	<p>Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.</p>				
<p>Өзіндік жұмыс</p>	<p>14.30 - 15.30</p>	<p>Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.</p>				
<p>Ұйымдастырушылық сәттері</p>	<p>17.00 - 17.10</p>	<p>Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.</p>				

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
		04.12.2023ж.		06.12.2023ж.	07.12.2023ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамытушы жаттығу</p> <p>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).</p> <p>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);</p> <p>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).</p> <p style="text-align: center;">(мәдени-гигиеналық дағдылар, дене шынықтыру)</p>
---------------	---------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>"Аю қалай жүгіреді?" қимылды ойыны</p> <p>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</p>		<p>"Қорбандаған аю" қимылды ойыны.</p> <p>Мақсат-міндеттер: балалардың бір бағытта бір-бірімен соқтығыспай жүру және жүгіру қабілеттерін бекіту.</p> <p>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</p>	<p>Тыныс алу жаттығуы:</p> <p>Ку - ка - ре, ку - ка - ре – ку, ку - ка - ре - ку.</p> <p>Табанды шынықтыру массаждары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Балапандар серуенге шықты» шик - шик - шик. 2. Табанға арналған денсаулық кілемшелерімен жүру. 3. Ілгекті жолмен жүру. 4. Тастардың үстерімен жүру. 5. Кірпі тікенектеріне ұқсас төсеніштермен жүру. 6. Табандар 	
--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

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

Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30- 11.15	09.30	1. Ортаңғы топ "Жаңа доп". Мақсат-міндеттер. Балаларды сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; бөрененің үстімен тез адымдап жүруге үйрету.		1. Ортаңғы топ "Допты дәлдеп лақтыр". Мақсат-міндеттер. Балаларда бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату, допты екі қолымен көкірек тұсынан кері, екі қолмен жоғары, бастан асыра, жоғарыға, еденге қарай төмен лақтыру, допты қағып алу машықтарын қалыптастыру; көлденең нысанаға, алысқа, тура нысанға лақтыруға үйрету.	1. Ортаңғы топ "Тез адымдап жүреміз". Мақсат-міндеттер. Балаларда бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату.	
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	Бейсенбі	Жұма
		11.12.2023ж.		13.12.2023ж.	14.12.2023ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p align="center">Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен).</p> <p align="center">1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.</p> <p align="center">1.1. Балалар жалауларын оң жаққа сермеп, ""желбіре"" деген сөзді айтады.</p> <p align="center">1.2. Бастапқы қалып.</p> <p align="center">1.3. Балалар жалауларын сол жаққа сермеп, ""желбіре"" деген сөзді айтады.</p> <p align="center">1.2. Бастапқы қалып.</p> <p align="center">1.4. Бастапқы қалып: (жаттығу 4-5 рет қайталанады).</p> <p align="center">2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.</p> <p align="center">2.1. Қолдарын жоғары көтеріп, жалауды сермеп ""жаса"" деген сөзді айтады.</p> <p align="center">2.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4 рет қайталанады).</p> <p align="center">3. Бастапқы қалып: жерде отырады, аяқ алшақ, жалаулар тізе үстінде.</p> <p align="center">3.1. Жерге шалқасынан жатып, жалауды жоғары желбіретіп ""тербе"" деген сөзді айтады.</p> <p align="center">3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).</p> <p align="center">4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде.</p> <p align="center">4.1. Жалауды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру.</p> <p align="center">4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).</p>				
		"Көк жалау"	«Ұлпақар»	"Топ-топ	Ритмикалық	"Кім епті?"
		қимылды ойыны	тыныс алу	басайық"	жаттығулар	қимылды

			<p>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 үш! (алақандарындағы ұлпақарлаға үрлейді)</p>	<p>ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды мәтінде айтылған сөздерге сәйкес қимылдарды орындауға үйрету. Топ, топ, топ басайық (шеңберге тұру) Жалаудан күн жасайық (қоладарын көтеру)</p>	<p>Мақсаты. Балаларды мәтінді педагогтан кейін айта отырып, жаттығулар жасауға үйрету. Сағаттың тіліндей, Иліп оңға бір, Сағаттың тіліндей Иліп солға бір. 1, 2, 3, 4, 5 Секіреміз, Айналамыз, Жаттығу жасаймыз!</p>	<p>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.</p>
--	--	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>Мақсат-міндеттер. Намысшылдыққа, патриотизмге, ептілікке баулу. Ойын шарты. Балаларды екі командаға бөліп, бір сызықты белгілейді, екі команда екі жақтағы шекарада болу керектігін айтады.</p>				
<p>Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық</p>	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				

Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30- 11.15	09.30	1. Ортаңғы топ "Тәуелсіз елім" Мақсат-міндеттер. Балаларды сап түзеп бірінің артынан бірі арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіруге үйрету; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; гимнастикалық орындықтың үстімен жүруге үйрету.		1. Ортаңғы топ "Жайна елім менің!" Мақсат-міндеттер. Балаларда сап түзеп бірінің артынан бірі арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру жаттығуын орындау;	1. Ортаңғы топ "Мен - чемпион". Мақсат-міндеттер. Балаларда бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату, машықтарын дамыту.	
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	Бейсенбі	Жұма
		18.12.2023ж.		20.12.2023ж.	21.12.2023ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамыту жаттығулары (доппен).</p> <ol style="list-style-type: none">1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.<ol style="list-style-type: none">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.<ol style="list-style-type: none">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.<ol style="list-style-type: none">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.<ol style="list-style-type: none">4.1. Доптарын көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру.4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).
---------------	---------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**"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,
Бетіңді
жусаңшы,
Әдемі көйлек
кисеңші.
Шеңбердің
шетін үзсеңші, -
дегенде қоян
болған бала
тақпақтағы
айтылған
қимылды түгел
істеп өлең,

**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 .

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30			1. Ортаңғы топ "Жаңа жыл, жаңа нұр!" Мақсат-міндеттер. Балаларды сап түзеп бірінің артынан бірі арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүруге жаттықтыру; сапқа өз еріктерімен тұру қабілетін жетілдіру; :	1. Ортаңғы топ "Қош келдің, Жаңа жыл!" Мақсат-міндеттер Балаларда белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүру, жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіру;	
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	Бейсенбі	Жұма
		25.12.2023ж.		27.12.2023ж.	28.12.2023ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамытушы жаттығулар</p> <p>1. Бастапқы қалып аяқтың арасын алшақ қойып, атластық таспаны ұстаған қолдарды алда ұстау;</p> <p style="padding-left: 40px;">1-1 атластық таспаларды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6-8 рет қайталау); 1-2 бастапқы қалыпқа келу.</p> <p>2. Бастапқы қалып тік тұру, атластық таспаларды екі қолмен ұстау;</p> <p>2-1 жерге отырып, атластық таспаларды иық тұсына қою; тұрып, атластық таспаларды алға қою (4-5 рет қайталау); 2-2 бастапқы қалыпқа келу;</p> <p>3. Екі атластық таспаны бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.</p>
---------------	---------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

"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.

"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

Тыныс алу жаттығуы
«Шарды үрлейміз»
Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру.
Шарты: бала шарды алып, алдымен қатты, сонан соң жаймен үрлейді.

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30	<p>1. Ортаңғы топтар "Допты қолдан-қолға ауыстырып жүру" (пысықтау). Мақсат-міндеттер: балаларда сызықтан аттап секіру; сап түзеуден кейін үш қатармен қайта тұру; оңға, солға бұрылу; тұрған орнында айналу дағдыларын дамытуды жалғастыру;</p>		<p>1. Ортаңғы топтар "Қалай сырғанайтынымызды көрсетейікші". Мақсат-міндеттер. Балаларда нық қадаммен алға, нық қадаммен артқа жүру, тізені биікке көтере отырып жүруге үйрету;</p>	<p>1. Ортаңғы топтар "Қыста дөңнен сырғанаймыз". Мақсат-міндеттер Балаларда сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілеттерін дамыту;.</p>	

		жаққа айналуға; еденнен 20-25 см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өтуге үйрету.				
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	Бейсенбі	Жұма
				03.01.2024ж.	04.01.2024ж.	

Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамыту жаттығулары (сылдырмақтармен).</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. <ol style="list-style-type: none"> 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. <ol style="list-style-type: none"> 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. <ol style="list-style-type: none"> 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. <ol style="list-style-type: none"> 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 жаққа созылғанда, балалар аяқтарын тыпырлатады.
Кім қателесе, 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.
Мен болсам, фотоаппаратты

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30			Қысқы демалыстар	Қысқы демалыстар	
Серуен	11.20 - 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	Бейсенбі	Жұма
		08.01.2024ж.		10.01.2024ж.	11.01.2024ж.	

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

«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 үш!
(алақандарындағы
ұлпақарлаға үрлейді)

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 айтамыз. Оларды барынша созып айтамыз.
- Тағы да

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.

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30	<p>1. Ортаңғы топ "Ақшақарлар билейді". Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру;</p>		<p>1. Ортаңғы топ "Әдемі билейміз". Мақсат-міндеттер. Балаларда еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеуге үйрету;</p>	<p>1. Ортаңғы топ "Ақшақарлар секілді билейміз". Мақсат-міндеттер. Балаларда сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру;</p>	

Серуен	11.20 - 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	Бейсенбі	Жұма
		15.01.2024ж.		17.01.2024ж.	18.01.2024ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамыту жаттығулары.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.<ol style="list-style-type: none">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.<ol style="list-style-type: none">2.1. Қолдарын оң жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады.<ol style="list-style-type: none">2.2. Бастапқы қалыпқа келу.2.3. Қолдарын сол жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады.<ol style="list-style-type: none">2.4. Бастапқы қалып (жаттығу 4 рет қайталанады).3. Бастапқы қалып жерде отырады, аяқ алшақ, сылдырмақ ұстаған қолдары екі жанында.<ol style="list-style-type: none">3.1. аяқтарын жинап, сылдырмақ ұстаған қолдарын жоғары көтеріп, сылдырлатады.<ol style="list-style-type: none">3.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады).4. Бастапқы қалып аяқ бірге, дене бос, қол төменде.<ol style="list-style-type: none">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 көтеріміз.

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.

– Жарайсыңдар!

Нағыз "Алыптар мен ергежейлілер" болыңдар!

Тыныс алу

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.

"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.

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30	1. Ортаңғы топ "Маубас аю". Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; допты алысқа лақтыруда бастапқы тұру қалпын қабылдауға үйрету.		1. Ортаңғы топ «Аю ұйықтағанды жақсы көреді». Мақсат-міндеттер. Балаларда сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілеттерін жетілдіру;	1. Ортаңғы топ "Жануарлар қалай қыстайды?" Мақсат-міндеттер. Балаларда допты алысқа лақтыруда бастапқы тұрған қалыпты қабылдау және бөрененің үстімен тез адымдап жүру техникаларын бекіту; оқу қызметін пысықтау.	
Серуен	11.20 - 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	Бейсенбі	Жұма
		22.01.2024ж.		24.01.2024ж.	25.01.2024ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен).</p> <ol style="list-style-type: none">1. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.<ol style="list-style-type: none">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.<ol style="list-style-type: none">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.<ol style="list-style-type: none">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.<ol style="list-style-type: none">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. Педагог балаларға "жылдамдыққа, кегльдер арасымен жүре

**"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 де, ұшпайтын зат айтылса тырп етпей отырады. Қателескен бала

**"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 алдында кейіпкерлер шеңбер сыртында бір-

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30	1. Ортаңғы топ "Суықторғай". Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру;		1. Ортаңғы топ "Біз құстарды аялаймыз!" Мақсат-міндеттер. Балаларда тұрған заттың басына допты тигізу арқылы жоғары секіру және гимнастикалық	1. Ортаңғы топ "Құстарға жем шашайық". Мақсат-міндеттер. Балаларда гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу дағдыларын дамыту;	
Серуен	11.20 - 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	Бейсенбі	Жұма
		29.01.2024ж.		31.01.2024ж.	01.02.2024ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамыту жаттығулары (алақанға шақ текшелермен).</p> <p style="text-align: center;">1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.</p> <p>1.1. Балалар қолдарын алға созып, алақандарын ашып, текшелерін көрсетіп ""міне"" деген сөзді айтады.</p> <p style="text-align: center;">1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады).</p> <p>2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, текше ұстаған қол көкірек тұсында.</p> <p>2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, текшелерін көрсетіп ""міне"" деген сөзді айтады.</p> <p>2.2. Бастапқы қалып. (дәл осы жаттығу сол жаққа және 4 рет қайталанады).</p> <p>3. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене бос, қол төменде.</p> <p>3.1. Жерге отырып, қолдарын алға созып ""міне"" деген сөзді айтады.</p> <p style="text-align: center;">3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).</p> <p>4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, текше ұстаған қол көкірек тұсында.</p> <p>4.1. Бір орында тұрып секіру, екі қолды көкірек тұсында ұстап, алақандарын жұму.</p> <p style="text-align: center;">4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).</p>
---------------	---------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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.

"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 үздіксіз үрлеймін.
- Қарға не болды?

"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.

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30	1. Ортаңғы топтар "Домаланған кірпі". Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру;		1. Ортаңғы топтар "Сырғанаймыз шанамен". Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру	1. Ортаңғы топтар "Допты қақпа арқылы домалатамыз". Мақсат-міндеттер. Балаларда тізені биікке көтере отырып жүруге үйрету 3. Ересек топ «Күншуапқ»	
Серуен	11.20 - 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 2023-2024 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Қазына kz» бөбекжай-бақшасы

Жоспардың құрылу кезеңі: ақпан айы, 2023-2024 оқу жылы.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
		05.02.2024ж.		07.02.2024ж.	08.02.2024ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамыту жаттығулары (доппен).</p> <ol style="list-style-type: none">1. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.<ol style="list-style-type: none">1.1. Балалар доптарын жоғары көтеріп, екі қолды қайшылайды.<ol style="list-style-type: none">1.2. Бастапқы қалып (жаттығу 4-5 рет қайталанады).2. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.<ol style="list-style-type: none">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.<ol style="list-style-type: none">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.<ol style="list-style-type: none">4.1. Доптарын көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру.4.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады).
---------------	---------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>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.</p>		<p>"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.</p>	<p>Тыныс алу жаттығуы Педагог балаларға қағаздан жасалған зырылаудық таратып береді. Балалар зырылдауыққа үрлеу арқылы тыныс алу жаттығуын жасайды.</p>	
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				

Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30	1. Ортаңғы топ "Ұшқыш болам самғайтын". Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру;		1. Ортаңғы топ "Солдат болам кезінде". Мақсат-міндеттер. Балаларда әртүрлі бағыттарда жүгіру дағдысын қалыптастыру; тура нысанға оң қолмен тік нысанаға көздеп лақтыруға үйрету	1. Ортаңғы топ "Аэродром". Мақсат-міндеттер. Балаларда әртүрлі бағыттарда, жылдам (10-20 метр) және баяу (50-60сек.) қарқында жүгіру дағдыларын жетілдіру; үлкен	
Серуен	11.20 - 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	Бейсенбі	Жұма
		12.02.2024ж.		14.02.2024ж.	15.02.2024ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамытушы жаттығулар</p> <p>1.Бастапқы қалып: аяқтың арасын алшақ қойып, жалау ұстаған қолдарды алда ұстау;</p> <p style="padding-left: 40px;">1–1 жалауларды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6-8 рет қайталау);</p> <p style="padding-left: 80px;">1–2 бастапқы қалыпқа келу.</p> <p>2. Бастапқы қалып: тік тұру, жалауларды екі қолмен ұстау;</p> <p>2–1 жерге отырып, жалауларды иық тұсына қою; тұрып, жалауларды алға қою (4-5 рет қайталау);</p> <p style="padding-left: 80px;">2–2 бастапқы қалыпқа келу;</p> <p>3. Екі жалауды бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.</p>
---------------	---------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>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.</p>		<p>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.</p>	<p>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, жиналыңдар сапқа! Бір-бірімізден қалмаймыз, Сапта жүріп, ай, жараймыз! Д. Ахметова</p>	
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				

Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30	1. Ортаңғы топ "Үш аяқты тұлпарым (велосипед)". Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру;		1. Ортаңғы топ "Велосипедтер зырылдайды". Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілеттерін жетілдіру;	1. Ортаңғы топ "Велоипед теуіп көрдіңдер ме?" Мақсат-міндеттер. Балаларда екі аяқтың арасынан допды домалатып, орнынан тұрып қуып жету жаттығуын және қойылған заттар арасынан "кірпі" секілді төрт тағандап жүру	
Серуен	11.20 - 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	Бейсенбі	Жұма
		19.02.2024ж.		21.02.2024ж.	22.02.2024ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамытушы жаттығулар</p> <p>1. Бастапқы қалып: жерде аяқтың арасын ашып отырып, шеңберді екі қолмен ұстау;</p> <p style="padding-left: 40px;">1–1 шеңберлерді қолды бүкпей, бастан жоғары көтеру;</p> <p style="padding-left: 80px;">1–2 иыққа салып, басқа кию;</p> <p style="padding-left: 40px;">1–3 бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау).</p> <p>2. Бастапқы қалып: тік тұрып, құрсауларды екі қолымен төменде ұстау;</p> <p>2–1 қолды жоғары көтеріп, шеңбер ұстаған қолды бетке жақындатып, басқа кигізу;</p> <p style="padding-left: 40px;">2–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау);</p> <p>3. Бастапқы қалып: жерде отырып, аяқты бірге қою, шеңберді екі қолмен ұстап, тізенің үстіне қою;</p> <p style="padding-left: 40px;">3–1 оң жаққа бұрылып, шеңберді жерге қою;</p> <p style="padding-left: 80px;">3–2 тіктелу;</p> <p style="padding-left: 40px;">3–3 сол жаққа бұрылып, шеңберді жерге қою;</p> <p style="padding-left: 40px;">3–4 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау).</p> <p>4. Бастапқы қалып: аяқты бірге қою, құрсауды екі қолмен ұстау;</p> <p style="padding-left: 40px;">4.–1 бір бағытта жеңіл секіру;</p> <p style="padding-left: 40px;">4–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау).</p>
---------------	------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Кешенді жаттығулар

Көтеріліп шаңырақ, (шеңбер құрады)

Уықтары шаншылар.

(қолдарын жоғары созады)

Керегелер керіліп,

(қолдарын жандарына

созып, үлкен шеңбер

жасайды)

Өрімдей боп өрілер.

Бәріміз жүрсек айналып

(шеңбер бойымен айналады)

Киіз үй боп көрінер.

"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

жүні қызыл.

(балалар аяқпен

топылдатады).

Тамақтанар

алдында қолды

жуудың қажеті

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30	1. Ортаңғы топ "Салауатты өмір". Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; отырған күйінде екі аяқтың арасынан допты домалатып, орнынан тұрып қуып жетуге үйрету.		1. Ортаңғы топт "Шынықсақ - шымыр боламыз". Мақсат-міндеттер. Балаларда отырған күйінде екі аяқтың арасынан допты домалатып, орнынан тұрып қуып жету және екінші 3 м қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяқпен секіру техникаларын дамыту;	1. Ортаңғы топ "Кенгуру секілді секіреміз". Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру	
Серуен	11.20 - 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	Бейсенбі	Жұма
--------------------	---------------	-----------------	-----------------	-----------------	-----------------	-------------

		26.02.2024ж.	27.02.2024ж.	28.02.2024ж.	29.02.2024ж.	01.03.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p align="center">Жалпы дамыту жаттығулары (доппен).</p> <p align="center">1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.</p> <p align="center">1.1. Балалар доптарын жоғары көтеріп, екі қолды қайшылайды.</p> <p align="center">1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады).</p> <p align="center">2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.</p> <p align="center">2.1. Қолдарын иыққа көтеріп, допты қояды.</p> <p align="center">2.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4 рет қайталанады).</p> <p align="center">3. Бастапқы қалып: жерде отырады, аяқ алшақ, доп ұстаған қолдары екі жанында.</p> <p align="center">3.1. Аяқтарын жинап, доп ұстаған қолдарымен құшақтайды.</p> <p align="center">3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).</p> <p align="center">4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде.</p> <p align="center">4.1. Доптарын көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру.</p> <p align="center">4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).</p>				

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. Одан кейін ойын жүргізуші ауыстырылады. Ойын ойнап

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 жүлде 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 ойыншы ешкімге білдірмей, көмбеге қашуға әрекет жасайды

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30	<p>1. Ортаңғы топ "Қарлығаштай қайратты".</p> <p>Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; қиғаш тақтайдың үстімен тізе мен саусақтарға сүйеніп, төрт тағандап өрмелеуге үйрету.</p>		<p>1. Ортаңғы топ "Қайратты боламыз".</p> <p>Мақсат-міндеттер. Балаларда бағытты өзгертіп жүгіру қабілеттерін дамыту;</p>	<p>1. Ортаңғы топ "Биік секіреміз".</p> <p>Мақсат-міндеттер. Балаларда бір-бірден, шеңберге қайта тұру, саптағы өз орнын табу; екі аяқпен секіру дағдыларын дамыту;</p>	
Серуен	11.20 - 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
		04.03.2024ж.		06.03.2023ж.	07.03.2024ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

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

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.

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.

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 ұстай алмай құлатып алса, онда айып тартады, яғни

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30	<p>1. Ортаңғы топ "Таза бұлақ".</p> <p>Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін жетілдіру; 4-6 м қашықтыққа тура бағытта еңбектеуге үйрету.</p>		<p>1. Ортаңғы топ "Көктемгі жылғалар".</p> <p>Мақсат-міндеттер. Балаларды доғаның астымен өрмелеуге; тепе-теңдікті сақтай отырып тура жолмен жүруге үйрету; балаларды жануарлардың қимылдарына еліктеп, қимыл ойындарын ойнауға қызығушылықтарын ояту.</p>	<p>1. Ортаңғы топ "Таза бұлақтай таза болайық!"</p> <p>Мақсат-міндеттер. Балаларды гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуге; тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтауға</p>	
Серуен	11.15 - 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
		11.03.2024ж.		13.03.2024ж.	14.03.2024ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамыту жаттығулары (сылдырмақтармен).</p> <ol style="list-style-type: none">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."

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 бала жеңіледі. Бұл білек күшінің жетілуіне

Қимылды

ойын:

«Қармақ».

Балалар шеңбер бойымен тұрады. Ортада тәрбиеші. Оның қолында «қармақ» (скалка) қармақты төменнен айналдырады, ал балалар «қармаққа» түсіп қалмау үшін орында тұрып жоғары секіреді. Кімге қармақ тиіп кетсе, сол ойыннан шығады.

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30 - 11.15	<p>1. Ортаңғы топ "Наурыз келді, алақай!"</p> <p>Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін жетілдіру; шеңбер бойымен бір-бірінің қолынан ұстап жүгіруге үйрету; 4-6 м қашықтыққа тура бағытта еңбектеуге үйрету.</p>		<p>1. Ортаңғы топт "Наурыз құтты болсын!"</p> <p>Мақсат-міндеттер. Балаларда тізені биікке көтере отырып жүру дағдыларын дамыту; арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау дағдыларын қалыптастыру; гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу дағдыларын жетілдіру</p>	<p>1. Ортаңғы топт "Наурыз мерекесі келді".</p> <p>Мақсат-міндеттер. Балаларда көлбеу қойылған тақтай үстінде жүруге үйрету; бір</p>	
Серуен	11.15 - 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
		18.03.2024ж.		20.03.2024ж.	21.03.2024ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамыту жаттығулары (кішкентай доптармен)</p> <p>1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қолдағы доптар төменде</p> <p>1.1 - балалар доптарымен қолдарын жоғары көтеріп, оң жаққа бұрылады;</p> <p style="padding-left: 40px;">1.2 - бастапқы қалыпқа келу.</p> <p style="padding-left: 80px;">1.3 - балалар доптарымен сол жаққа бұрылады;</p> <p>1.2 - бастапқы қалыпқа келу (жаттығу 5 рет қайталанады).</p> <p>2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде</p> <p>2.1 - аяқтың ұшына тұрып, қолдарын жоғары көтеріп, доптарын сермейді;</p> <p style="padding-left: 40px;">2.2 - бастапқы қалыпқа келу (жаттығу 5 рет қайталанады).</p> <p>3. Бастапқы қалып: аяқтары бірге, дене тік, доптар төменде</p> <p>3.1 - жерге жартылай отырып, қолдарын жоғары көтеріп, доптарын көрсетеді;</p> <p style="padding-left: 40px;">3.2 - бастапқы қалыпқа келу (жаттығу 4 рет қайталанады).</p> <p>4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде</p> <p>4.1 - доптарын көкірек тұсында ұстап, бір орында айналып секіру (оң және сол жаққа).</p> <p style="padding-left: 40px;">4.2 - бастапқы қалыпқа келу (жаттығу 5 рет қайталанады).</p>
---------------	---------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>Қимыл-қозғалыс ойындары: "Кім жылдам?", "Әрі қарай және одан жоғары".</p> <p>Мақсат-міндеттер. Жүгіру кезінде жаттығу, жылдамдықты дамыту; кедергіден оңай өтуге үйретуді жалғастыру.</p>		<p>"Кім спортшы?" жаттығуы.</p> <p>Мақсат-міндеттер: балаларды денсаулықты сақтау қағидаларына баулу; мәтінді ырғаққа сай айта жүріп, қимылдарды орындауға машықтандыру.</p> <p>Кім спортшы? Тек алға! (Орында адымдау) Жаттығуда адымда.</p> <p>Басымызды шайқаймыз, (Қол белде, басты екі жаққа бұру) Бір-екі, бір-екі. Денемізді иеміз, (Алға еңкею)</p>	
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

				<p>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.</p>		
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30 - 11.15	Көктемгі демалыстар.	Көктемгі демалыстар.	Көктемгі демалыстар.		
Серуен	11.15 - 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
		25.03.2024ж.		27.03.2023ж.	28.03.2023ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамыту жаттығулары (секіртпемен)</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>6. Бастапқы қалып: дене тік, аяқ алшақ, қол төменде, секіртпе жерде. Секіртпемен айналып секіру. Жаттығуды 8-10 рет қайталау.</p> <p>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.</p>
---------------	---------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

				<p>Қимылды ойын: «Күн мен түн». Рөлдерде ойнағанда өзін-өзі ұстаудың мәдени дағдылары мен адамгершілік, мейірімділік, қамқорлық қасиеттерін көрсетуге ынталандыру.</p>	<p>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.</p>	
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				

<p>Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15</p>	<p>09.30 - 11.15</p>			<p>1. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Айгөлек, билейміз дөңгелеп!" Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін жетілдіру; жіптен жанымен аттап секіруге үйрету; қиғаш тақтайдың үстімен төрт тағандап тізе мен саусаққа сүйеніп өрмелеуді үйрету.</p>	<p>1. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Өнерлі балалармыз". Мақсат-міндеттер. Балаларда өз бетінше сапқа тұру, шеңбердегі өз орнын табу дағдыларын қалыптастыру; тереңдікке (15–20</p>	
<p>Серуен</p>	<p>11.15 - 12.10</p>	<p>Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.</p>				
<p>Залдағы өзіндік жұмыс</p>	<p>12.15 - 13.00</p>	<p>Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.</p>				

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
		01.04.2024ж.		03.04.2024ж.	04.04.2024ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамытушы жаттығулар</p> <p>1. Бастапқы қалып - негізгі тұрыс, қолды төмен түсіріп тұру.</p> <p>1.1. Қолды жан-жаққа созып, жоғары көтеріп, саусақтарды қимылдатып, "Жалаушаны желбіретейік" деп айту, демді ішке тарту;</p> <p>1.2. Қолды төмен түсіру, демді шығару (3 рет қайталау).</p> <p>2. Бастапқы қалып - аяқтарды сәл алшақ қойып, қолдарды төмен түсіріп тұру.</p> <p>2.1. Басты оңға иіп, қолды екі жаққа жіберу, жалаушаларды желбірету;</p> <p>2.2. Бастапқы қалыпқа келу</p> <p>2.3. Басты солға иіп, қолды сырғытып төмен түсіріп, жалаушалардың басын жоғары қаратып, тік ұстау.</p> <p>2.4. Бастапқы қалыпқа келу (3 рет қайталау).</p> <p>3. Аяқтарды бірге қойып, қолдарды төмен түсіріп тұру.</p> <p>3.1. Жерге отырып, қолды жанға қою, жалаушаларды желбірету;</p> <p>3.2. Бастапқы қалыпқа келу.</p> <p>3.3. Жерге отырып, қолды алдыға жіберу, жалаушаларды желбірету;</p> <p>3.4. Бастапқы қалыпқа келу (3 рет қайталау).</p>
---------------	---------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>Қимылды ойындар "Ұшақтар".</p> <p>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</p>	<p>Ұлттық ойын. Теңге ілу</p> <p>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.</p>	<p>Тыныс алу жаттығулары "Түлкіні тап"</p> <p>ойыны.</p> <p>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.</p>
--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>бір тізесін бүгіп отырады). Ойын 5-6 рет қайталанады.</p>	<p>Бастаушының белгісі бойынша шыбық аттарын құйғытып, шаба жөнеледі. Сол беттерімен әлгі шұңқырға жетіп қол соғып жібереді де, теңгені іліп алып, әрі қарай шауып кете барады, шұңқыр тұсында бөгелуге болмайды. Ұпайәр сайыскердің іліп алған теңгелерінің санына қарай есептеледі. Қай топ көп ұпай жинаса, сол топ жеңеді.</p>		
<p>Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық</p>	<p>08.50 - 09.00</p>	<p>"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"</p>			

<p>Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15</p>	<p>09.30 - 11.15</p>	<p>1.Ортаңғы топ "Ғарыш деген ғажайып". Мақсат-міндеттер. Балаларда екі аяқпен тура секіру дағдыларын қалыптастыру; тізені биікке көтере отырып жүру дағдыларын дамыту; қимылды ойын арқылы допты екі қолмен домалату дағдыларын жетілдіру.</p>		<p>1. Ортаңғы топ "Ғажайып ғарыш". Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; жіптен екі аяқпен секіруге үйрету</p>	<p>1. Ортаңғы топ "Айтшы, ғарыш алыс па?" Мақсат-міндеттер. Балаларды тізені биікке көтере отырып жүруге үйрету; жылдам (10-20 метр) қарқында жүгіру дағдысын дамыту; доғаның астымен өрмелеу(еңбектеу) іскерліктерін жетілдіру; негізгі қимылдарды орындауға ынталандыру.</p>	
<p>Серуен</p>	<p>11.15 - 12.10</p>	<p>Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.</p>				
<p>Залдағы өзіндік жұмыс</p>	<p>12.15 - 13.00</p>	<p>Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.</p>				

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
		08.04.2024ж.	.	10.04.2024ж.	11.04.2024ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен).</p> <ol style="list-style-type: none">1. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.<ol style="list-style-type: none">1.1. Балалар жалауларын оң жаққа сермеп, "желбіре" деген сөзді айтады.<ol style="list-style-type: none">1.2. Бастапқы қалып.1.3. Балалар жалауларын сол жаққа сермеп, "желбіре" деген сөзді айтады.<ol style="list-style-type: none">1.2. Бастапқы қалып.1.4. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады).2. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.<ol style="list-style-type: none">2.1. Қолдарын жоғары көтеріп, жалауларын сермеп "жаса" деген сөзді айтады.<ol style="list-style-type: none">2.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4 рет қайталанады).3. Бастапқы қалып - жерде отырады, аяқ алшақ, жалаулар тізе үстінде.<ol style="list-style-type: none">3.1. Жерге шалқасынан жатып, жалауларын жоғары желбіретіп "тербе" деген сөзді айтады.<ol style="list-style-type: none">3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).4. Бастапқы қалып - аяқ бірге, дене бос, қол төменде.<ol style="list-style-type: none">4.1. Жалауды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру.<ol style="list-style-type: none">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.

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 бала жеңіледі. Бұл білек күшінің жетілуіне

"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	09.30 - 11.15	<p>1. Ортаңғы топ "Туған жер-тұғырың". Мақсат-міндеттер. Балаларды допты тура нысанға оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп лақтыру; нық кадаммен алға, нық кадаммен артқа жүру, тізені биікке көтере отырып жүру дағдыларын дамыту; қимылды ойындар арқылы әртүрлі бағыттарда жүгіру техникаларын арттыру.</p>		<p>1. Ортаңғы топ "Жер-ана құшағында". Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; қапшаны басына қойып, тіке жүруге үйрету.</p>	<p>1. Ортаңғы топ "Жер-Ананы қадірлейік!" Мақсат-міндеттер. Балаларды екі аяқпен секіруге (аяқтар алшак) үйрету; тізені биікке көтере отырып жүру дағдыларын дамыту; қимылды ойын арқылы допты тордан өткізе лақтыру іскерліктерін дамыту.</p>	
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
		15.04.2024ж.		17.04.2024ж.	18.04.2024ж.	

Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамытушы жаттығулар</p> <p style="text-align: center;">"Зырылдауық" жаттығуы.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Бастапқы қалып: аяқ сәл алшақ, қол төмен. <ul style="list-style-type: none"> - қолды екі жаққа созу. - екі қолды кеуде тұсына әкеліп, бір-бірінен айналдырып, "р-р-р»"деп айту. <ul style="list-style-type: none"> - қолды екі жаққа созу. - бастапқы қалыпқа келіп, "төмен"деу. - бастапқы кезде қолды ақырын айналдыру, біртіндеп жылдам айналдыру. <p style="text-align: center;">"Тізені шапалақтау" жаттығуы.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Бастапқы қалып: аяқ иық деңгейінде, қол артта. <ul style="list-style-type: none"> 1-2- оң тізеге (сол) еңкейіп, "шарт" деу. 3-4- бастапқы қалыпқа келу. <p style="text-align: center;">"Сипаттаймыз" жаттығуы.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып отыру, қолды жанға қою. <ul style="list-style-type: none"> - оң аяқпен сол аяқты тізеден, жоғары-төмен 3-4 рет сипау. - 4-5 рет еркін тыныс алу. <p style="text-align: center;">"Өкшемізге қараймыз" жаттығуы.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Бастапқы қалып: тізерлеп отыру, аяқ бірге, қол белде (артта, иықта). <ul style="list-style-type: none"> - 1-2- оң жақпен артқа қарай бұрылып, өкшеге қарау. - 3-4- бастапқы қалыпқа келу.

		<p>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.</p>		<p>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.</p>	<p>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.</p>	
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				

Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30 - 11.15	1.Ортаңғы топ "Талшықтай талшыбық". Мақсат-міндеттер. Балаларда арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау; жылдам (10-20 метр) қарқында жүгіру; тізені биікке көтере отырып жүру дағдыларын жетілдіру; қимыл белсенділігін дамыту.		1. Ортаңғы топ "Талшыбықтай майысып". Мақсат-міндеттер. Балаларды шеңбердегі өз орнын табу (бағдары бойынша) дағдыларын қалыптастыру; еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу дағдыларын дамыту; ептілікті дамыту; оқу қызметін пысықтау.	1. Ортаңғы топ "Талшыбықтай майысып". Мақсат-міндеттер. Балаларды шеңбердегі өз орнын табу (бағдары бойынша) дағдыларын қалыптастыру; еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу дағдыларын дамыту; ептілікті дамыту; оқу қызметін 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
		22.04.2024ж.	23.04.2024ж.	24.04.2024ж.	25.04.2024ж.	26.04.2024ж.

Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамыту жаттығулары (орамалдармен)</p> <p style="text-align: center;">1. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.</p> <p style="text-align: center;">1.1. Балалар орамалмен беттерін жауып, ""тауып ал"" деген сөзді айтады.</p> <p style="text-align: center;">1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады).</p> <p style="text-align: center;">2. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.</p> <p style="text-align: center;">2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, орамалды умаждап ""жуамыз"" деген сөзді айтады.</p> <p style="text-align: center;">2.2. Бастапқы қалып. (дәл осы жаттығу сол жаққа қайталанады және 4 рет қайталанады).</p> <p style="text-align: center;">3. Бастапқы қалып - жерде отырады, аяқ алшақ, орамалдар тізе үстінде.</p> <p style="text-align: center;">3.1. Жерге шалқадан жатып, орамалмен беттерін жауып ""ұйықтайық"" деген сөзді айтады.</p> <p style="text-align: center;">3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).</p> <p style="text-align: center;">4. Бастапқы қалып - аяқ бірге, дене бос, қол төменде.</p> <p style="text-align: center;">4.1. Орамалдарды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру.</p> <p style="text-align: center;">4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).</p>

		<p>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.</p>		<p>"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!</p> <p>Тырс-тырс! Тырс-тырс! (Бір аяқпен секіру) Тарс-тұрс! Тарс-тұрс! (Екінші аяқпен секіру) Шылп-шылп! Шылп-шылп! (Екі аяқпен секіру)</p>	<p>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.</p>	
--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30 - 11.15	1. Ортаңғы топ "Достық күндей жарқырайды" Мақсат-міндеттер. Балаларда еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу дағдыларын дамыту; қимылды ойындар арқылы әртүрлі бағыттарда жүгіру техникаларын жетілдіру.		1. Ортаңғы топ "Достық шеңберінде". Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; құрсауға секіруге және құрсаудан секіруге үйрету.		1. Ортаңғы топ "Ұлттар достығы". Мақсат-міндеттер. Балаларда допты тәрбиешіден 1-1,5 метр арақашықтықта лақтыру техникаларын дамыту; бір аяқтан бір аяққа секіру, екі аяқпен секіру дағдыларын дамыту; қимыл белсенділігін дамыту мен үйлестіру.
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
		29.04.2024ж.		01.05.2024ж.	02.05.2024ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

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

		<p>Қимылды ойын. «Мен атаған ағашқа барыңдар». 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.</p>		<p>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</p>	
--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

					қолдарды ажыратып кету керек. Егер өтіп кетсе сол топтан бір баланы тобына алып қайтады, өте алмаса сол топта қалады. Ойын осылай жалғаса береді.	
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				

<p>Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15</p>	<p>09.30 - 11.15</p>	<p>1. Ортаңғы топ "Соғамын барабанымды". Мақсат-міндеттер. Балаларды баяу (50-60сек.) қарқында жүгіруге үйрету; қимылды ойын арқылы гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу дағдыларын дамыту; оқу қызметін пысықтау.</p>			<p>1. Ортаңғы топ «Күншуақ» "Сок, барабан!" Мақсат-міндеттер. Балаларды баяу (50-60сек.) қарқында жүгіру; тереңдікке (15–20 см биіктіктен) секіру дағдыларын қалыптастыру; допты алысқа лақтыру іскерліктерін жетілдіру.</p>	
<p>Серуен</p>	<p>11.10 - 12.10</p>	<p>Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.</p>				
<p>Залдағы өзіндік жұмыс</p>	<p>12.15 - 13.00</p>	<p>Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.</p>				

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
		06.05.2024ж.		08.05.2024ж.		
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p>Жалпы дамыту жаттығулары (заттарсыз орындалатын жалпы дамытатын жаттығулар)</p> <p>Бастапқы қалып - аяқтары иық деңгейінде, қолдары кеуде тұсында, шынтақтары бүгілген, саусақтары жұдырыққа түйілген. Осы күйінде қолдарын айналдыру. Қолдарын кезек айналдырады.</p> <p>Бастапқы қалып - аяқтары сәл ашылған, қолдары артқа қарай жіберілген.</p> <p>Отырып, қолдарымен тізесін құшақтау, тұру, қолдарын артқа жіберу және т.с.с.</p> <p>Бастапқы қалып - аяқтарын ашып отыру, қолдарын жанға жіберу.</p> <p>артқа жіберілген. Еңкейіп, аяқтарының ұштарына қолдарын тигізу, тік тұру, қолдарды артқа қарай жіберу, қайтадан алғашқы қалыпқа келу.</p> <p>Бастапқы қалып - аяқтарын тік түзеп отыру, қолдарын артқа тіреу.</p> <p>Оң аяқты көтеру, түсіру.</p> <p>Сол аяқты көтеру түсіру.</p> <p>Бастапқы қалып - аяқтарын қосу, қолдарын беліне қою.</p>
---------------	---------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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)

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

<p>Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15</p>	<p>09.30 - 11.15</p>	<p>1.Ортаңғы топтар "Көктемгі гүлдер". Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; топ бойынша берілген бағытқа бірінің артынан бірі жүгіру және шашырап жүгіруге үйрету.</p>				
----------------------------------------------------	----------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--

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
		13.05.2024ж.		15.05.2024ж.	16.05.2024ж.	

Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамытушы жаттығулар Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен).</p> <p style="text-align: center;">1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.</p> <p style="text-align: center;">1.1. Балалар жалауларын оң жаққа сермеп, "желбіре" деген сөзді айтады.</p> <p style="text-align: center;">1.2. Бастапқы қалып.</p> <p style="text-align: center;">1.3. Балалар жалауларын сол жаққа сермеп, "желбіре" деген сөзді айтады.</p> <p style="text-align: center;">1.2. Бастапқы қалып.</p> <p style="text-align: center;">1.4. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады).</p> <p style="text-align: center;">2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде.</p> <p style="text-align: center;">2.1. Қолдарын жоғары көтеріп, жалауларымен "жаса" деген сөзді айтады.</p> <p style="text-align: center;">2.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4 рет қайталанады).</p> <p style="text-align: center;">3. Бастапқы қалып: жерде отырады, аяқ алшақ, жалаулар тізе үстінде.</p> <p style="text-align: center;">3.1. Жерге шалқадан жатып, жалауларын жоғары желбіретіп "тербе" деген сөзді айтады.</p> <p style="text-align: center;">3.2. Бастапқы қалып: (жаттығу 3 рет қайталанады).</p> <p style="text-align: center;">4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде.</p> <p style="text-align: center;">4.1. Жалауды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру.</p> <p style="text-align: center;">4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).</p>

"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

Қимылды ойын
«Кім алысқа
лақтырады?»
Мақсат-
міндеттер.
Балаларды затты
алысқа
лақтыруға
жаттықтыру.
Балалар
жеренің бір
жағында сапта
тұрады. Барлығы
құм салынған
дорбаларды
алады және
педагогтың
белгісі бойынша
оларды алысқа
лақтырады.
Әркім өзінің
дорбасы қайда
түскенін
байқауы
керек. Педагогты
ң белгісі
бойынша
балалар
дорбаларына
жүгіріп барып,
қолдарына алып,
бастарынан
жоғары көтереді.
Тәрбиеші
дорбаны ең алыс
лақтырғандарды
атап өтеді.

Қимылды
ойын.
«Домалақты
жерге түсіріп
алма».
Берілген дыбыс
бойынша
қасықты қолына
алады. Қасыққа
кішкентай
домалақ шарды
салып түсірмей
берілген жерге
жеткізу,
ептілікке баулу.

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30 - 11.15	<p>1. Ортаңғы топ "Зырылдайды трактор". Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; гимнастикалық доғаға кезек адыммен өрмелеп шығуға үйрету; шеңбердің ішіне және сыртына секіруге жаттықтыру.</p>		<p>1. Ортаңғы топ "Гүлдей жайнап бәріміз". Мақсат-міндеттер. Балаларда нық қадаммен алға, нық қадаммен артқа жүру, тізені биікке көтере отырып жүру; баяу (50-60сек.) қарқында жүгіру дағдыларын дамыту; доғаның астымен өрмелеу(еңбектеу) іскерліктерін жетілдіру.</p>	<p>1. Ортаңғы топ "Көркі ғажап көктем". Мақсат-міндеттер. Балаларда әртүрлі Бағыттарда жүгіру; тереңдікке (15–20 см биіктіктен) секіру; допты тәрбиешіден 1-1,5 метр арақашықтықта лақтыру дағдыларын дамыту; оқу қызметін пысықтау.</p>	
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
		20.05.2024ж.		22.05.2024ж.	23.05.2024ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамытушы жаттығулар</p> <p style="text-align: center;">Жалпы дамыту жаттығулары (заттарсыз орындалатын жалпы дамытатын жаттығулар)</p> <p>Бастапқы қалып - аяқтары иық деңгейінде, қолдары кеуде тұсында, шынтақтары бүгілген, саусақтары жұдырыққа түйілген. Осы күйінде қолдарын айналдыру. Қолдарын кезек айналдырады.</p> <p style="text-align: center;">Бастапқы қалып - аяқтары сәл ашылған, қолдары артқа қарай жіберілген.</p> <p style="text-align: center;">Отырып, қолдарымен тізесін құшақтау, тұру, қолдарын артқа жіберу және т.с.с.</p> <p style="text-align: center;">Бастапқы қалып - аяқтарын ашып отыру, қолдарын жанға жіберу.</p> <p>артқа жіберілген. Еңкейіп, аяқтарының ұштарына қолдарын тигізу, тік тұру, қолдарды артқа қарай жіберу, қайтадан алғашқы қалыпқа келу.</p> <p style="text-align: center;">Бастапқы қалып - аяқтарын тік түзеп отыру, қолдарын артқа тіреу.</p> <p style="text-align: center;">Оң аяқты көтеру, түсіру.</p> <p style="text-align: center;">Сол аяқты көтеру түсіру.</p> <p style="text-align: center;">Бастапқы қалып - аяқтарын қосу, қолдарын беліне қою.</p>
---------------	---------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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.

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 қарақшы белгілейді. Кімде кім түптегі сақаны жұлып кетсе (суданшығарса) бүкіл кенейді сол алады. Ал сақаға тимей кенейді ұшырса, оның судан шыққаны ғана соныкі болып табылады.
Ату саны — 6 рет. Алғаш сақасы шыққан бала, қалғандары одан кейінгі

Ритмикалық жаттығулар
Қолдарыңды көтеріндер - 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	09.30 - 11.15	<p>1. Ортаңғы топ "Шынығамыз жазда".</p> <p>Мақсат-міндеттер. Балалардың сап түзеп бірінің артынан бірі шеңбер бойымен арақашықтық сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру қабілетін қалыптастыру; жүріп келе жатып белгі бойынша тоқтау және отыруға жаттықтыру; орнынан ұзындыққа секіруге үйрету.</p>		<p>1. Ортаңғы топ "Шаршағанымызды басайық".</p> <p>Мақсат-міндеттер. Балаларда баяу (50-60сек.) қарқында жүгіру; қимылды ойындар арқылы допты тура нысанға оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп лақтыру; еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу дағдыларын дамыту.</p>	<p>1. Ортаңғы топ "Егіншілік".</p> <p>Мақсат-міндеттер. 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.</p>	
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
		27.05.2024ж.		29.05.2024ж.	30.05.2024ж.	
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	<p style="text-align: center;">Жалпы дамытушы жаттығулар Жалпы дамыту жаттығулары. (сылдырмақпен)</p> <p>Бастапқы қалып - аяқтар иықтың деңгейінде, қолдарында сылдырмақ. Сылдырмақтарды қолдарына алып, екі жаққа соғып, жоғары көтеру, сылдырлату, төмен түсіру, қайтадан алғашқы қалыпқа оралу.</p> <p>Бастапқы қалып - аяқтар иықтың деңгейінде, қолдарында сылдырмақтар. Еңкейіп, сылдырмақтарын аяқтың саусақтарына тигізу, тік тұру.</p> <p>Бастапқы қалып - аяқтар иықтың деңгейінде, сылдырмақтарды иыққа қойып тұру. Жартылай отырып, сылдырмақтарды еденге қою; қолдарын белге қойып, жартылай отыру, сылдырмақтарын алу, алғашқы қалыпқа оралу.</p> <p>Бастапқы қалып - отыру, сылдырмақтарды иыққа қойып ұстау. Оңға (солға) бұрылу, сылдырмақты аяқтың ұшына жаұындатып қою, оңға (солға) бұрылу, сылдырмақты көтеріп алу, алғашқы қалыпқа оралу.</p> <p>Бастапқы қалып - аяқтарымыз сәл ашылған, сылдырмақтар қолда, кеуде тұсында.</p>
---------------	---------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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.
Д. Ахметова

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 бірін де
- Пш-пш, пш-пш! - біз кеттік,
- Жүрісті біз үдеттік.

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.

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.30 - 11.15	09.30	<p>1. Ортаңғы топтар "Жадырайды жанымыз".</p> <p>Мақсат-міндеттер.</p> <p>Балаларда бір аяқтан бір аяққа секіру, тура секіру; қимылды ойындар арқылы үлкен допты екі қолмен тордан өткізе лақтыру дағдыларын жетілдіру; оқу қызметін пысықтау.</p>		<p>Жазғы демалыс.</p> <p>(сюжетті ойындар, үстел үсті ойындар, театр қойылымдары, басқатырғыш, логикалық ойындар, қыс қызығына байланысты суреттер бояу)</p>	<p>Жазғы демалыс.</p> <p>(сюжетті ойындар, үстел үсті ойындар, театр қойылымдары, басқатырғыш, логикалық ойындар, қыс қызығына байланысты суреттер бояу)</p>	
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.