

Бекітемін
«Төржан» бобеккай балабақшасы ЖШС
менгерушісі М.Байгунусова
« 27 » 2022 жыл

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың
үлгілік оқу жоспары және
мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың
үлгілік оқу бағдарламасы негізінде
2022-2023 оқу жылына арналған
дене шынықтыру
ұйымдастырылған іс-әрекетінің
перспективалық жоспары**

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және
Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы
негізінде 2022-2023 дене шынықтыру ұйымдастырылған
іс-әрекетінің перспективалық жоспары**

Топ: «Балдырған» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: қыркүйек 2022 жыл

Дене тәрбиесі жөніндегі нұсқаушы: Нияз Әбілқайыр

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қыркүйек	Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар. Көзбен бағдарлай отырып, ауызша нұсқаулармен ойын түріндегі жаттығуларды (жануарлардың қозғалысына еліктеу) педагогпен бірге орындауға үйрету. Жүру. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру, аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру, шеңбер бойлап, қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтай қалып, жүрелеп, бұрылып, "жыланша", заттарды айналып өтіп, төбешікке шығып және төбешіктен түсіп саппен жүру; Шынықтыру шараларын жүргізу. Тыныс алу жаттығуларын жүргізу. Жануарлардың қимылдарына еліктеп, дене жаттығуларын орындау;
Қазан	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру. Балаларды сыртқы келбетін бақылауға үйрету; сабынды

		дұрыс қолдануды, қолды, бетті, құлақты тазалап жууды, жуынғаннан кейін құрғатып сүртуді, орамалды орнына ілуді, тарақты және қол орамалды пайдалануды үйрету. Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру.
Қараша	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 м қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру. Жалпы дамытушы жаттығулар Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артқа апарып шапалақтау; қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Үстел басында мәдениетті тамақтану дағдыларын қалыптастыру: ас қасық пен шәй қасықты, шанышқыны, майлықты дұрыс қолдану; нанды үгітпеу, тамақты ауызды жауып, шайнау, ауызды толтырып сөйлемейу.

Желтоқсан	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету.
Қаңтар	Дене шынықтыру	Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау, таяқтың, білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен жүру. Спорттық жаттығулар: Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау; Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Денсаулықтың құндылығы туралы түсінікті дамыту; ауырмауға, денсаулықты сақтауға ынталандыру, «салауатты өмір салты» және оны ұстану туралы алғашқы түсініктер беру.

Ақпан	Дене шынықтыру	Дербес қимыл белсенділігі Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өзбетінше ойнауға ынталандыру. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Адамның денсаулығына пайдалы (көгөністер, жемістер, сүт өнімдері және т.б.) және зиянды тағамдар (тәттілер, бәліштер, тәтті газдалған сусындар және т. б.) туралы бастапқы түсініктерді қалыптастыру. Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының пайдасы туралы түсінік қалыптастыру.
Наурыз	Дене шынықтыру	Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу; Жалпы дамытушы жаттығулар Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артқа апарып шапалақтау; қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Дене мүшелері мен ағза жүйесін нығайтатын жаттығулармен таныстыру. Өзінің денсаулық жағдайы туралы ересектерге айту, науқастанған кезде дәрігерге қаралып, емделу қажеттігін білу.

Сәуір	Дене шынықтыру	Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 м қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 м) лақтыру (1-1,5 м қашықтық), аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары Жыл бойы медицина қызметкерінің басшылығымен балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру. Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру.
Мамыр	Дене шынықтыру	Спорттық жаттығулар: Жүзу және гидроаэробика элементтері. Суға түсу, жүгіру, ойнау, суда билеу. Жүзуді үйрету (тиісті жағдайлар болған кезде). Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмытылсын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге, ұқыптылыққа, киіміндегі олқылықтарды байқауға, оларды ересектің көмегімен немесе өзбетінше реттеуге, ас ішу құралдарын орнымен қолдануға баулу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары Шынықтыру шараларын жүргізуде балалардың денсаулық жағдайын ескере отырып, жеке тәсілді жүзеге асыру. Ата-аналардың қалауларын ескеріп, мектепке дейінгі ұйым әкімшілігі мен медицина қызметкерлерінің шешімі бойынша арнайы шынықтыру шараларын жүргізу. Шынықтыру шараларын жүргізу, жаттығулар мен массаж жасау. Күн тәртібіне сәйкес балалардың күнделікті таза ауада болуын қамтамасыз ету. Ересектің көмегімен шынықтыру тәсілдерін орындау дағдыларын қалыптастыру. Тыныс алу жаттығуларын жасау.

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және
Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы
негізінде 2022 -2023 дене шынықтырудан ересек тобына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Топ: «Айналайын» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: қыркүйек 2022 жыл

Дене тәрбиесі жөніндегі нұсқаушы: Нияз Әбілқайыр

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қыркүйек	Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру, тұрған қалыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолдарын айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылғанда екі қолды екі жаққа жіберу. Оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею, қолдың ұшын аяқтың ұшына жеткізу. Екі қолды белге қойып, екі жаққа иілу. Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкшемен, содан кейін ұшымен қою, топылдату. Қатарынан (4–5 рет) жүрелеп, екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі тұсқа көтеріп, отыру; аяқтың ұшын созу, табанды бұгу. Негізгі қимылдар: жүру. Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен, секірумен, басқа қимылдармен кезектестіру, қол мен аяқ қимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау; Музыкалық-ырғақтық жаттығулар. Музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқында таныс дене жаттығуларын орындау. Спорттық ойын элементтері: 1) кегль ойындарына үйрету. Бастапқы қалыпта дұрыс тұрып, допты лақтыру. 1,5-2 метр арақашықтықтан кегльдерді қағып түсіру.

Қазан	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Жүру. Өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап, жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға), сапта бір-бірден жүру, жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүру, қол мен аяқ қимылдарын үйлестіру. Тепе-теңдікті сақтау. Сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 см) жүру, сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен жүру. Қимылды ойындар Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік және т.б.) дамыту.
Қараша	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Жүгіру. Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру, сапта бір-бірден, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру. Түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіру, 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру; орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру; Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға үйрету. Таракты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту. Қимылды ойындар Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен және т.б. ойындарда балалардың белсенділігін дамыту.

Желтоқсан	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Еңбектеу, өрмелеу. 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу. Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу, 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу. Құрсаудан еңбектеп өту. Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу, бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өту; Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаю. Салауатты өмір салтын қалыптастыру Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Тамақтану тәртібін сақтаудың және көгөністер мен жемістердің, дәрумендердің адам ағзасына пайдасы туралы түсінік беру.
Қаңтар	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Секіру. Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см) секіру, 20–25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 см), қысқа секіргішпен секіру; Спорттық жаттығулар Шанамен сырғанау. Төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу, мұзды жолдармен өзбетінше сырғанау. Салауатты өмір салтын қалыптастыру «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту.

Ақпан	Дене шынықтыру	Лақтыру, домалату, қағып алу. Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату. Заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 м кем емес), оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 м қашықтықтан), 1,5 м қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) нысанаға лақтыру; допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 м қашықтықта), қағып алу; допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 м қашықтықтан); допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет); Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру. Бір-бірден сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. Екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру, бағыт бойынша түзелу; оңға, солға бұрылу, орнында айналу; араларын алшақ ұстау және жақын тұру. Спорттық жаттығулар Шаңғымен жүру. Шаңғымен бірінің артынан бірі жүру. Ересектердің көмегімен шаңғыны киіп, шешу. Салауатты өмір салтын қалыптастыру Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту. Құлап қалған кезде өзіне қарапайым көмек көрсетуге, науқастанған кезде ересектерге жүгінуге баулу.
Наурыз	Дене шынықтыру	Кеудеге арналған жаттығулар Екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу (жылдам және бір қалыпты). Оңға, солға еңкею, шалқаю. Тұрған қалыпта екі аяқ бірге (алшақ), алға еңкейіп, қолдың саусақтарын аяқтың ұшына жеткізіп, заттарды қою және жоғары көтеру. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. Аяққа арналған жаттығулар Аяқтың ұшына көтерілу және тұру. Екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен өкшені, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсылдату. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бұгу, алға созу, қайтадан бұгу және түсіру. Аяқтың ұшын созу,

		өкшені айналдыру. Дербес қимыл белсенділігі. Балалардың доптармен, қозғалатын ойыншықтармен, құрсаулармен ойындарын қолдау, дене шынықтыру құралдарын, спорттық және қимылды ойындарға арналған атрибуттарды пайдалануға ынталандыру. Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту.
Сәуір	Дене шынықтыру	Кеудеге арналған жаттығулар Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру. Аяққа арналған жаттығулар Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту.
Мамыр	Дене шынықтыру	Спорттық жаттығулар Велосипед тебу. Екі және үш дөңгелекті велосипед тебу. Оңға, солға бұрылу. Жүзу. Суға түсу, суда ойнау; суда отырып, аяқтарын жоғары және төмен көтеріп қимылдар орындау; иекке дейін суда отыру, судан шығу; бетін суға малу; еркін әдіспен жүзуге талпыну. Сауықтыру-шынықтыру шаралары Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және

		жергілікті су шараларын жүргізу: дымқыл шүберекпен сүрту, аяқтарды, денені шаю, әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен, жылы күндері шөптің, құмның үстімен жалаң аяқ жүру. Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау. Тыныс алу жолдарын шынықтыру. Өткенді қайталау.
--	--	---

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және
Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы
негізінде 2022 -2023 дене шынықтырудан мектепалды тобына арналған
ұйымдастырылған
іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Топ: «Ботақан» мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: қыркүйек 2022 жыл

Дене тәрбиесі жөніндегі нұсқаушы: Нияз Әбілқайыр

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қыркүйек	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Жүру. Сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру; аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүру, заттардан бір қырымен аттап жүру; белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру, 2) Жүгіру: шашырап; жұптасып, бір қатармен, заттарды аттап, бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелендеп, кедергілерден өту арқылы, табиғи жағдайларда кедергілерден өту арқылы, түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру; Жүгіру. Шашырап, жұппен, қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен, кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру.
Қазан	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Тепе-теңдікті сақтау. Заттардан аттап жүру, шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен жүру. Скамейканың үстіне қойылған текшелерден аттап жүру, арқан бойымен бір қырымен, қосалқы қадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қою) жүру Секіру. бір орында тұрып, алға қарай 3–4 м қашықтыққа жылжу арқылы секіру, екі тізенің арасына қапшықты қысып алып, түзу бағытта (арақашықтығы 6 м) қос аяқпен секіру; қос аяқпен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 м), оң және сол аяқты алмастырып, заттардың арасымен (арақашықтығы 3 м), бір орында тұрып биіктікке

		секіру (6-8 метр); Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айқастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру.
Қараша	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Еңбектеу, өрмелеу. Жүру мен жүгіруді алмастырып, заттардың арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеу, кедергілер арасынан еңбектеу; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеу (арақашықтығы 3-4 м); гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу. Бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту, гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу. Лақтыру, қағып алу, домалату. Допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату, допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; 2–2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты, асықты лақтыру, допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 м) басынан асыра лақтыру, допты екі қолымен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 м) жүргізу, допты лақтыру және алға қарай жылжып, екі қолымен қағып алу (арақашықтығы 4–5 м). Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру. Сапқа бір, екі, үш қатармен тұру, бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру, орнында айналу, оңға, солға бұрылу, сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру.

Желтоқсан	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұғу және тік көтеру. Алға еңкейіп, алақанын еденге тигізу. Қимылды ойындар. Ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Ұлттық қимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға қатысуға баулу. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру Мәдениетті тамақтану және асхана құралдарын еркін қолдану дағдыларын жетілдіру. Жеке гигиена ережелерін орындауда өзін-өзі бақылауды дамыту: дененің тазалығын бақылау, қол - аяқтарын жуу, тіс тазалау, тамақтанғаннан кейін ауызды шаю, қол орамалды пайдалану, белге дейін дымқыл шүберекпен сүрту. Осы шараларды жүргізудің және жеке гигиена заттарын пайдаланудың қажеттілігін түсіну.
Қаңтар	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Кеудеге арналған жаттығулар. Артқы жағынан қолды айқастырып көтеру; қолды жоғары көтеріп, жан-жаққа бұрылу. Отырып алға қарай еңкею, тізерлеп тұрып алға еңкею. Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар. 3-5 метр қашықтықта екі қолын жерге қойып, жүру (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды). Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді, екінші бала оның аяғына отырады (5-6 рет); гимнастикалық қабырғада қолдарымен тартылып тұрып, аяқтарын көтеру (5-6 рет). Спорттық жаттығулар Дене шынықтыру мен спортқа қызығушылықты ояту және дене шынықтырумен, спортпен айналысуға баулу. Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында

		қауіпсіздікті сақтауға баулу. Шанамен сырғанау. Бір-бірін шанамен сырғанату, төбешіктен бір-бірлеп және екі-екіден шанамен сырғанау; Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру Гигиеналық шараларды жүргізуде балалардың өзара көмегін қолдау. Өзіне – өзі қызмет көрсету және киіміне күтім жасау дағдыларын жетілдіру. Шамасы келетін еңбек тапсырмаларын, асханада кезекшілердің міндеттерін орындауға, түрлі балалар әрекеттеріне қажетті құралдарды дайындауға баулу. Қоғамдық орындарда гигиена ережелерін сақтау дағдыларын қалыптастыру.
Ақпан	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Кеудеге арналған жаттығулар. Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді, екінші бала оның аяғына отырады (5-6 рет); гимнастикалық қабырғада қолдарымен тартылып тұрып, аяқтарын көтеру (5-6 рет). Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5–6 рет), стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу (3 метр), аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту. Спорттық жаттығулар Дене шынықтыру мен спортқа қызығушылықты ояту және дене шынықтырумен, спортпен айналысуға баулу. Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу. Сырғанау. Өз бетінше мұзды жолмен сырғанау, жүгіріп келіп сырғанау; Шаңғымен жүру. Бірінің артынан бірі ауыспалы қадаммен алға жылжу, оң және сол аяқтарымен сырғанау. Бір орнында тұрып оңға, солға бұрылу, айналу; Дербес қимыл белсенділігі Қыс мезгілінде мұзды жолдармен сырғанауға, шаңғымен жүруге, хоккей ойындарына, шанамен

		сырғанауға, ал көктем, жаз мезгілдерінде велосипед тебуге, футбол, бадминтон, баскетбол ойындарына жағдай жасау.
Наурыз	Дене шынықтыру	Салауатты өмір салты туралы бастапқы түсініктерді қалыптастыру. Адам ағзасы және оның қызметінің ерекшеліктері туралы түсініктерді кеңейту. Балалардың назарын ағзасы мен денсаулығының ерекшеліктеріне аудару. Салауатты өмір салтының маңызды компоненттері: дұрыс тамақтану, қимылдар, ұйқы және күн, ауа мен су және денсаулыққа зиян келтіретін факторлар туралы түсініктерді кеңейту. Адамның денсаулығы дұрыс тамақтануға байланысты екені туралы түсініктерді жетілдіру. Адамның денсаулығына гигиена мен күн тәртібінің ықпалы туралы түсініктерді кеңейту. Науқасқа күтім жасау дағдыларын қалыптастыру: оған қамқорлық жасау, шуламау, оның өтініштері мен тапсырмаларын орындау. Науқастарға жанашырлық танытуға тәрбиелеу. Өзінің көңіл-күйін сипаттай білуге үйрету. Балаларды дені сау адамның мүмкіндіктерімен таныстыру, олардың салауатты өмір салтына деген қажеттілігін қалыптастыру.
Сәуір	Дене шынықтыру	Спорттық ойындар Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыру. Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу. Хоккей элементтері. Берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанату, оны қақпаға кіргізу.
Мамыр	Дене шынықтыру	Спорттық жаттығулар Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу. Жүзу. Судың таяз жерінде отырып және жатып аяқпен қимылдар жасау (жоғары және төмен). Судың ішінде қолымен алға, артқа жүру (аяғы

		денесінің деңгейінде созылған). Иек, көз деңгейіне дейін судың ішінде отыру, суға бетін малу, суға үрлеу; суда жүзу. Судағы аэробика. Бұрылыстар жасай отырып, суда қимылдар жасау. Сауықтыру-шынықтыру шаралары Жергілікті шаралардың температурасын біртіндеп төмендете отырып, қарапайым су шараларын өз бетінше жүргізуге дағдыландыру, балалардың денсаулықтарын, шынықтыру құралдарының әсерлеріне бейімделу деңгейін ескеріп, қарама-қарсы температурадағы сумен шайыну, таңертеңгі жаттығуды орындауға қызығушылық тудыру, дене бітімін қалыптастыру және аяқтың өкшелерін нығайту. Өткенді қайталау.
--	--	--

Бекітемін
«Төрежан» бөбекжай-балабақшасы ЖШС
меңгерушісі М. Байгунусова



2022-2023 оқу жылына арналған Дене тәрбиесі нұсқаушысының циклограммасы

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 01.09-02.09.2022

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі 01.09.2022	Жұма 02.09.2022
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетілуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересек тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05-8.15 8.15-8.25 8.25-8.35				Таңғы жаттығу: Тақырыбы: «Біз Спортшылар» Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: «Сағат» Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20				Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Біздің спортзал Мақсаты: Дене шынықтыру сабақтарына қызығушылықтарын қалыптастыру. Ойын: «Жұбын тап»	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: Спортзалмен таныстыру Мақсаты: саусақ гимнастикасын қолдана отырып, дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын қалыптастыру. Бір-бірлеп сапқа тұру. Сапта бір қатармен жүру. Ойын: «Маған қарай жүгір»

						Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: Спортзалмен, ҰІӨ-ддегі қауіпсіздік техникасымен танысу Мақсаты: балаларды адам дене құрылысымен таныстыру. Адамдардың бір-бірінен айырмашылығы болатынын түсіндіру.
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30				Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30- 11.42				«Айналайын» ересек тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42- 12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 05.09-09.09.2022

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 05.09.2022	Сейсенбі 06.09.2022	Сәрсенбі 07.09.2022	Бейсенбі 08.09.2022	Жұма 09.09.2022
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересек тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05-8.15 8.15-8.25 8.25-8.35	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Біз спортшылар" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Біз оянамыз, біз күлеміз" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Жоғарғы шапалақ» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: «Біз Спортшылар» Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: «Сағат» Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.
ҮІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҮІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: Спортзалда ойнаймыз Мақсаты: Денсаулық сақтау технологиясын және ойын және тыныс алу гимнастикасын		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: Қуыршақтар денешынықтыруды ұнатады Мақсаты: бір-бірлеп сапқа тұру, сапта жүру және жүгіру. Тепе-теңдік: Қуыршақты қолдарында	Тобы: «Ақбота» ересек тобы Тақырыбы: Біз – епті балалармыз Мақсаты: Баланың қозғалыс қабілеті мен үйлесімділігін дамыту. бір орында қос аяқтап және бір аяқтап секіру, қол мен аяқтың	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Қоянмен бірге ойнаймыз» Мақсаты: екі аяқпен секіру (аяқтарын қосып секіру – аяқтарын алшақ қойып секіру). Шеңбер бойымен жүру.

		қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту. Ойын: «Ең шапшаң» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Біз азырақ сергідік... Мақсаты: Педагогтің нұсқауларын тындау және орындау дағдыларын қалыптастыру. Ойын: «Қояндар» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Менің топтағы достарым» Мақсаты: 5 метр алға аттай отырып заттар арасымен екі аяқпен секіру. Нұсқау – қозғалыс кезінде екі қолды алға сілтеу арқылы көмектесе отырып, бір мезетте қос аяқтап бар екпінмен секіру	ұстап, тұтқаларынан ұстамай баспалдақтары арқылы көлбеу тұрған төбешікке шығу және одан отырып төмен қарай сырғанау. Денсаулық сақтау технологиясын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту. Ойын: «Күлше нан» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Футбол добымен танысамыз Мақсаты: Футбол добымен ойнау дағдыларын қалыптастыру. Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Мен күштімін, ептімін және іскермін» Мақсаты: Бір орында тұрып және қозғалыс барысында тізбекке тұру түрлерін, сапта түзу жүру түрлерін орындау Ойын: «Шеңбер»	қозғалысын үйлестіру қабілетін дамыту. Ырғақпен адымдау және сапта жүріп бара жатқанда педагогтің белгісі бойынша бағытын өзгерту қабілетін дамыту. Алақаны мен тізесіне сүйеніп түрлі бағытта еңбектеуге жаттықтыру, бір-бірімен соқтығыспай айналып кету қабілетін нығайту. Ойын: «Сыйлықтар»	Мақсаты: денсаулық сақтау технологиясын және «Қояндар» саусақ гимнастикасын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту Спортзалмен таныстыру Ойын: «Қоян» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Мен осындаймын, біз осындаймыз» Мақсаты: Заттармен және заттарсыз жалпы дамытушы жаттығуларды орындау Ойын: «таудан тауға»
--	--	--	---	--	--

		Ойын: «Бос орын»				
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30- 11.42	«Айналайын» ересек тобы	«Ботақан» МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересек тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастыру шылық сәттер	11.42- 12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС
Жоспар қай кезеңге жасалады: 12.09-16.09.2022

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 12.09.2022	Сейсенбі 13.09.2022	Сәрсенбі 14.09.2022	Бейсенбі 15.09.2022	Жұма 16.09.2022
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05-8.15 8.15 8.25 8.25 8.35	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Сағат" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Біз спортшылар" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Жоғарғы шапалақ» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Біз спортшылар" Мақсаты: Музыка қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Біз оянамыз, біз күлеміз" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: Доппен танысамыз. Мақсаты: денсаулық сақтау технологиясын қолдану бір-бірінен 1 метр қашықтықта		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: Қонжықпен ойнаймыз (таза ауада) Мақсаты: Сызық үстінен екі аяқпен секіру, кедергілер арасынан жүру және жүгіру. Екі аяқпен секіру дағдысын	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Көгалда Мақсаты: Допты домалата білу және тізерлеп жүру дағдыларын дамыту. Өкшемен отырып, допты бір-	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: Балақайлар Мақсаты: 4 метр қашықтыққа тіке бағытта төрттағандап еңбектеу. Бір-бірінен 1 метр қашықтықта

		отырып, аяқтарын алшақ ашып қойып, бірбіріне допты домалату, доптың домалау бағытын сақтауды қалыптастыру. Ойын: «Тышқандар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Түрлі түсті кегельдер Мақсаты: Секіру және допты домалату дағдыларын дамыту. өкшемен отырып, бір-біріне допты домалату, көзбен өлшеу, доптың бағытын сақтау қабілетін дамыту. Бір орында қос аяқтап және бір аяқтап секіруді жалғастыру, секірген кезде тізесін аздап бүгіп, аяқтарын бірге және бөлек қою қабілетін нығайту. Ойын: «Бермеймін!»		қалыптастыру.Сызық үстінен екі аяқпен секіріп өтуді үйрету. Кедергілер арасынан жүру және жүгіруді бекітуді жалғастыру, шапшаңдықты дамыту. Шектеулі алаң үстінде жүргенде тепе-теңдікті сақтай білуді жетілдіру. Ойын: «Допты домалат» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Ойна – көңіл көтер Мақсаты:Организмнің функционалдық мүмкіндіктерін дамыту. Міндеттері: организмнің функционалдық мүмкіндіктерін арттыруға ықпал ету. Ойынның шарттарына қарай шеңберге және сапқа тұру қабілетін нығайтуды жалғастыру. Спорт алаңының бір жағынан қарама-қарсы жағына қарай жүгіріп өту қабілетін жетілдіру. Ойын: «Қасқыр мен лақтар»	біріне домалату қабілетін жетілдіру (қашықтық – 2 метр), допты қашықтыққа қарай итеру қабілетін дамыту. 6 метр қашықтықта алақаны мен тізесіне сүйеніп түрлі бағытта еңбектеуге жаттықтыру, бір-бірімен соқтығыспай айналып кету қабілетін нығайту. Организмнің жалпы шыдамдылық қабілетін, ептілік пен үйлестіру қабілетін дамыту. Экологиялық мәдениетке тәрбиелеу, қоршаған ортаны эстетикалық тұрғыдан қабылдауға үйрету. Ойын: «Қасқыр мен қоян»	аяқтарын алшақ ашып отырып, допты домалату. Денсаулық сақтау технологиясын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту. Ойын: «Қоян» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Менің сүйікті ойындарым» Мақсаты: Балалар ойындағы негізгі іс-қимылдарды меңгеру; ережелерді орындай алу және өз әрекетін үйлестіру, ойында зал, алаң кеңістік пен ресурстарды бөлу дағдысын көрсетеді. Ойын: «шашыраңқы»
--	--	---	--	--	---	--

		Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Мен болашақ спортшымын» Мақсаты: Секірудің әртүрлі түрлерін орындау, тепе-теңдікті сақтай отырып өзгермелі жағдайлардағы секірулер. Командалық ойындардың рөлдері мен тәсілдерін қолдану. Ойын: «Кім зейінді»		Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Менің сүйікті жануарым» Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстімен білек пен тізеге сүйене отырып еңбектеу. Жүгіріп келіп баланың жоғары көтерілген қолынан 25 см биіктікке ілінген затқа (таспа) секіріп қол тигізу. Толтырылған доппен жүгіру. Ойын: «жануарды тап»		
Серуен	10.20-11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00-11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҮІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10-11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30-11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан» МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42-12.12	Жабдыктарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 19.09-23.09.2022

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 19.09.2022	Сейсенбі 20.09.2022	Сәрсенбі 21.09.2022	Бейсенбі 22.09.2022	Жұма 23.09.2022
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05-8.15 8.15 8.25 8.25 8.35	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Біз спортшылар" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Біз оянамыз, біз күлеміз" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Жоғарғы шапалақ» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Біз спортшылар" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Сағат" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Марғаулар» Мақсаты: Ені – 25см, ұзындығы – 2,5 метр түзу жолмен		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Әжемнің ауылында» (таза ауада) Мақсаты: Ені 20см, ұзындығы 3 метр имектелген жолмен	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Көгалдағы ойындар» Мақсаты: Арқанмен жүру және доптарды домалату дағдыларын қалыптастыру.	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Тентек тышқандар» Мақсаты: 4 метр қашықтыққа тіке бағытта төрттағандап

		жүру. Кез келген бағытта төрттағандап еңбектеу. Ойын: «Орыныңды тап» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Күзгі гүлшоғы Мақсаты: Тепе-теңдікті сақтау, қозғалыс үйлесімділігі дағдыларын қалыптастыру. Ойын: «Лақтар қағып алды» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Бірінші бол» Мақсаты: Бір-бірінің қолына допты беру, допты алға-жоғары-төмен бағыт бойынша лақтыру. Жетекшіні ауыстыра отырып баяу қарқынмен жүгіру. Ойын: «Жалауға кім бірінші жетеді»		жүру. 1,5 метр қашықтықта бір-біріне допты домалату. Үш дөңгелекті велосипед тебу. Ойын: «Тауықтар мен балапандар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Біз ойнағанды жақсы көреміз. (Таза ауада өткізу) Мақсаты: Көтеріңкі заттың үстімен жүру, секіру дағдыларын қалыптастыру. Ойын: «Қоян» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Өз мінез құлқымызды түзетеміз» Мақсаты: Спортзалдың белгілі бір жерінде бірінің артына бірі немесе қатарынан тізіліп тізбекке тұру. Тепе-теңдік – белгі бойынша гимнастикалық орындықта көзді жұмып бір аяқпен тұру. Допты бір-біріне қос қолмен бастан асырып лақтыру (қашықтық 2,5 метр). Жетекшіні ауыстыра отырып баяу	Ойындардың көмегімен балалардың қозғалыс тәжірибесін байыту, белсенді демалуға дағдыландыру. Қозғалыс бағытын сақтай отырып, бір-бірден сапта жүгіру қабілетін жетілдіру. Еденге тасталған түзу жіптің бойымен жүруге үйретуді жалғастыру, жіпті бойлай жүрген кезде басты дұрыс ұстау қабілетін дамыту, дене сымбатының бұзылуының алдын алу. Ойын: «Секір секір»	еңбектеу. 1,5 метр қашықтықта түрегеп тұрып бір-біріне допты домалату. Ойын: «Мысық пен тышқан» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Әдемі жүруді үйренеміз» Мақсаты: Организмнің шынығуы және төзімділігін нығайту үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп арттырумен дене жаттығуларын орындау Ойын: «Мүсін сомдаймыз»массажды ойын
--	--	--	--	--	---	---

				жүгіру	Ойын: «Өзіңді қолға ал»	
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30- 11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан»МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42- 12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 26.09-30.09.2022

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 26.09.2022	Сейсенбі 27.09.2022	Сәрсенбі 28.09.2022	Бейсенбі 29.09.2022	Жұма 30.09.2022
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетілуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05-8.15 8.15 8.25 8.25 8.35	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Жоғарғы шапалақ» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Сағат" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Біз спортшылар" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Біз оянамыз, біз күлеміз" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Біз спортшылар" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Айгүл есімді қуыршақпен танысамыз» Мақсаты: 4 метр қашықтыққа тіке бағытта алақаны мен тізесін тіреп, төрттағандап еңбектеу. Екі аяқпен бір орында		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Ертегіде қонақта» (денешынықтыру + театрлық қойылым) Мақсаты: биіктігі 15 см заттың үстінен секіру. Төрттағандап еңбектеу және доғаның астына кіру, допты әртүрлі бағытта екі қолмен	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Орман жұмбақтары» Мақсаты: Секіру және доғаның астымен еңбектеу дағдыларын бекіту. екі аяқтың ұшымен серпіле секіру (аса биік емес) қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Адымын қолдың шынайы	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Балалар достығы – аңдар» достығы Мақсаты: алға қарай екі аяқпен секіру (2 метр қашықтыққа). Тоқтап тұрып және тапсырманы орындай отырып (өзін айнала отырып) жүгіру. 4 метр қашықтыққа тіке

		секіру (аяқтарын қосып – аяқтарын алшақ қойып). бір орында тұрып екі аяқпен секіру дағдысын қалыптастыру. Ойын: «Кетті,кетті орамал» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Түрлі түсті жалаулар Мақсаты: Секіру және еңбектеу дағдыларын қалыптастыру. секіру жаттығуларын үйрету. Бір аяқ алда, екіншісі артта. Қолдарды шынайы қимылдатып, жеңіл әрі ритмге сай, саптан шықпай жүгіру. Ойын: «Қақпа» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Денсаулықты нығайтамыз» Мақсаты: басына қапшық қойып, қолды	домалату. М:биіктен секіру дағдысын қалыптастыру. 15 см биіктіктен секіріп түсуге үйрету, алға қарай екі аяқпен секіріп түсу. Ойын: «Әр дәнді өз қабына сал» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Сымбатты дене. (Таза ауда өткізу) Мақсаты: Велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру. велосипедпен тура бағытта жүруге үйрету. Секірген кезде аяқтарды кезекпен ауыстыруды үйретуді жалғастыру (бір аяқ алда, екіншісі – артта). Кішірейтілген алаңда жүргенде тұрақты тепе-теңдік сақтау жаттығуларын жасау, дене сымбатының бұзылуының алдын алу Ойын: «Баспалдақ» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Қыздар мен ұлдар жарысы» Мақсаты: Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастыру, қарапайым	қозғалысымен үйлестіріп басу, сызықтан шықпай жүру қабілетін нығайту. Ойын: «Жолмен жүріп өт»	бағытта төрттағандап еңбектеу. Ойын: «Қонаққа барайық» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Организімді шынықтырамыз» Мақсаты: Бір-бірінен 70 см аралықта бір қатарға орналастырылған кедергі заттар арасында жүгіру. Бір-бірінен 1 метр аралықта бір қатарға қойылған кедергі заттар арасында фитбол домалату. Бір-бірінен 70 см қашықтықта бір қатарға қойылған кедергі заттар арасында екі аяқпен секіру. Тік нысанаға көздеп лақтыру Ойын: «Соқыртеке»
--	--	---	---	--	--

		екі жаққа жайып адымдап жүру. Дене мен басты дұрыс ұстауға көңіл бөлу (егер басты еңкейтсе, қапшық құлап түседі). Нұсқау – тепе-теңдік сақтау, аяқты қойғанда таяқша ортада болу керек. Ойын: «Қарлығаштар»		дене жаттығуларымен алмастыру. Секірудің әртүрлі түрлерін орындау, тепе-теңдікті сақтай отырып өзгермелі жағдайлардағы секіру Ойын: «Ең жылдам»		
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30- 11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан» МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42- 12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 03.10-07.10.2022

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 03.10.2022	Сейсенбі 04.10.2022	Сәрсенбі 05.10.2022	Бейсенбі 06.10.2022	Жұма 07.10.2022
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы	8.05-8.15	Музыкалық таңғы гимнастика	Таңертеңгі ашық ойындар	Қосаяқты гимнастика	Таңғы жаттығу:	Тыныс алу
«Айналайын» ересектер тобы		Тақырыбы: "Көңілді күн"	гимнастикасы	Тақырыбы: «Қояндар»	Тақырыбы: "Алақанды соқ соқ"	гимнастика
«Ботақан»	8.15	Мақсаты: Музака	Тақырыбы: "Оңға және солға"	Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша	Мақсаты: жаттығуды орындайды.Ережені	Тақырыбы: "Қарлығаштар"
МАД тобы	8.25	қарқыны арқылы	Мақсаты: Ашық	жаттығуды қайталайды.	сақтайды	Мақсаты: қозғалысты

	8.25 8.35	жаттығуларды орындауға бейімдеу.	ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.			орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.
ҮІӨ дайындық	8.50- 9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҮІӨ	9.00 10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Түрлі түсті доптар» Мақсаты: оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, 2 метр қашықтыққа алға қарай екі аяқпен секіру. Допты домалату дағдыларын қалыптастыру Ойын: «Өз орыныңды жылдам тап» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Маймыл мен ойнаймыз» Мақсаты: Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Сылдырмақтар қайда?» Мақсаты: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, екеуден (жүппен) жүру. Жалпы дамытушы жаттығуларды орындау. Ойын: «Менің көңілді добым» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Жіппен ойнаймыз» Мақсаты: Өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап, жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру. Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2–3 метр	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Әдемі болайық» Мақсаты: Қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20 – 25 см жоғары қойылған сатының таяқшаларынан, үрленген доптардан (бір-бірінен қашық қойылған 5–6 доп арқылы кезекпен) аттап өту. Стандартты емес жабдықты пайдалану арқылы бой түзулігінің бұзылуының профилактикасын өткізу Ойын: «Қоңырауға жанаспа»	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Менің көңілді добым» Мақсаты: 4–6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу «ирелеңдеп» еңбектеу дағдысын қалыптастыру.» Ойын: «Үш аю» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Күшті әрі епті боламыз» Мақсаты: Заттардан аттап жүру, шектелген

		біріне домалату арқылы қимылды жаттығуларды орындату. Ойын: «Маймылдың қасына кім бірінші барады» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Жүппен дене бітімін жетілдіру» Мақсаты: Тізені жоғары көтеріп жүру, заттардан бір қырымен аттап жүру; Жүру түрлерін орындау – аяқты айқастыра адымдау, отырып және жартылай отырып жүру дағдыларын қалыптастыру. Ойын: «Жаңбыр»		қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіруге үйрету. Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Біз спортпен айналысамыз тез өсеміз» Мақсаты: Шашырап, жұппен, қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру; гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеуді үйрете отырып жалпы даму жаттығуларын орындау. Ойын: «Малдас»		жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, бір орында тұрып, алға қарай 3–4 м қашықтыққа жылжу арқылы секіруді үйрету. Ойын: «Тез ал тез қой»
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.

Балама бағдарлама	11.30- 11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан»МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған»ортаң ғы тобы
Ұйымдастыруш ылық сәттер	11.42- 12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 10.10-14.10.2022

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 10.10.2022	Сейсенбі 11.10.2022	Сәрсенбі 12.10.2022	Бейсенбі 13.10.2022	Жұма 14.10.2022
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00- 8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05- 8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				

«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05- 8.15 8.15 8.25 8.25 8.35	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Үлкен шар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Тез оянамыз" Мақсаты: жаттығуды орындайды.Ережені сақтайды	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Биік секіреміз» Мақсаты: Педагогты ң көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Кел биле" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Біз оянамыз, біз күлеміз" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.
ҰІӨ дайындық	8.50- 9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00 10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Жол бойы мен жүгіремін» Мақсаты: шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, тура жолмен, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтайшалардың, қырлы тақтайдың бойымен жүру дағдыларын қалыптастыру. Ойын: «Көлбақалар»		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Көңілді торғайлар» Мақсаты: құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру,.Секіру дағдыларын қалыптастыру. Ойын: «Торғайлар мен мысықтар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Оргағнизмді шынықтырамыз» Мақсаты: бір орында тұрып, оңға,	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Қоянға сауығып кетуге көмектесейік» Мақсаты: етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу. сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің үстімен жүру. Ойын: «Тасбақа»	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Қонжықпен ойнайық» Мақсаты: әртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру. аяқтың ұшымен жүру, қимыл үйлесімділігі дағдысын қалыптастыру. Ойын: «Допты беріп жіберші»

		Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Ерекше шар» Мақсаты: Заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 м кем емес), оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 м қашықтықтан), 1,5 м қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) нысанаға лақтыру. Денешынықтыру сабақтарына қызығушылығын ояту; дербестік пен жинақылыққа үйрету. Ойын: «Соқыртеке» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Дене бітімін күтеміз» Мақсаты: Белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру, қолдың бастапқы		солға бұрылып секіру. тыныс алу мен дем шығару актілерін реттеуді үйрету. Сапта жүрген кезде бағытты өзгерту қабілетін жетілдіру. Ойын: «допты қағып ал» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Топтағы досым» Мақсаты: допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату, допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; Ойын: «Жұбынды тап»		Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Біз достармен ойнаймыз» Мақсаты: Скамейканың үстіне қойылған текшелерден аттап жүру, арқан бойымен бір қырымен, қосалқы кадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қою) жүру Организмнің шынығуы мен төзімділігін нығайту үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп арттыра отырып дене жаттығуларын орындау. Ойын: «Көңілді доп»
--	--	---	--	--	--	---

		қалыптарын өзгерте отырып, әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру. Затпен және жатсыз орындалатын жаттығуларды орындау. Ойын: «Аяғынды суқылма»				
Серуен	10.20-11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00-11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10-11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30-11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан» МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42-12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 17.10-21.10.2022

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 17.10.2022	Сейсенбі 18.10.2022	Сәрсенбі 19.10.2022	Бейсенбі 20.10.2022	Жұма 21.10.2022
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы	8.05-	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені.				

жаттығу	8.35	Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетілуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы	8.05- 8.15	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Көңілді күн"	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Оңға және солға"	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Қояндар» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Алақанды соқ соқ" Мақсаты: жаттығуды орындайды.Ережені сақтайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Қарлығаштар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.
«Айналайын» ересек тобы	8.15 8.25	Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды	Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.			
«Ботақан» МАД тобы	8.25 8.35	орындауға бейімдеу.				
ҰІӨ дайындық	8.50- 9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00 10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Достығымыз жарасқан» Мақсаты: қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүру Алға жылжи отырып секіру дағдысын қалыптастыру. Ойын:		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: « Көңілді жұлдызқұртқа қонаққа барамыз (таза ауада) (стандартталмаған жабдықтарды қолдану)» Мақсаты: белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. Гимнастикалық сәкіде кедергілерді аттап өту арқылы жүруге үйрену. Ойын: «Жұлдызқұрт»	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Орамал» Мақсаты: Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу, 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу . Қазақ ойындарын пайдалану арқылы қозғалыс тәжірибесін байыту Ойын: «Ұшты,ұшты»	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: « Қуыршақ Серік қонаққа келді» Мақсаты: 15-20 см биіктіктен секіру, ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіру,Допты кеудеден екі қолмен лақтыру дағдысын қалыптастыру. Ойын: Тобы: «Ботақан»МАД тобы Тақырыбы: «Хайауанаттар бағы»

		«Балапан» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Мұқият болайық» Мақсаты: Түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіру Допты дамалату және бір орында тұрып секіру дағдыларын қалыптастыру. Ойын: Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Біз ортақ бір отбасымыз» Мақсаты: Белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру Екі қатардан		Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Түрлі түсті кілемшелер. (Таза ауада өткізу)» Мақсаты: Аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Досыңды сенімді қимылдауға үйрет» Мақсаты: Кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтамай жүгіру. Жұптасып жалпы дамыту жаттығуларын орындау. Ойын: «Жұп- жұбымен»		Мақсаты: Гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу. Бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен кұрсаудың ішіне еңбектеп өту. Ойын: «Жануарды тап»
--	--	---	--	---	--	---

		сапқа тізіліп тұру. Гантельдермен орындалатын ЖДЖ. Ойын: «Қояндар»				
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30- 11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан»МАД тобы	«Ботақан» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастыр ушылық сәттер	11.42- 12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 24.10-28.10.2022

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 24.10.2022	Сейсенбі 25.10.2022	Сәрсенбі 26.10.2022	Бейсенбі 27.10.2022	Жұма 28.10.2022
Таңғы жаттығуға	8.00- 8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				

дайындық						
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05-8.15 8.15-8.25 8.25-8.35	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Үлкен шар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Тез оянамыз" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Биік секіреміз» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Кел биле" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Біз оянамыз, біз күлеміз" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Сыйлық толы жәшік» Мақсаты: Еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу. Денсаулық сақтау технологиясын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Кәнеки, аңдар, бізге құлақ салыңдар!» Мақсаты: қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүру, тепе-теңдікті сақтау дағдысын қалыптастыру. Ойын: «Кірпі» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Достар	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Қуыршақтар Айя, Мая, Серік пен Арман» Мақсаты: Құрсаудан еңбектеп өту. Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы кадаммен өрмелеу, бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өту. Музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқынмен қозғалу білігін дамыту. Ойын: «Күз мезгілі»	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Тиін балаларға қонаққа келді» Мақсаты: Сызықтан секіру, тұрған орнынан ұзындыққа 40 см қашықтыққа секіру. Арқанмен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау дағдысын қалыптастыру. Ойын: «Доп кетті домалап» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы:

	қызығушылығын дамыту Ойын: «Затты тауып көр» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Түрлі түсті орамал» Мақсаты: 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру; орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру; Бой түзулігінің бұзылуының профилактикасы, үйлесімділік қабілеттерін дамыту. Ойын: Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Көңіл күйді жақсартамыз» Мақсаты: Заттардың, кегльдердің арасымен, жіптерден аттап жүру; қосалқы қадаммен алға қарай жүру. Секірудің алуан түрлерін		мен бірге ойнаймыз» Мақсаты: 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см) секіру, 20–25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 см), қысқа секіргішпен секіру; Ойындар және спорттық жаттығулар арқылы кеңістікті бағдарлауын дамыту. Ойын: «Ара» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Жыл мезгілдері» Мақсаты: бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіру (арақашықтықтығы 40 сантиметр) Ойын: «Күз мезгілі»		«Жәндіктер әлемі» Мақсаты: әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып, кедір-бұдыр тақтай, гимнастикалық скамейка бойымен жүру. Ойын: «Құрт»
--	---	--	--	--	---

		орындау, тепе-тендікті сақтай отырып өзгермелі жағдайларда секіру Ойын: «Жылдам доп»				
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30- 11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан» МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42- 12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 31.10-04.11.2022

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 31.10.2022	Сейсенбі 01.11.2022	Сәрсенбі 02.11.2022	Бейсенбі 03.11.2022	Жұма 04.11.2022
Таңғы жаттығуға	8.00- 8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				

дайындық						
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетілуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05-8.15 8.15-8.25 8.25-8.35	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Көңілді күн" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Оңға және солға" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Қояндар» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Алақанды соқ соқ" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Қарлығаштар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.
ҮІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҮІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Біз саяхаттап жүрміз» Мақсаты: Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 м қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру. Ойын: «көпірден жорғалап өту» Тобы: «Айналайын»		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Күн нұры» (таза ауада) Мақсаты: Жалпы дамытушы жаттығулар Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен) Ойын: «Ұядағы құстар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Қонжық қалай шынықты?» Мақсаты: Түрлі тапсырмаларды	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Ойна әрі шымыр бол» Мақсаты: Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға үйрету. Тарақты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту. Ойын: «Қоңырауға жанаспа»	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Маймылдар» Мақсаты: Заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артқа апарып шапалақтау; Ойын: «Тиіп кетпе» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Айналамыздағы әлем» Мақсаты: Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру. Сапқа бір, екі,

		ересек тобы Тақырыбы: «Ғажайып сандық» Мақсаты: Жүгіру. Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру, сапта бір- бірден, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру. Ойын: «Секір бұрыл» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Су асты әлемінің таңғажайыптары» Мақсаты: Еңбектеу, өрмелеу. Жүру мен жүгіруді алмастырып, заттардың арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеу, кедергілер арасынан еңбектеу; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеу (арақашықтығы 3-4 м) Ойын: «Жаңбыр»		орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіру, 1– 1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру; орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру; Ойын: «Құрастырғыш» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Суасты таңғажайыптары» Мақсаты: Лақтыру, қағып алу, домалату. Допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; Ойын: «Малдас»		үш қатармен тұру, бір- бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру, орнында айналу, оңға, солға бұрылу, сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру. Ойын: «Тез ал тез қой»
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залда өз бетінше жұмыстар	11.00-11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10-11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30-11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан»МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42-12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 07.11-11.11.2022

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 07.11.2022	Сейсенбі 08.11.2022	Сәрсенбі 09.11.2022	Бейсенбі 10.11.2022	Жұма 11.11.2022
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» мектепалды тобы	8.05-8.15 8.15 8.25 8.25-8.35	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Үлкен шар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Тез оянамыз" Мақсаты: жаттығуды орындайды.Ережені сақтайды	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Биік секіреміз» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Кел биле" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Біз оянамыз, біз күлеміз" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Көжектерге арналған		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Кеме» Мақсаты: Үстел басында мәдениетті	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Менің көңілді ұшқыр добым» Мақсаты: Қимылды	Тобы: «Ботақан» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Қуыршақ Айгүл балалармен ойнайды»

		денешынықтыру» Мақсаты: Қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Ойын: «Көлбақалар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Көңілді құртақандар» Мақсаты: Түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіру, 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру; орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50	тамақтану дағдыларын қалыптастыру: ас қасық пен шәй қасықты, шанышқыны, майлықты дұрыс қолдану; нанды үгітпеу, тамақты ауызды жауып, шайнау, ауызды толтырып сөйлемеуді қалыптастыру. Ойын: «Торғайлар мен мысықтар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Футбол ойнауды үйренеміз» Мақсаты: Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға үйрету. Ойын: «допты қағып ал» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Керуен» Мақсаты: Қойылған	ойындарға қызығушылықты дамыту. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен және т.б. ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. Ойын: «Тасбақа»	Мақсаты: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); Ойын: «Допты беріп жіберші» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Ұлы жібек жолы» Мақсаты: Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру. Сапқа бір, екі, үш қатармен тұру, бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру, орнында айналу, оңға, солға бұрылу, сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру. Ойын: «Көңілді доп»
--	--	--	---	--	--

		метрге жүгіру; Ойын: «Соқыртеке» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Айналамыздағы әлем» Мақсаты: гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу. Бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту, гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу. Ойын: «Аяғынды суқылма»		заттардың арасымен домалату, допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; 2–2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты, асықты лақтыру, допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 м) басынан асыра лақтыру, допты екі қолымен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 м) жүргізу, допты лақтыру және алға қарай жылжып, екі қолымен қағып алу (арақашықтығы 4–5 м). Ойын: «Жұбынды тап»		
Серуен	10.20	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту,				

	11.00	Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00-11.10	Жабдықты жинау, желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10-11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30-11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан» мектепалды тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42-12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 14.11-18.11.2022

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 14.11.2022	Сейсенбі 15.11.2022	Сәрсенбі 16.11.2022	Бейсенбі 17.11.2022	Жұма 18.11.2022
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетілуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05-8.15 8.15-8.25 8.25-8.35	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Көңілді күн" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Оңға және солға" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Қояндар» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Алақанды соқ соқ" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Қарлығаштар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Қонжықтай күшті бола біл!» Мақсаты: Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Қоянға қонаққа барайық» Мақсаты: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Епті және күшті боламыз» Мақсаты: Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Қуыршақ Айгүлден сәлемдеме» Мақсаты: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; қолдарын алдына

		лақтыру (2,5-5 м қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру. Ойын: «Қақпаға түс» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Түрлі түсті доптар» Мақсаты: Жүгіру. Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру, сапта бір-бірден, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру. Түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіру, 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру; орташа жылдамдықпен	кезекпен); Ойын: «Түзу жол» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Түрлі түсті сызықтар» Мақсаты: Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға үйрету. Тарақты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту. Ойын: «Міне, мен қандай күштімін» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Қазақстанның батысы мен шығысына саяхат» Мақсаты: Лақтыру, қағып алу, домалату. Допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; допты бір	саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен және т.б. ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. Ойын: «Айна»	немесе басынан жоғары, артқа апарып шапалақтау; Ойын: «Бере алмаймын» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: « Африка, Аустралия, Антарктида құрлықтарына саяхат» Мақсаты: 2–2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты, асықты лақтыру, допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 м) басынан асыра лақтыру, допты екі қолымен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 м) жүргізу, допты лақтыру және алға қарай жылжып, екі қолымен қағып алу (арақашықтығы 4–5 м). Ойын: «Пингвин»
--	--	---	---	---	---

		жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру; Ойын: «Фигура жаса» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Қазақстанның оң түстігінен сол түстігіне саяхат» Мақсаты: Еңбектеу, өрмелеу. Жүру мен жүгіруді алмастырып, заттардың арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеу, кедергілер арасынан еңбектеу; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеу (арақашықтығы 3-4 м); гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу. Бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне		қатарға қойылған заттардың арасымен домалату, допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; Ойын: «Салт аттылар»		
--	--	--	--	---	--	--

		еңбектеп өту, гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу. Ойын: «Қояндар»				
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлам а	11.30- 11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан» МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдаст ырушылы қ сәттер	11.42- 12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 21.11-25.11.2022

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 21.11.2022	Сейсенбі 22.11.2022	Сәрсенбі 23.11.2022	Бейсенбі 24.11.2022	Жұма 25.11.2022
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05-8.15 8.15-8.25 8.25-8.35	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Үлкен шар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Тез оянамыз" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Биік секіреміз» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Кел биле" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Біз оянамыз, біз күлеміз" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Сылдырмақты балақан» Мақсаты: қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру,		Тобы: «Қарлығаш» ортаңғы тобы Тақырыбы: « Біз Күнге еріп, достарымызды табамыз.» Мақсаты: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Біз көңілді балалар» Мақсаты: Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Тамақтанар алдында,	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Ойын ойнауды ұнатамыз» Мақсаты: Заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; қолдарын алдына

	түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашуды үйрету. Ойын: «домалаймыз» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Елгі болайық» Мақсаты: Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру, сапта бір-бірден, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіруді үйрету. Ойын: «допты ары қарай жалға» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Байқоңыр» Мақсаты: Жүру мен жүгіруді алмастырып, заттардың арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеу, кедергілер арасынан еңбектеу; допты басымен итеріп, төрттағандап	түсіру (бірге немесе кезекпен) Ойын: «Иттер мен Қарғалар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Спорттық элементері бар ойындар» Мақсаты: Түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіру, 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру; орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіруді қалыптастыру Ойын: «Кім мерген» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Ғарышқа саяхат» Мақсаты: Бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту, гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір	дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға үйрету. Тарақты, қол орамалды пайдалана білуді үйрету.. Ойын: «Белгіге құлақ сал»	немесе басынан жоғары, артқа апарып шапалақтауға дағдылау. Ойын: «Бос орын» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Туған өлке» Мақсаты: Лақтыру, қағып алу, домалату. Допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алуға баулу. жалпы дамытушы жақтығуларды қалыптастыру. Ойын: «Көкорай шалғында»
--	---	--	---	---

		еңбектеу (арақашықтығы 3-4 м); гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеуге баулу		гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеуді үйрену. Ойын: «Ғарыштық түс»		
Серуен	10.20-11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00-11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10-11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30-11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан» МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42-12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 28.11-02.12.2022

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 28.11.2022	Сейсенбі 29.11.2022	Сәрсенбі 30.11.2022	Бейсенбі 01.12.2022	Жұма 02.12.2022
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетілуімен орындау				
«Қарлығаш» ортаңғы тобы «Ақбота» ересектер тобы «Қазына» МАД тобы	8.05-8.15 8.15-8.25 8.25-8.35	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Көңілді күн" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Оңға және солға" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Қояндар» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Алақанды соқ соқ" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Қарлығаштар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Қағып ал» Мақсаты: Заттарды		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Үлен болып өсеміз» Мақсаты: заттарды	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Дербестікке үйренеміз» Мақсаты: Доптармен,	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Қыс қызығы» Мақсаты: қолды алға,

		оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 м қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыруды үйрету. Ойын: «Кішкентай доптар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Ерекше орындықтар» Мақсаты: Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен және т.б. ойындарда балалардың белсенділігін дамыту.	бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артқа апарып шапалақтауға дағыдылау жалпы дамытушы жаттығуларды үйрету. Ойын: «Кім жүйрік» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Достар мен ойнау» Мақсаты: Түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіру, 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру; орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіруді үйрету. Ойын: «Адасқан доп» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Батырлар» Мақсаты: Допты бір қатарға қойылған	секіргіштермен, құрсаулармен және т.б. ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. Ойын: «Секіреміз»	жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашуды қалыптастыру. Ойын: «Сырғанақ тебеміз» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Мерген» Мақсаты: Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 м) басынан асыра лақтыру, допты екі қолымен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 м) жүргізу, допты лақтыру және алға қарай жылжып, екі қолымен қағып алу (арақашықтығы 4–5 м). Дағдыларын қалыптастыру. Ойын: «Аттар»
--	--	---	---	--	--

		Ойын: «Кірпілер» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Ат жарысы» Мақсаты: Сапқа бір, екі, үш қатармен тұру, бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру, орнында айналу, оңға, солға бұрылу, сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұруды үйрету. Ойын: «Жанбы ату»		заттардың арасымен домалату, допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; 2–2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты, асықты лақтыруды үйрету. Ойын: «Кім мерген»		
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҮІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30- 11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан»МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған»ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42- 12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 05.12-09.12.2022

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 05.12.2022	Сейсенбі 06.12.2022	Сәрсенбі 07.12.2022	Бейсенбі 08.12.2022	Жұма 09.12.2022
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05-8.15 8.15-8.25 8.25-8.35	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Біз спортшылар" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Біз оянамыз, біз күлеміз" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Жоғарғы шапалақ» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Біз спортшылар" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Сағат" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.
ҮІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҮІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы:		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы:	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Епті болуға	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: Біздің

	Хайуанаттар бағы Мақсаты: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта) беруді үйрету. Ойын: «Ең шапшаң» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы:Дербестікке үйренеміз Мақсаты: Еңбектеу, өрмелеу. 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеуге үйрету.Ойын:	Хайуанаттар бағын мекендеушілер Мақсаты: аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); аяқты бұгу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). Жалпы дамытушы жаттығуларға деген қызығушылықтарын арттыру. Ойын: «Күлше нан» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Көңілді тышқандар Мақсаты: Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу, 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу. Құрсаудан еңбектеп өту.	үйренейік Мақсаты: Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Ойын: «Сыйлықтар»	сүйікті ойындарымыз Мақсаты: Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Ойын: «Қоян» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Ат жарысы» Мақсаты: Ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Ұлттық қимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға қатысуға баулу. Ойын: «таудан тауға»
--	---	--	--	--

		«Қояндар» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Ғарышқа саяхат» Мақсаты: Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкею. Ойын: «Бос орын»		Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу, бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өтуге дағдылау. Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Туған өлке» Мақсаты: Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұғу және тік көтеру. Алға еңкейіп, алақанын еденге тигізуге орындату. Ойын: «Шеңбер»		
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама	11.30-	«Айналайын»	«Ботақан»МАД	«Балдырған» ортаңғы	«Айналайын» ересектер	«Балдырған»ортаңғы

бағдарлама	11.42	ересектер тобы	тобы	тобы	тобы	тобы
Ұйымдастыр ушылық сәттер	11.42- 12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 12.12-15.12.2022

Күн тәртiбi	Уақыт	Дүйсенбi 12.12.2022	Сейсенбi 13.12.2022	Сәрсенбi 14.12.2022	Бейсенбi 15.12.2022	Жұма
Таңғы жаттығуғ а дайынды қ	8.00- 8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05- 8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетілуімен орындау				
«Балдырғ ан» ортаңғы тобы «Айналай ын»ересе ктер тобы «Ботақан »МАД тобы	8.05- 8.15 8.15 8.25 8.25 8.35	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы:"Сағат" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Біз спортшылар" Мақсаты: жаттығуды орындайды.Ережен і сақтайды	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Жоғарғы шапалақ» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Біз спортшылар" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	
ҰІӨ дайынды	8.50- 9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				

Қ					
ҰІӨ	9.00 10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: Құртақан мен ойнайық Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта) үйрету. Ойын: «Тышқандар» Тобы: «Айналған» ересек тобы Тақырыбы: Құртақанға күлуді үйретейік Мақсаты: Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу,	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: Жарық шашқан шамдар Мақсаты: Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Ойын: «Допты домалат» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Ағаларымыз сияқты күшті болайық Мақсаты: Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Тамақтану тәртібін сақтаудың және көгөністер мен жемістердің,	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Ойнап жүріп есте сақтауды дамытамыз Мақсаты: Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу, 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу , бір-бірімен соқтығыспай айналып кету қабілетін нығайту. Организмнің жалпы шыдамдылық қабілетін, ептілік пен үйлестіру қабілетін дамыту. Экологиялық мәдениетке тәрбиелеу, қоршаған ортаны эстетикалық тұрғыдан қабылдауға үйрету. Ойын: «Қасқыр мен қоян»	

		50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу. Құрсаудан еңбектеп өту. Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу, бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өтуге үйрету. Ойын: «Бермеймін!» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Батырлар» Мақсаты: Жеке гигиена ережелерін орындауда өзін-өзі бақылауды дамыту: дененің тазалығын бақылау, қол - аяқтарын жуу, тіс тазалау, тамақтанғаннан кейін ауызды шаю, қол орамалды пайдалану, белге дейін дымқыл шүберекпен сүртіну. Осы шараларды		дәрумендердің адам ағзасына пайдасы туралы түсінік беру. Ойын: «Қасқыр мен лақтар» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Даңықты тұлғалар» Мақсаты: Ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Ойын: «жануарды тап»	
--	--	--	--	---	--

		жүргізудің және жеке гигиена заттарын пайдаланудың қажеттілі туралы түсінік беру. Ойын: «Кім зейінді»				
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30- 11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан»МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдас тырушылық сәттер	11.42- 12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 19.12-23.12.2022

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 19.12.2022	Сейсенбі 20.12.2022	Сәрсенбі 21.12.2022	Бейсенбі 22.12.2022	Жұма 23.12.2022
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05-8.15 8.15-8.25 8.25-8.35	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Біз спортшылар" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Біз оянамыз, біз күлеміз" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Жоғарғы шапалақ» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Біз спортшылар" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Сағат" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.
ҮІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҮІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Менің шанам қуыршақты сырғанатады» Мақсаты: Допты бір-біріне басынан жоғары артқа және		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Түрлі түсті жалаулар» Мақсаты: Аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Қысқы ойындар. (Таза ауада өткізу) Мақсаты: Спорттық жаттығулар арқылы қозғалыс үйлесімділігін	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Бір-екі, бір-екі, біз жасаймыз аққала!» Мақсаты: Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым

	алға беру, жан-жаққа солға- оңға бұрылу; солға, оңға бұрылу отырған қалыпта аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту шалқасынан жатқан қалыпты белсенділікті арттыру. Ойын: «Орыныңды тап» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Біздің шағын стадион»Мақсаты: 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу.Көз мөлшерін дамыту, салауатты өмір	бұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). Жалпы қозғалысты жаттығуларды дамыту. Ойын: «Тауықтар мен балапандар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы : «Қуыршақтар дүкені» Мақсаты:Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу, 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу. Құрсаудан еңбектеп өту. Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу, бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өту.Қозғалысты мәнерлеп орындау дағдыларын ырғаққа үйрету.	және төзімділікті дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Ойын: «Секір секір»	ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Ойын: «Мысық пен тышқан» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Қыстаудағы ойындар» Мақсаты: Шашырап, жұппен, қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен, кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Ойын: «Мүсін сомдаймыз»массажды ойын
--	--	---	---	--

		салты машықтарын қалыптастыру. Ойын: «Лақтар қағып алды» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Мерген» Мақсаты: Сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру; аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүру, заттардан бір қырымен аттап жүру; белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру, Ойын: «Жалауға кім бірінші жетеді»		Ойын: «Қоян» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Аңшылар» Мақсаты: Жүгіру: шашырап; жұптасып, бір қатармен, заттарды аттап, бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелеңдеп, кедергілерден өту арқылы, табиғи жағдайларда кедергілерден өту арқылы, түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру; Ойын: «Өзінді қолға ал»		
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30- 11.42	«Айналайын» ересек тобы	«Балдырған»МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересек тобы	«Балдырған»ортаңғы тобы

Ұйымдастырушылық сәттер	11.42-12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы
-------------------------	-------------	---

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 26.12-30.12.2022

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 26.12.2022	Сейсенбі 27.12.2022	Сәрсенбі 28.12.2022	Бейсенбі 29.12.2022	Жұма 30.12.2022
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересек тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05-8.15 8.15-8.25 8.25-8.35	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Жоғарғы шапалақ» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Сағат" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Біз спортшылар" Мақсаты: Музақа қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Біз оянамыз, біз күлеміз" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Біз спортшылар" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Біз шананы сүйрейміз»		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Аязатаның	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Біз өсіп келеміз» Мақсаты:	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Ақшақар мен

	(таза ауада)Мақсаты: Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Ойын: Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Ерекше сайыс»Мақсаты: Еңбектеу, өрмелеу. 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу. Ойын: «Қақпа»Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Біз – жас	сыйлықтары» Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); Ойын: «Әр сыйлықты өз қорабына сал» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Құртақан мен ойнаймыз» Мақсаты: Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу, 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу. Құрсаудан еңбектеп өту. Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы кадаммен өрмелеу, бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өту;	Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаю. Салауатты өмір салтын қалыптастыру Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Ойын: «Жолмен жүріп өт»	ойнаймыз» Мақсаты: тепе-теңдікті және қимыл үйлесімділігін сақтау дағдысын қалыптастыру. Ойын: «Қонаққа барайық»Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Баскетболшыларды жұлпын жаттықтыру» Мақсаты: Бір орында тұрып және қозғалыс барысында сапқа тұру түрлерін, мәнерлі сап түзу, жүру түрлерін орындау. Секірудің әртүрлі түрлерін орындау, тепе-теңдікті сақтай отырып өзгермелі жағдайларда секірулер.Допты домалату, лақтыру және қағып алу, допты жерге оң қолмен және сол қолмен ұру, екі қолымен басынан асыра лақтыру және бір қолмен кедергіден лақтыру Ойын: «Соқыртеке»
--	--	---	--	--

		баскетболшылармыз» Мақсаты: Шашырап, жұппен, қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен, кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Ойын: «Қарлығаштар»		Ойын: «Баспалдақ» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Баскетбол ойнаймыз» Мақсаты: Жүгіру: шашырап; жұптасып, бір қатармен, заттарды аттап, бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелеңдеп, кедергілерден өту арқылы, табиғи жағдайларда кедергілерден өту арқылы, түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру; Ойын: «Ең жылдам»		
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҮІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30- 11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан»МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған»ортаңғы тобы
Ұйымдастыруш	11.42-	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

ЫЛЫҚ СӘТТЕР	12.12	
-------------	-------	--

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 04.01-06.01.2023

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі 04.01.2023	Бейсенбі 05.01.2023	Жұма 06.01.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетілуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» мектепалды тобы	8.05-8.15 8.15 8.25 8.25 8.35			Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Қояндар» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Алақанды соқ соқ" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Көңілді күн" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.
ҮІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҮІӨ	9.00-10.20			Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: Қоянның сыйлығы Мақсаты: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; қолдарды алға созып,	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Шаңғымен жүру. (Таза ауада өткізу) Мақсаты: Шанамен сырғанау. Төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу,	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: Мұзы қатқан айдынды, Жаңа жауған қар басты Мақсаты: Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден

			жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеруге дағдылау. Ойын: «Ұядағы құстар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Сиқырлы асық» Мақсаты: . Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см) секіру, 20–25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 см), қысқа секіргішпен секіру; Ойын: «Құрастырғыш» Тобы: «Ботақан»	төбешіктен түскенде тежеу, мұзды жолдармен өзбетінше сырғанау. Ойын: «Қоңырауға жанаспа»	сырғанау; Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Ойын: «Тиіп кетпе» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Ерекше сайыс» Мақсаты: Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар. 3-5 метр қашықтықта екі қолын жерге қойып, жүру (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды). Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді, екінші бала оның аяғына отырады (5-6 рет); гимнастикалық қабырғада қолдарымен тартылып тұрып, аяқтарын көтеру (5-6 рет). Ойын: «Тез ал тез қой»
--	--	--	--	---	--

				мектепалды тобы Тақырыбы: «Көңілді жаттығулар» Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар. Артқы жағынан қолды айқастырып көтеру; қолды жоғары көтеріп, жан-жаққа бұрылу. Отырып алға қарай еңкею, тізерлеп тұрып алға еңкею. Ойын: «Малдас»		
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30			Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30- 11.42			«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42- 12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 09.01-13.01.2023

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 09.01.2023	Сейсенбі 10.01.2023	Сәрсенбі 11.01.2023	Бейсенбі 12.01.2023	Жұма 13.01.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» Ересек тобы «Ботақан» мектепалды тобы	8.05-8.15 8.15-8.25 8.25-8.35	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Үлкен шар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Тез оянамыз" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Биік секіреміз» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Кел биле" Мақсаты: Музыка қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Біз оянамыз, біз күлеміз" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Үлкен болып өсеміз» Мақсаты: Сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: Бір, екі, үш, бізбен бірге қайтала! (таза ауада) Мақсаты: Денсаулықтың құндылығы туралы түсінікті дамыту;	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Шаңғымен сырғанап жүреміз. (Таза ауада өткізу) Мақсаты: Шанамен сырғанау. Төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Ойыншықтар» Мақсаты: Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-

		оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Ойын: «Көлбақалар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: 1-2-3 – ойыншықтарға жан бітті! Мақсаты: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту. Ойын: «Соқыртеке»		ауырмауға, денсаулықты сақтауға ынталандыру, «салауатты өмір салты» және оны ұстану туралы алғашқы түсініктер беру. Ойын: «Торғайлар мен мысықтар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Сиқырлы дорба» Мақсаты: Секіру. Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см) секіру, 20–25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа	төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу, мұзды жолдармен өзбетінше сырғанау. Ойын: «Тасбақа»	жаққа, артқа қою; қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; Ойын: «Допты беріп жіберші» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: Денсаулыққа не пайдалы? Мақсаты: Дене шынықтыру мен спортқа қызығушылықты ояту және дене шынықтырумен, спортпен айналысуға баулу. Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу. Ойын: «Көңілді доп»
--	--	--	--	---	---	---

		Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Тым жоғарғы белсенділік» Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар. Артқы жағынан қолды айқастырып көтеру; қолды жоғары көтеріп, жан-жаққа бұрылу. Отырып алға қарай еңкею, тізерлеп тұрып алға еңкею. Ойын: «Аяғынды суқылма»		(шамамен 70 см), қысқа секіргішпен секіру; Ойын: «допты қағып ал» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Пайдалы және зиянды әдет» Мақсаты: Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар. 3-5 метр қашықтықта екі қолын жерге қойып, жүру (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды). Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді, екінші бала оның аяғына отырады (5-6 рет); гимнастикалық қабырғада қолдарымен тартылып тұрып,	
--	--	--	--	--	--

				аяқтарын көтеру (5-6 рет). Ойын: «Жұбынды тап»		
Серуен	10.20-11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00-11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10-11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30-11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан» мектепалды тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42-12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 16.01-20.01.2023

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 16.01.2023	Сейсенбі 17.01.2023	Сәрсенбі 18.01.2023	Бейсенбі 19.01.2023	Жұма 20.01.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы	8.05-8.15	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Көңілді күн"	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Оңға және солға"	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Қояндар» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Алақанды соқ соқ" Мақсаты: жаттығуды орындайды.Ережені сақтайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Қарлығаштар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.
«Айналайын» ересектер тобы	8.15-8.25	Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.			
«Ботақан» мектепалды тобы	8.25-8.35					
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Қысқы орманға біз келдік» Мақсаты: Салауатты өмір салтын қалыптастыру.		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Серуенге барайық» Мақсаты: Денсаулықтың құндылығы туралы түсінікті дамыту; ауырмауға,	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Епті және күшті боламыз» Мақсаты: 20–25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 см), қысқа секіргішпен	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Біз кішкентай шабонтоздармыз» Мақсаты: Шанамен сырғанау.

	Сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Ойын: «Қақпаға түс» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Сиқырлы гүл» Мақсаты: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту. Ойын: «Фигура жаса» Тобы: «Қазына» мектепалды тобы Тақырыбы: «Шыныққан әрі шымыр боламыз»	денсаулықты сақтауға ынталандыру, «салауатты өмір салты» және оны ұстану туралы алғашқы түсініктер беру. Ойын: «Түзу жол» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Біз өстік» Мақсаты: Секіру. Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см) секіру, Ойын: «Міне, мен қандай күштімін» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Жас футболшылыр»	секіру; Ойын: «Айна»	Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау; Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Ойын: «Бере алмаймын» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Футбол алаңында жаттығу» Мақсаты: Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру Гигиеналық шараларды жүргізуде балалардың өзара көмегін қолдау. Өзіне – өзі қызмет көрсету және
--	---	---	--	---

		Мақсаты: Шанамен сырғанау. Бір-бірін шанамен сырғанату, төбешіктен бір-бірлеп және екі-екіден шанамен сырғанау; Ойын: «Қояндар»		Мақсаты: Дене шынықтыру мен спортқа қызығушылықты ояту және дене шынықтырумен, спортпен айналысуға баулу. Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу. Ойын: «Салт аттылар»		киіміне күтім жасау дағдыларын жетілдіру. Ойын: «Пингвин»
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30- 11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан» МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42- 12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 23.01-27.01.2023

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 23.01.2023	Сейсенбі 24.01.2023	Сәрсенбі 25.01.2023	Бейсенбі 26.01.2023	Жұма 27.01.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы	8.05-8.15	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Үлкен шар"	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Тез оянамыз"	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Биік секіреміз»	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Кел биле"	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы
«Айналайын» ересек тобы	8.15-8.25	Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады	Мақсаты: жаттығуды орындайды.Ережені сақтайды	Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Тақырыбы: "Біз оянамыз, біз күлеміз"
«Ботақан» мектепалды тобы	8.25-8.35					Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Қонаққа құртақан келді» Мақсаты: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Аяқ күшін нығайтамыз» Мақсаты: Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Хоккей ойнауды үйренеміз. (Таза ауада өткізу) Мақсаты: Аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру)	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Балақайға тосын сый» Мақсаты: Денсаулықтың құндылығы туралы түсінікті дамыту; ауырмауға,

	жаққа, артқа қою; қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; Ойын: «домалаймыз» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Біз – кішкентай спортшылар Мақсаты: . Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру Ойын: «допты ары қарай жалға» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Шабондоздар» Мақсаты: Дене шынықтыру мен спортқа	оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Ойын: «Иттер мен Қарғалар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Біз әскерміз сап түзеген» Мақсаты: Аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см) секіру, 20–25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 см), қысқа секіргішпен секіру; Ойын: «Кім мерген» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Ойын ойнап денсалықты нығайтамыз» Мақсаты: Өзіне – өзі қызмет көрсету және киіміне күтім жасау дағдыларын жетілдіру. Ойын: «Ғарыштық	секіру, 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см) секіру, 20–25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 см), қысқа секіргішпен секіру; Ойын: «Белгіге құлақ сал» денсаулықты сақтауға ынталандыру, «салауатты өмір салты» және оны ұстану туралы алғашқы түсініктер беру Ойын: «Бос орын» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Денсалықты қалай күтуге болады?» Мақсаты: Шамасы келетін еңбек тапсырмаларын, асханада кезекшілердің міндеттерін орындауға, түрлі балалар әрекеттеріне қажетті құралдарды дайындауға баулу. Ойын: «Көкорай шалғында»
--	---	--	---

		қызығушылықты ояту және дене шынықтырумен, спортпен айналысуға баулу. Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу. Ойын: «Бахалар»		түс»		
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30- 11.42	«Айналайын» ересек тобы	«Ботақан» мектепалды тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42- 12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 30.01-03.02.2023

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 30.01.2023	Сейсенбі 31.01.2023	Сәрсенбі 01.02.2023	Бейсенбі 02.02.2023	Жұма 03.02.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы	8.05-8.15	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Көңілді күн" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Оңға және солға" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Қояндар» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Алақанды соқ соқ" Мақсаты: жаттығуды орындайды.Ережені сақтайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы:"Қарлығаштар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.
«Айналайын» ересек тобы	8.15-8.25					
«Ботақан» МАД тобы	8.25-8.35					
ҮІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҮІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Балақайға тосын сый» Мақсаты:		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Түрлі түсті текшелер» Мақсаты: Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын,	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: « Біз аяздан қорықпаймыз.» Мақсаты: Дене	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Біздің қонағымыз – Қарлығаш есімді қуыршақ» (таза ауада)

	Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өзбетінше ойнауға ынталандыру. Ойын: «Өз орыныңды жылдам тап» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Алақанмен шапалақтап, аяқпенен топылдатамыз» Мақсаты:Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату. Заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 м кем емес), оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 м	ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Ойын: «Менің көңілді добым» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Ұшқыштар» Мақсаты: Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру. Бір-бірден сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. Екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру, бағыт бойынша түзелу; оңға, солға бұрылу, орнында айналу; араларын алшақ ұстау және жақын тұру. Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Шымыр болам десен – шынық!» Мақсаты Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5–6 рет),стретчинг	белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту. Құлап қалған кезде өзіне қарапайым көмек көрсетуге, науқастанған кезде ересектерге жүгінуге баулу. Ойын: «Қоңырауға жанаспа»	Мақсаты: Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының пайдасы туралы түсінік қалыптастыру. Ойын: «Үш аю» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Денсаулықтың құпиясы» Мақсаты: Дене шынықтыру мен спортқа қызығушылықты ояту және дене шынықтырумен, спортпен айналысуға баулу. Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу. Ойын: «Тез ал тез қой»
--	---	---	--	--

	қашықтықтан), 1,5 м қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) нысанаға лақтыру Ойын: «Маймылдың қасына кім бірінші барады» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Денсаулықты қалай күтуге болады?» Мақсаты: Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді, екінші бала оның аяғына отырады (5-6 рет); гимнастикалық қабырғада қолдарымен тартылып тұрып, аяқтарын көтеру (5-6 рет). Ойын: «Қояндар»		элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу (3 метр), аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту. Ойын: «Малдас»		
--	--	--	---	--	--

Серуен	10.2 0 11.0 0	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.0 0- 11.1 0	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.1 0- 11.3 0	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.3 0- 11.4 2	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан»МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған»ортаңғы тобы
Ұйымдастыр ушылық сәттер	11.4 2- 12.1 2	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 06.02-10.02.2023

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 06.02.2023	Сейсенбі 07.02.2023	Сәрсенбі 08.02.2023	Бейсенбі 09.02.2023	Жұма 10.02.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетілуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05-8.15 8.15-8.25 8.25-8.35	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Үлкен шар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Тез оянамыз" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Биік секіреміз» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Кел биле" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Біз оянамыз, біз күлеміз" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Сықырлы дорба» Мақсаты: Адамның денсаулығына пайдалы (көгеністер, жемістер, сүт		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Әжемнің сыйлықтары» Мақсаты: Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін,	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: « Африкаға саяхат» Мақсаты: Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Секіргіш қоянға қонаққа барамыз» Мақсаты: Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық

	өнімдері және т.б.) және зиянды тағамдар (тәттілер, бәліштер, тәтті газдалған сусындар және т. б.) туралы бастапқы түсініктерді қалыптастыру. Ойын: «Көлбақалар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Отбасындағы ағаларым сияқты жаттығамын!» Мақсаты: Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру. Бір-бірден сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. Екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру, бағыт бойынша түзелу; оңға, солға бұрылу, орнында айналу; араларын алшақ ұстау және жақын тұру.	белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өзбетінше ойнауға ынталандыру. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу Ойын: «Торғайлар мен мысықтар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Бізге қонаққа маймыл келді!» Мақсаты: допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 м қашықтықта), қағып алу; допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 м қашықтықтан); допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3—4 рет); Ойын: «допты қағып ал» Тобы: «Ботақан» МАД тобы	ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту. Құлап қалған кезде өзіне қарапайым көмек көрсетуге, науқастанған кезде ересектерге жүгінуге баулу. Ойын: «Тасбақа»	және қимылды ойындар) мен ұйқының пайдасы туралы түсінік қалыптастыру Ойын: «Допты беріп жіберші» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Епті және төзімді боламыз!» Мақсаты: Дене шынықтыру мен спортқа қызығушылықты ояту және дене шынықтырумен, спортпен айналысуға баулу. Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу. Ойын: «Көңілді доп»
--	---	--	---	---

		Ойын: «Соқыртеке» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Футбол ойнап үйренеміз»Мақсаты Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5–6 рет), стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу (3 метр), аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту. Ойын: «Аяғынды суқылма»		Тақырыбы: «Топтағы досым» Мақсаты: Дене шынықтыру мен спортқа қызығушылықты ояту және дене шынықтырумен, спортпен айналысуға баулу. Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу. Ойын: «Жұбынды тап»		
Серуен	10.20-11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00-11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша	11.10-11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.

жұмыстар						
Балама бағдарлама	11.30-11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан»МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған»ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42-12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 13.02-17.02.2023

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 13.02.2023	Сейсенбі 14.02.2023	Сәрсенбі 15.02.2023	Бейсенбі 16.02.2023	Жұма 17.02.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы	8.05-8.15	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Көңілді күн" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Оңға және солға" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Қояндар» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Алақанды соқ соқ" Мақсаты: жаттығуды орындайды.Ережені сақтайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы:"Қарлығаштар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.
«Айналайын» ересектер тобы	8.15-8.25					
«Ботақан» МАД тобы	8.25-8.35					
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Достығымыз жарасқан» Мақсаты: Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін,		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: « Көңілді жұлдызқұртқа қонаққа барамыз (таза ауада) (стандартталмаған жабдықтарды қолдану)» Мақсаты: Адамның денсаулығына пайдалы (көгеністер, жемістер, сүт	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Орамал» Мақсаты: Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: « Қуыршақ Серік қонаққа келді» Мақсаты: Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының пайдасы туралы түсінік

		белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өзбетінше ойнауға ынталандыру. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Ойын: «Балапан» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Мұқият болайық» Мақсаты: Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату. Заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 м кем емес), оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 м қашықтықтан), 1,5 м қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) нысанаға лақтыру; допты бір-	өнімдері және т.б.) және зиянды тағамдар (тәттілер, бәліштер, тәтті газдалған сусындар және т. б.) туралы бастапқы түсініктерді қалыптастыру. Ойын: «Жұлдызкұрт» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Түрлі түсті кілемшелер. (Таза ауада өткізу)» Мақсаты: Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру. Бір-бірден сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. Екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру, бағыт бойынша түзелу; оңға, солға бұрылу, орнында айналу; араларын алшақ ұстау және жақын тұру. Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Досыңды сенімді қимылдауға үйрет» Мақсаты: Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5–6 рет), стретчинг	пайдасы туралы түсінікті кеңейту. Құлап қалған кезде өзіне қарапайым көмек көрсетуге, науқастанған кезде ересектерге жүгінуге баулу. Ойын: «Ұшты, ұшты»	қалыптастыру. Ойын: «Кім жылдам» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Хайауанаттар бағы» Мақсаты: Дене шынықтыру мен спортқа қызығушылықты ояту және дене шынықтырумен, спортпен айналысуға баулу. Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу. Ойын: «Жануарды тап»
--	--	---	--	--	--

		біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 м қашықтықта), қағып алуға баулу. Ойын: Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Біз ортақ бір отбасымыз» Мақсаты: Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді, екінші бала оның аяғына отырады (5-6 рет); гимнастикалық қабырғада қолдарымен тартылып тұрып, аяқтарын көтеруге үйрету. Ойын: «Қояндар»		элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу (3 метр), аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту. Ойын: «Жұп- жұбымен»		
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҮІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				

Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10-11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30-11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан» МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42-12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 20.02-24.02.2023

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 20.02.2023	Сейсенбі 21.02.2023	Сәрсенбі 22.02.2023	Бейсенбі 23.02.2023	Жұма 24.02.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетілуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05-8.15 8.15-8.25 8.25-8.35	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Үлкен шар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Тез оянамыз" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Биік секіреміз» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Кел биле" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Біз оянамыз, біз күлеміз" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Сыйлық толы жәшік» Мақсаты: Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: « Кәнеки, аңдар, бізге құлақ салыңдар!» Мақсаты: Адамның денсаулығына пайдалы (көгерістер, жемістер, сүт өнімдері және т.б.) және зиянды тағамдар (тәттілер, бәліштер, тәтті газдалған	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Қуыршақтар Айя,Мая,Серік пен Арман» Мақсаты: Екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру, бағыт бойынша түзелу; оңға, солға	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Тиін балаларға қонаққа келді» Мақсаты: Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Ойын: «Доп кетті

		пайдасы туралы түсінік қалыптастыру. Ойын: «Затты тауып көр» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Түрлі түсті орамал» Мақсаты: Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру. Бір-бірден сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұруға үйрету. Ойын: «атшабыс» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Көңіл күйді жақсартамыз» Мақсаты: Дене шынықтыру мен спортқа қызығушылықты ояту және дене шынықтырумен, спортпен айналысуға баулу. Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Ойын: «Жылдам доп»		сусындар және т. б.) туралы бастапқы түсініктерді қалыптастыру. Ойын: «Кірпі» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Достар мен бірге ойнаймыз» Мақсаты: Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту. Ойын: «Ара» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Жыл мезгілдері» Мақсаты: Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу. Ойын: «Қыс мезгілі»	бұрылу, орнында айналу; араларын алшақ ұстау және жақын тұру. Дағдылау.Ойын: «Қыс мезгілі»	домалап» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Жәндіктер әлемі» Мақсаты: Шаңғымен жүру. Бірінің артынан бірі ауыспалы қадаммен алға жылжу, оң және сол аяқтарымен сырғанау. Бір орнында тұрып оңға, солға бұрылу, айналу; Ойын: «Құрт»
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залда өз бетінше жұмыстар	11.00-11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10-11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30-11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан» МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42-12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 27.02-03.03.2023

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 27.02.2023	Сейсенбі 28.02.2023	Сәрсенбі 01.03.2023	Бейсенбі 02.03.2023	Жұма 03.03.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05-8.15 8.15-8.25	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Көңілді күн" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Оңға және солға" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Қояндар» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Алақанды соқ соқ" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Қарлығаш тар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.

	8.25 8.35	бейімдеу.	ережелерді сақтау.			
ҰІӨ дайындық	8.50- 9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00 10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Біз саяхаттап жүрміз» Мақсаты: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу; Ойын: «көпірден жорғалап өту» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Ғажайып сандық» Мақсаты: Екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу (жылдам және бір қалыпты). Оңға, солға еңкею, шалқаю. Тұрған қалыпта екі аяқ бірге (алшақ), алға еңкейіп, қолдың саусақтарын аяқтың ұшына жеткізіп,		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Күн нұры» (таза ауада) Мақсаты: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артқа апарып шапалақтау; Ойын: «Ұядағы құстар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Қонжық қалай шынықты?» Мақсаты: Аяқтың ұшына көтерілу және тұру. Екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен өкшені, содан	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Ойна әрі шымыр бол» Мақсаты: Балалардың доптармен, қозғалатын ойыншықтармен, құрсаулармен ойындарын қолдау, дене шынықтыру құралдарын, спорттық және қимылды ойындарға арналған атрибуттарды пайдалануға ынталандыру. Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту. Ойын: «Қоңырауға жанаспа»	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Маймылдар» Мақсаты: Дене мүшелері мен ағза жүйесін нығайтатын жаттығулармен таныстыру. Өзінің денсаулық жағдайы туралы ересектерге айту, науқастанған кезде дәрігерге қаралып, емделу қажеттігін білу. Ойын: «Тиіп кетпе» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Айналамыздағы әлем» Мақсаты: Адамның денсаулығы дұрыс тамақтануға байланысты екені туралы түсініктерді жетілдіру. Адамның денсаулығына гигиена

		заттарды қою және жоғары көтеру. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. Ойын: «Секір бұрыл» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Су асты әлемінің таңғажайыптары» Мақсаты: Салауатты өмір салты туралы бастапқы түсініктерді қалыптастыру. Адам ағзасы және оның қызметінің ерекшеліктері туралы түсініктерді кеңейту. Балалардың назарын ағзасы мен денсаулығының ерекшеліктеріне аудару. Ойын: «Жаңбыр»		кейін аяқтың ұшын қою, тарсылдату. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бұгу, алға созу, қайтадан бұгу және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Ойын: «Құрастырғыш» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Суасты таңғажайыптары» Мақсаты: Салауатты өмір салтының маңызды компоненттері: дұрыс тамақтану, қимылдар, ұйқы және күн, ауа мен су және денсаулыққа зиян келтіретін факторлар туралы түсініктерді кеңейту Ойын: «Малдас»		мен күн тәртібінің ықпалы туралы түсініктерді кеңейту. Ойын: «Тез ал тез қой»
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі	11.10-	Құжаттар мен	Әдістемелік	Құжаттар мен жұмыс	Әдістемелік	Құжаттар мен жұмыс

жетілдіру бойынша жұмыстар	11.30	жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	кітаптар,журналдар қарау.	жоспар мен циклограмма жазу.	кітаптар,журналдар қарау.	жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30- 11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан»МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған»ортаңғы тобы
Ұйымдастыру шылық сәттер	11.42- 12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 06.03-10.03.2023

Күн тәртiбi	Уақыт	Дүйсенбi 06.03.2023	Сейсенбi 07.03.2023	Сәрсенбi	Бейсенбi 09.03.2023	Жұма 10.03.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00- 8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05- 8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетілуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05-8.15 8.15-8.25 8.25-8.35	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Үлкен шар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Тез оянамыз" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Биік секіреміз» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Кел биле" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Біз оянамыз, біз күлеміз" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Көжектерге арналған»			Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Менің көңілді ұшқыр добым» Мақсаты: Екі қолды	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Қуыршақ Айгүл балалармен ойнайды»

		денешынықтыру» Мақсаты: Дене мүшелері мен ағза жүйесін нығайтатын жаттығулармен таныстыру. Өзінің денсаулық жағдайы туралы ересектерге айту, науқастанған кезде дәрігерге қаралып, емделу қажеттігін білу.Ойын: «Көлбақалар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Көңілді құртақандар» Мақсаты: Аяқтың ұшына көтерілу және тұру. Екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен өкшені, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсылдату. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бүгу, алға созу, қайтадан			белге қойып, оңға-солға бұрылу (жылдам және бір қалыпты). Оңға, солға еңкею, шалқаю. Тұрған қалыпта екі аяқ бірге (алшақ), алға еңкейіп, қолдың саусақтарын аяқтың ұшына жеткізіп, заттарды қою және жоғары көтеру. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. Ойын: «Тасбақа»	Мақсаты: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артқа апарып шапалақтау; қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Ойын: «Допты беріп жіберші» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Ұлы жібек жолы» Мақсаты: Адамның денсаулығы дұрыс тамақтануға байланысты екені туралы түсініктерді жетілдіру. Адамның денсаулығына гигиена мен күн тәртібінің ықпалы туралы түсініктерді кеңейту. Науқасқа күтім жасау
--	--	--	--	--	--	---

		бүгу және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Ойын: «Соқыртеке» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Айналамыздағы әлем» Мақсаты: Салауатты өмір салты туралы бастапқы түсініктерді қалыптастыру. Адам ағзасы және оның қызметінің ерекшеліктері туралы түсініктерді кеңейту. Балалардың назарын ағзасы мен денсаулығының ерекшеліктеріне аудару. Ойын: «Аяғынды суқылма»				дағдыларын қалыптастыру: оған қамқорлық жасау, шуламау, оның өтініштері мен тапсырмаларын орындау. Науқастарға жанашырлық танытуға тәрбиелеу. Ойын: «Көңілді доп»
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыста р	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҮІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен	Әдістемелік кітаптар,журналдар	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен

бойынша жұмыстар		циклограмма жазу.	қарау.	циклограмма жазу.		циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30-11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан» МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42-12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 13.03-17.03.2023

Күн тәртiбi	Уақыт	Дүйсенбi 13.03.2023	Сейсенбi 14.03.2023	Сәрсенбi 15.03.2023	Бейсенбi 16.03.2023	Жұма 17.03.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00- 8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05- 8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетілуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05- 8.15 8.15 8.25 8.25 8.35	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Көңілді күн" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Оңға және солға" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Қояндар» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Алақанды соқ соқ" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Қарлығаш тар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.
ҰІӨ дайындық	8.50- 9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00 10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Қонжықтай күшті бола біл!»		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Қоянға қонаққа барайық» Мақсаты: Салауатты	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Епті және күшті боламыз» Мақсаты: Балалардың	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Қуыршақ Айгүлден сәлемдеме» Мақсаты:

		Мақсаты: Жалпы дамытушы жаттығулар Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; Ойын: «Қақпаға түс» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Түрлі түсті доптар» Мақсаты: Екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу (жылдам және бір қалыпты). Оңға, солға еңкею, шалқаю. Тұрған қалыпта екі аяқ бірге (алшақ), алға еңкейіп, қолдың саусақтарын аяқтың ұшына жеткізіп, заттарды қою және	өмір салтын қалыптастыру. Дене мүшелері мен ағза жүйесін нығайтатын жаттығулармен таныстыру. Ойын: «Түзу жол» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Түрлі түсті сызықтар» Мақсаты: Аяқтың ұшына көтерілу және тұру. Екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен өкшені, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсылдату. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бүгу, алға созу, қайтадан бүгу және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Ойын: «Міне, мен қандай күштімін» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы:	доптармен, қозғалатын ойыншықтармен, құрсаулармен ойындарын қолдау, дене шынықтыру құралдарын, спорттық және қимылды ойындарға арналған атрибуттарды пайдалануға ынталандыру. Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту. Ойын: «Айна»	Өзінің денсаулық жағдайы туралы ересектерге айту, науқастанған кезде дәрігерге қаралып, емделу қажеттігін білу. Ойын: «Бере алмаймын» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Африка, Аустралия, Антарктида құрлықтарына саяхат» Мақсаты: Адам ағзасы және оның қызметінің ерекшеліктері туралы түсініктерді кеңейту. Балалардың назарын ағзасы мен денсаулығының ерекшеліктеріне аудару. Салауатты өмір салтының маңызды компоненттері: дұрыс тамақтану, қимылдар, ұйқы және күн, ауа мен су және денсаулыққа зиян
--	--	--	--	---	--

		жоғары көтеру. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. Ойын: «Фигура жаса» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Қазақстанның оң түстігінен сол түстігіне саяхат» Мақсаты: Науқасқа күтім жасау дағдыларын қалыптастыру: оған қамқорлық жасау, шуламау, оның өтініштері мен тапсырмаларын орындау. Ойын: «Қояндар»		«Қазақстанның батысы мен шығысына саяхат» Мақсаты: Өзінің көңіл-күйін сипаттай білуге үйрету. Балаларды дені сау адамның мүмкіндіктерімен таныстыру, олардың салауатты өмір салтына деген қажеттілігін қалыптастыру. Ойын: «Салт аттылар»		келтіретін факторлар туралы түсініктерді кеңейту. Ойын: «Пингвин»
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҮІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.

Балама бағдарлама	11.30-11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан»МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған»ортаңғы тобы
Ұйымдас тырушылық сәттер	11.42-12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 20.03-24.03.2023

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 20.03.2023	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма 24.03.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын»	8.05-8.15 8.15	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Үлкен шар" Мақсаты:	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Тез оянамыз" Мақсаты: жаттығуды	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Биік секіреміз» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Кел биле" Мақсаты: Музақа қарқыны арқылы	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Біз оянамыз,

ын»ересе ктер тобы «Ботақан »МАД тобы	8.25 8.25 8.35	қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады	орындайды.Ережен і сақтайды	жаттығуды қайталайды.	жаттығуларды орындауға бейімдеу.	біз күлеміз" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.
ҰІӨ дайынды қ	8.50- 9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00 10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Сылдырмақты балақан» Мақсаты: Өзінің денсаулық жағдайы туралы ересектерге айту, науқастанған кезде дәрігерге қаралып, емделу қажеттігін білу. Ойын: «домалаймыз» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Епті болайық» Мақсаты: Балалардың доптармен, қозғалатын ойыншықтармен,				Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Ойын ойнауды ұнатамыз» Мақсаты: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу; Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Туған өлке» Мақсаты: Науқасқа күтім жасау дағдыларын қалыптастыру: оған қамқорлық жасау, шуламау, оның өтініштері мен тапсырмаларын орындау. Ойын: «Көкорай шалғында»

		кұрсаулармен ойындарын қолдау, дене шынықтыру құралдарын, спорттық және қимылды ойындарға арналған атрибуттарды пайдалануға ынталандыру. Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту. Ойын: «допты ары қарай жалға» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Байқоңыр» Мақсаты: Адамның денсаулығы дұрыс тамақтануға байланысты екені туралы түсініктерді жетілдіру. Адамның денсаулығына гигиена мен күн тәртібінің ықпалы туралы түсініктерді кеңейту Ойын: «Бахалар»				
--	--	--	--	--	--	--

Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30- 11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан»МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдас тырушылық сәттер	11.42- 12.12	Жабдыктарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 27.03-31.03.2023

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 27.03.2023	Сейсенбі 28.03.2023	Сәрсенбі 29.03.2023	Бейсенбі 30.03.2023	Жұма 31.03.2023
1	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05-8.15 8.15 8.25 8.25 8.35	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Көңілді күн" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Оңға және солға" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Қояндар» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Алақанды соқ соқ" Мақсаты: жаттығуды орындайды.Ережені сақтайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы:"Қарлығаш тар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Қағып ал» Мақсаты: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Үлен болып өссеміз» Мақсаты: Дене мүшелері мен ағза жүйесін нығайтатын жаттығулармен	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Дербестікке үйренеміз» Мақсаты: Дербес қимыл белсенділігі. Балалардың доптармен, қозғалатын	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Қыс қызығы» Мақсаты: Өзінің денсаулық жағдайы туралы ересектерге айту, науқастанған

	қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артқа апарып шапалақтау; қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Ойын: «Кішкентай доптар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Ерекше орындықтар» Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар Екі қолды белге қойып, оңға-солға	таныстыру. Ойын: «Кім жүйрік» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Достар мен ойнау» Мақсаты: Аяққа арналған жаттығулар Аяқтың ұшына көтерілу және тұру. Екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен өкшені, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсылдату. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бүгу, алға созу, қайтадан бүгу және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Ойын: «Адасқан доп» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Батырлар» Мақсаты: Салауатты өмір салтының маңызды компоненттері: дұрыс	ойыншықтармен, құрсаулармен ойындарын қолдау, дене шынықтыру құралдарын, спорттық және қимылды ойындарға арналған атрибуттарды пайдалануға ынталандыру. Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту.Ойын: «Секіреміз»	кезде дәрігерге қаралып, емделу қажеттігін білу. Ойын: «Сырғанақ тебеміз» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Мерген» Мақсаты: Салауатты өмір салты туралы бастапқы түсініктерді қалыптастыру. Адам ағзасы және оның қызметінің ерекшеліктері туралы түсініктерді кеңейту. Балалардың назарын ағзасы мен денсаулығының ерекшеліктеріне аудару. Ойын: «Аттар»
--	---	---	---	---

		бұрылу (жылдам және бір қалыпты). Оңға, солға еңкею, шалқаю. Тұрған қалыпта екі аяқ бірге (алшак), алға еңкейіп, қолдың саусақтарын аяқтың ұшына жеткізіп, заттарды қою және жоғары көтеру. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. Ойын: «Кірпілер» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Ат жарысы» Мақсаты: Адамның денсаулығы дұрыс тамақтануға байланысты екені туралы түсініктерді жетілдіру. Адамның денсаулығына гигиена мен күн тәртібінің ықпалы туралы түсініктерді кеңейту Ойын: «Жанбы ату»		тамақтану, қимылдар, ұйқы және күн, ауа мен су және денсаулыққа зиян келтіретін факторлар туралы түсініктерді кеңейту. Ойын: «Кім мерген»		
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				

Залда өз бетінше жұмыстар	11.00-11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10-11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30-11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан»МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42-12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Дене тәрбиесі жөніндегі нұсқаушының 2022-2023 оқу жылына арналған жұмыс циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Топ: «Ботақан» ересек тобы, «Балдырған» ортаңғы тобы «Ботақан» мектепалды тобы

Балалардың жасы: 3 – 4-5 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: 03.04-07.04.2023 ж

Дене тәрбиесі жөніндегі нұсқаушы: Нияз Әбілқайыр

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 03.04.2023	Сейсенбі 04.04.2023	Сәрсенбі 05.04.2023	Бейсенбі 06.04.2023	Жұма 07.04.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	08.30-08.50	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	08.50-09.00	Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Ботақан» ересек тобы		I-Кіріспе Бір сапқа тұрып,бір-бірінің артынан жүру,аяқтың ұшымен жүгіру,адымдап жүру,өкшемен жүру.бір қатармен жүріп келіп 3 қатарға тұру. II-Негізгі бөлім 1.Б.қ.к аяқ алшақ,қол белде 1.басты оңға қозғалту 2.б.қ.келу,3.солға қозғалту 4.б.қ.келу(5-6 рет) 2.Б.қ.к аяқ бірге,қол төменде 1.қолды алдыға созу 2 жоғарыға көтеру.3.жанына түсіру 4.б.қ.келу (5-6 рет) 3.Б.қ.к аяқ бірге,қол төменде 1.қолды созу 2.отыру.3.тұру,4.б.қ. келу (5-6 рет) 4.Б.қ.к аяқ алшақ,қол белде. 1.алға қарай еңкею 2.тұру.3.б.қ.келу (5-6 рет) 5.Б.қ.к аяқ бірге,қол төменде 1.қолды алға созу.2 айқастыру(қайшы сияқты) 3.б.қ.келу (5-6 рет) 6.Б.қ.к аяқ бірге,қол белде екі аяқтап секіру (15 сек) III-Қорытынды 3 қатардан 1-қатарға келу,жүру,жүгіру,тыныс алу жаттығуларын жасау. (Балтамен отын жару ух-ух-ух шәйнек қайнайды)				
«Балдырған» ортаңғы топтары						
«Ботақан» мектепалды тобы						
ҰІӨ	09.00-	Атрибуттарды дайындау,				

дайындық	09.10	залда дымқыл тазалық жүргізу			
ҰІӨ	09.10 10.45	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: Хайуанаттар бағы Мақсаты: Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 м қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 м) лақтыру (1-1,5 м қашықтық), аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу.		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: Хайуанаттар бағын мекендеушілер Мақсаты: Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 м қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 м) лақтыру (1-1,5 м қашықтық), аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары Жыл бойы медицина қызметкерінің	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: Біздің сүйікті ойындарымыз Мақсаты: Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 м қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 м) лақтыру (1-1,5 м қашықтық), аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары Жыл бойы медицина

		Сауықтыру-шынықтыру шаралары Жыл бойы медицина қызметкерінің басшылығымен балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру. Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру. Ойын: «Ең шапшаң»	басшылығымен балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру. Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру. Ойын: «Күлше нан» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Көңілді тышқандар Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір	қызметкерінің басшылығымен балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру. Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру. Ойын: «Қоян» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Елті болуға үйренейік Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары
--	--	---	--	---

	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Дербестікке үйренеміз Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру. Аяққа арналған	қолдан екінші қолға беру. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру. Аяққа арналған жаттығулар Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы	көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру. Аяққа арналған жаттығулар Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың,
--	---	--	--

		жаттығулар Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Туған өлке» Мақсаты: Спорттық ойындар Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір		арқанның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Ойын: «Сыйлықтар» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Ат жарысы» Мақсаты: Спорттық ойындар Баскетбол элементтері. Кеуде
--	--	--	--	---

		«Қояндар» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Ғарышқа саяхат» Мақсаты: Спорттық ойындар Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыру. Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу. Ойын: «Бос орын»		жаққа бағыттай отырып лақтыру. Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу. Ойын: «Шеңбер»		тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыру. Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу. Ойын: «таудан тауға»
Серуен	10.45 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				

жұмыстар						
Балалармен жеке жұмыс	11.10-11.30	«Балдырған» ортаңғы топ тәрбиеленушісі Шерхан мен Мансұр заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеруге үйрету. «Айналайын» ересек топ тәрбиеленушісі Бекболат пен Айша Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру, қолдарын арқасына апару: қолдарды төмен түсіру; белге қою, кеуде тұсына қою; қолдарын алға-артқа сермеу; қолды иыққа қойып, шынтақтарын бүгіп, қолдарын айналдыруға үйрету.	«Ботақан» мектепалды топ тәрбиеленушісі Бексұлтан мен Жібек таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындауға үйрету. «Айналайын» ересек топ тәрбиеленушісі Еркеназ бен Асылжан қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындауға үйрету.	«Айналайын» ересек топ тәрбиеленушісі Жұлдыз бен Адина Екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу (жылдам және бір қалыпты). Оңға, солға еңкею, шалқаю. Тұрған қалыпта екі аяқ бірге (алшак), алға еңкейіп, қолдың саусақтарын аяқтың ұшына жеткізіп, заттарды қою және жоғары көтеруге үйрету. «Балдырған» ортаңғы топ тәрбиеленушісі Бағлан мен Еркебұлан заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеруге үйрету.	«Балдырған» ортаңғы топ тәрбиеленушісі Раяна мен Тоғжан қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіруге (бірге немесе кезекпен) үйрету. «Айналайын» ересек топ тәрбиеленушісі Айша мен Милита Екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу (жылдам және бір қалыпты). Оңға, солға еңкею, шалқаю. Тұрған қалыпта екі аяқ бірге (алшак), алға еңкейіп, қолдың саусақтарын аяқтың ұшына жеткізіп, заттарды қою және жоғары көтеруге үйрету.	«Ботақан» мектепалды топ тәрбиеленушісі Каусар мен Нұрбина Секіру: жаяу кезектесіп алға жылжу арқылы басылған доптардан секіруге үйрету. «Айналайын» ересек топ тәрбиеленушісі Нұрқанат пен Еркеназ қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындауға үйрету.
Өзін өзі жетілдіру бойынша	11.30-12.00	Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар				

жұмыстар		
Ұйымдастыр ушылық сәттер	12.00- 12.30	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы
Ата-аналарға кеңес	12.30- 13.00	«Баланың физикалық дамуы: неден бастау керек?»

Дене тәрбиесі жөніндегі нұсқаушының 2022-2023 оқу жылына арналған жұмыс циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Топ: «Айналайын» ересек тобы, «Балдырған» ортаңғы тобы, «Ботақан» мектепалды тобы

Балалардың жасы: 3 – 4-5 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: 10.04-14.04.2023ж

Дене тәрбиесі жөніндегі нұсқаушы: Нияз Әбілқайыр

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 10.04.2023	Сейсенбі 11.04.2023	Сәрсенбі 12.04.2023	Бейсенбі 13.04.2023	Жұма 14.04.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	08.30-08.50	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	08.50-09.00	Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Айналайын» ересек тобы		I-Кіріспе Бір сапқа тұрып,бір-бірінің артынан жүру, аяқтың ұшымен жүгіру, адымдап жүру, өкшемен жүру. Бір қатармен жүріп келіп,3 қатарға тұру.				
«Балдырған» ортаңғы тобы		II-Негізгі бөлім 1.Б.қ.к.аяқ бірге,қол төменде 1.қолды алдыға созу 2.бастан жоғары көтеру 3.жанына түсіру 4.б.қ.келу (5-6 рет) 2.Б.қ.к аяқ бірге,қол төменде				
«Ботақан» мектепалды тобы		1.иықты жоғары көтеру 2.бастапқы қалыпқа келу (5-6 рет) 3.Б.қ.к аяқ бірге,қол төменде 1.қолды созу 2.отыру 3.тұру 4.б.қ.келу (5-6 рет) 4.Б.қ.к аяқ алшақ,қол белде 1.алға қарай еңкею 2 .б.қ.келу (5-6 рет) 5.Б.қ.к.аяқ бірге,қол төменде				
ҮІӨ дайындық	09.00-09.10	1.қолды алға созу 2.айқастыру 3.бастапқы қалыпқа келу. 6.Б.қ.к аяқ бірге,қол белде екі аяқтап секіру (15 сек) III-Қорытынды 3 қатардан 1-қатарға келу,жүру,жүгіру,тыныс алу жаттығуларын жасау				
ҮІӨ	09.10	Тобы: «Балдырған»		Тобы: «Балдырған»		Тобы: «Балдырған»

	10.45	ортаңғы тобы Тақырыбы: Құртақан мен ойнайық Мақсаты: Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 м қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 м) лақтыру (1-1,5 м қашықтық), аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Сауықтыру-		ортаңғы тобы Тақырыбы: Жарық шашқан шамдар Мақсаты: Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 м қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 м) лақтыру (1-1,5 м қашықтық), аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары Жыл бойы медицина қызметкерінің басшылығымен балалардың денсаулығын және		ортаңғы тобы Тақырыбы: «Ақшақар мен ойнаймыз» Мақсаты: Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 м қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 м) лақтыру (1-1,5 м қашықтық), аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары Жыл бойы медицина қызметкерінің
--	-------	--	--	--	--	--

		шынықтыру шаралары Жыл бойы медицина қызметкерінің басшылығымен балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру. Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру. Ойын: «Тышқандар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы	жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру. Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру. Ойын: «Допты домалат» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Ағаларымыз сияқты күшті болайық Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға	басшылығымен балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру. Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру. Ойын: «Қонаққа барайық» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Ойнап жүріп есте сақтауды дамытамыз Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар Бір аяқты жоғары
--	--	---	--	---

		Тақырыбы: Құртақанға күлуді үйретейік Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру. Аяққа арналған жаттығулар Аяқтың		беру. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру. Аяққа арналған жаттығулар Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды		көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру. Аяққа арналған жаттығулар Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою.
--	--	--	--	---	--	--

		бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Ойын: «Бермеймін!»		іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Ойын: «Қасқыр мен лақтар» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Даңқты тұлғалар» Мақсаты: Спорттық ойындар Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру.		Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Ойын: «Қасқыр мен қоян» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Баскетболшыларды жұппен жаттықтыру» Мақсаты: Спорттық
--	--	---	--	--	--	--

		Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Батырлар» Мақсаты: Спорттық ойындар Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыру. Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу. Ойын: «Кім зейінді»	Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыру. Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу. Ойын: «жануарды тап»		ойындар Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыру. Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу. Ойын: «Соқыртеке»
Серуен	10.45 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.			
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.			

Балалармен жеке жұмыс	11.10-11.30	«Балдырған» ортаңғы топ тәрбиеленушісі Аянат пен Абдуллах сызықтан секіріп, тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіруге үйрету.	«Ботақан» мектепалды топ тәрбиеленушісі Бексұлтан мен Алдияр Секіру: жаяу кезектесіп алға жылжу арқылы басылған доптардан секіруге үйрету.	«Айналайын» ересек топ тәрбиеленушісі Асылым мен Алтынай бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету.	«Балдырған» ортаңғы топ тәрбиеленушісі Ислам мен Жасұлан бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету.	«Ботақан» мектепалды топ тәрбиеленушісі Бексұлтан мен Алдияр Секіру: жаяу кезектесіп алға жылжу арқылы басылған доптардан секіруге үйрету.
		«Айналайын» ересек топ тәрбиеленушісі Үміт пен Томирис тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бұгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұруға үйрету.	«Балдырған» ортаңғы топ тәрбиеленушісі Әсел мен Әсем бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету.	«Ботақан» мектепалды топ тәрбиеленушісі Ернар мен Сезім Секіру: жаяу кезектесіп алға жылжу арқылы басылған доптардан секіруге үйрету.	«Айналайын» ересек топ тәрбиеленушісі Тамирис пен Ерсұлтан тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бұгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұруға үйрету.	
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.30-12.00	Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар				
Ұйымдастыру	12.00-	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

шылық сәттер	12.30	
Ата-аналарға кеңес	12.30-13.00	«Үйде дене шынықтыру»

Дене тәрбиесі жөніндегі нұсқаушының 2022-2023 оқу жылына арналған жұмыс циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Топ: «Айналайын» ересек тобы, «Еркетай» ортаңғы тобы «Ботақан» мектепалды тобы

Балалардың жасы: 3 – 4-5 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: 17.04-21.04.2023ж

Дене тәрбиесі жөніндегі нұсқаушы: Нияз Әбілқайыр

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 17.04.2023	Сейсенбі 18.04.2023	Сәрсенбі 19.04.2023	Бейсенбі 20.04.2023	Жұма 21.04.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	08.30-08.50	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	08.50-09.00	Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Айналайын» ересек тобы		I-Кіріспе Бір сапқа тұрып,бір-бірінің артынан жүру,аяқтың ұшымен жүгіру,адымдап жүру,өкшемен жүру.Бір қатармен жүріп келіп,3 қатарға тұру. II-Негізгі бөлім лентамен 1.Б.қ.к.аяқ бірге,қол төменде,қолды алға,жоғары,жанына,төмен түсіру.5-6 рет 2.Б.қ.к.аяқ бірге,қол төменде қолдарын екі жанынан жоғары көтеріп,айқастырып,төмен түсіру (5-6 рет) 3.Б.қ.к.аяқ алшақ,қол белде оң жаққа қозғалғанда оң қолды көтеру,сол жаққа қозғалғанда сол қолды көтеру,екі жаққа да 3 реттен 4.Б.қ.к аяқ алшақ,қол алда қолды кезек-кезек айқастыру (5-6 рет)				
«Балдырған» ортаңғы тобы						
«Ботақан» мектепалды						

тобы		5.Б.қ.к аяқ бірге,қол төменде қолды созып отырып тұру. 6.Б.қ.к аяқ бірге,қол кеудеде екі аяқтап секіру (14-16 сек) III-Қорытынды 3 қатардан 1-қатарға келу,жүру,жүгіру,тыныс алу жаттығуларын жасау. (Жел үілдейді у-у-у,маса ызындайды з-з-з,әтеш шақырады ку-ка-ре-ку.)				
ҰІӨ дайындық	09.00-09.10	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	09.10-10.45	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Менің шанам қуыршақты сырғанатады» Мақсаты: Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 м қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 м) лақтыру (1-1,5 м қашықтық), аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Түрлі түсті жалаулар» Мақсаты: Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 м қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 м) лақтыру (1-1,5 м қашықтық), аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу,		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Бір-екі, бір-екі, біз жасаймыз аққала!» Мақсаты: Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 м қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 м) лақтыру (1-1,5 м қашықтық), аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға

		допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары Жыл бойы медицина қызметкерінің басшылығымен балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру. Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына		қағып алу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары Жыл бойы медицина қызметкерінің басшылығымен балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру. Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру. Ойын: «Тауықтар мен балапандар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Қуыршақтар дүкені»		домалату. Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары Жыл бойы медицина қызметкерінің басшылығымен балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру. Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру. Ойын: «Мысық пен тышқан»
--	--	--	--	---	--	--

	қатысуға қызығушылықты арттыру. Ойын: «Орыныңды тап» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Біздің шағын стадион» Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен	Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру. Аяққа арналған жаттығулар Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою.	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: Қысқы ойындар. (Таза ауада өткізу) Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру.
--	---	--	--

		бұрылып жату. Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру. Аяққа арналған жаттығулар Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің	Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Ойын: «Қоян» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Аңшылар» Мақсаты: Спорттық ойындар Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі	Аяққа арналған жаттығулар Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту.
--	--	---	--	---

		көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Ойын: «Лақтар қағып алды» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Мерген» Мақсаты: Спорттық ойындар Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыру. Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты		қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыру. Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу. Ойын: «Өзіңді қолға ал»		Ойын: «Секір секір» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Қыстаудағы ойындар» Мақсаты: Спорттық ойындар Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыру. Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу. Ойын: «Мүсін сомдаймыз»массажды ойын
--	--	--	--	---	--	---

		бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу. Ойын: «Жалауға кім бірінші жетеді»				
Серуен	10.45 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Балалармен жеке жұмыс	11.10- 11.30	«Балдырған» ортаңғы топ тәрбиеленушісі Дарын мен Аянат тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып, құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіруге үйрету. «Айналайын» ересек топ тәрбиеленушісі Жасұлан мен Мүслім тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бұғу және жазу, көтеру және түсіруге үйрету.	«Балдырған» ортаңғы топ тәрбиеленушісі Ұлдана мен Раяна 15-20 сантиметр биіктіктен секіру, ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіруге үйрету. «Айналайын» ересек топ тәрбиеленушісі Қадыр мен Асылым Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеруге үйрету.	«Айналайын» ересек топ тәрбиеленушісі Адия мен Мирас тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бұғу және жазу, көтеру және түсіруге үйрету. «Ботақан» мектепалды топ тәрбиеленушісі Жолдасбек пен Нұрталап Секіру: жаяу кезектесіп алға жылжу арқылы басылған доптардан секіруге үйрету.	«Балдырған» ортаңғы топ тәрбиеленушісі Дарын мен Аянат тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып, құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіруге үйрету. «Айналайын» ересек топ тәрбиеленушісі Жұлдыз бен Адина Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеруге үйрету. «Ботақан» мектепалды топ тәрбиеленушісі Арафат пен Медина Секіру:	«Балдырған» ортаңғы топ тәрбиеленушісі Ұлдана мен Раяна 15-20 сантиметр биіктіктен секіру, ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіруге үйрету. «Ботақан» мектепалды топ тәрбиеленушісі Жолдасбек пен Нұрталап Секіру: жаяу кезектесіп алға жылжу арқылы басылған доптардан секіруге үйрету.

			«Ботақан» мектепалды топ тәрбиеленушісі Арапат пен Медина Секіру: жаяу кезектесіп алға жылжу арқылы басылған доптардан секіруге үйрету.		жаяу кезектесіп алға жылжу арқылы басылған доптардан секіруге үйрету.	
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.30-12.00	Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар				
Ұйымдастырушылық сәттер	12.00-12.30	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				
Ата-аналарға кеңес	12.30-13.00	«Спорт түрін қалай таңдауға болады?»				

Дене тәрбиесі жөніндегі нұсқаушының 2022-2023 оқу жылына арналған жұмыс циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Топ: «Айналайын» ересек тобы, «Балдырған» ортаңғы тобы, «Ботақан» мектепалды тобы

Балалардың жасы: 3 – 4-5 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: 24.04-28.04.2023 ж

Дене тәрбиесі жөніндегі нұсқаушы: Нияз Әбілқайыр

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 24.04.2023	Сейсенбі 25.04.2023	Сәрсенбі 26.04.2023	Бейсенбі 27.04.2023	Жұма 28.04.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	08.30-08.50	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	08.50-09.00	Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Айналайын» ересек тобы		I-Кіріспе Бір сапқа тұрып,бір-бірінің артынан жүру,аяқтың ұшымен жүгіру,адымдап жүру,өкшемен жүру.Бір қатармен жүріп келіп,3 қатарға тұру. II-Негізгі бөлім 1.Б.қ.к.аяқ бірге,қол төменде 1.қолды алдыға созу 2.бастан жоғары көтеру 3.жанына түсіру 4.б.қ.келу (5-6 рет) 2.Б.қ.к аяқ бірге,қол төменде 1.иықты жоғары көтеру 2.бастапқы қалыпқа келу (5-6 рет) 3.Б.қ.к аяқ бірге,қол төменде 1.қолды созу 2.отыру 3.тұру 4.б.қ.келу (5-6 рет) 4.Б.қ.к аяқ алшақ,қол белде 1.алға қарай еңкею 2.б.қ.келу (5-6 рет) 5.Б.қ.к.аяқ бірге,қол төменде 1.қолды алға созу 2.айқастыру 3.бастапқы қалыпқа келу. 6.Б.қ.к аяқ бірге,қол белде екі аяқтап секіру (15 сек)				
«Балдырған» ортаңғы топтары						
«Ботақан» мектепалды тобы						

		III-Қорытынды 3 қатардан 1-қатарға келу, жүру, жүгіру, тыныс алу жаттығуларын жасау				
ҰІӨ дайындық	09.00-09.10	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	09.10-10.45	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Біз шананы сүйрейміз» (таза ауада Мақсаты: Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 м қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 м) лақтыру (1-1,5 м қашықтық), аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Допты жоғары лақтыру, төмен -		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Доктор Айболиттің сыйлықтары» Мақсаты: Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 м қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 м) лақтыру (1-1,5 м қашықтық), аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Дымбілмеспен ойнаймыз» Мақсаты: Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары Жыл бойы медицина қызметкерінің басшылығымен балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру.

		еденге (жерге) соғу, қағып алу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары Жыл бойы медицина қызметкерінің басшылығымен балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру. Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру. Ойын: «жаңбыр мен бұлт»		Жыл бойы медицина қызметкерінің басшылығымен балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру. Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру. Ойын: «Әр сыйлықты өз қорабына сал» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Құртақан мен ойнаймыз» Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар Бір аяқты жоғары		Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру. Ойын: «Қонаққа барайық» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Біз өсіп келеміз» Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бұғу және
--	--	--	--	--	--	--

		Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Ерекше сайыс» Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру.		көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру. Аяққа арналған жаттығулар Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүру.		жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру. Аяққа арналған жаттығулар Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың
--	--	--	--	--	--	---

		Аяққа арналған жаттығулар Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу,		Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Ойын: «Баспалдақ» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Баскетбол ойнаймыз» Мақсаты: Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу. Хоккей элементтері.		бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Ойын: «Жолмен жүріп өт» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Баскетболшыларды жұппен жаттықтыру» Мақсаты:
--	--	---	--	--	--	---

		үстелді сұрту. Ойын: «Қақпа» Тобы: «Ботақан» мектепалды тобы Тақырыбы: «Біз – жас баскетболшылармыз» Мақсаты: Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыру. Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу Ойын: «Қарлығаштар»		Берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанату, оны қақпаға кіргізу. Ойын: «Ең жылдам»		Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру Ойын: «Соқыртеке»
Серуен	10.45 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Балалармен жеке жұмыс	11.10- 11.30	«Балдырған» ортаңғы топ тәрбиеленушісі Айзере мен Айым Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы	«Ботақан» мектепалды топ тәрбиеленушісі Бексултан мен Бақдаулет Секіру: жаяу кезектесіп алға жылжу	«Айналайын» ересек топ тәрбиеленушісі Асылжан мен Жұлдыз Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Аяқтың бақайларымен жіпті	«Балдырған» ортаңғы топ тәрбиеленушісі Айзере мен Айым Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр), арқан	«Балдырған» ортаңғы топ тәрбиеленушісі Айзере мен Айым тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы

		қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр), арқан бойымен жүру, тура жолмен, бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың, қырлы тақтайдың бойымен жүру. үйрету. «Айналайын» ересек топ тәрбиеленушісі Шұғыла мен Мирас аяқтың ұшына көтерілу және тұруға, екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен өкшені, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсылдату. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыруға үйрету.	арқылы басылған доптардан секіруге үйрету. «Балдырған» ортаңғы топ тәрбиеленушісі Айзере мен Айым Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр), арқан бойымен жүру, тура жолмен, бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың, қырлы тақтайдың бойымен жүру. үйрету. «Айналайын» ересек топ тәрбиеленушісі Аяулым мен Әбдімомын екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бүгу, алға созу, қайтадан	жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеруге үйрету. «Ботақан» мектепалды топ тәрбиеленушісі Бексултан мен Бақдаулет Секіру: жаяу кезектесіп алға жылжу арқылы басылған доптардан секіруге үйрету.	бойымен жүру, тура жолмен, бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың, қырлы тақтайдың бойымен жүру. «Айналайын» ересек топ тәрбиеленушісі Асылжан мен Жұлдыз Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеруге үйрету.	қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр), арқан бойымен жүру, тура жолмен, бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың, қырлы тақтайдың бойымен жүру. үйрету. «Айналайын» ересек топ тәрбиеленушісі Асылжан мен Жұлдыз Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүруге үйрету. «Ботақан» мектепалды топ тәрбиеленушісі Бексултан Бақдаулет Секіру: жаяу кезектесіп алға жылжу арқылы басылған доптардан секіруге үйрету.
--	--	--	--	---	--	--

		бүгу және түсіруге үйрету.			
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.30- 12.00	Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар			
Ұйымдастырушы лық сәттер	12.00- 12.30	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы			
Ата-аналарға кеңес	12.30- 13.00	« Назар аударыңыз!!! Жалпақ табандылық!!!»			

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 02.05-05.05.2023

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі	Сейсенбі 02.05.2023	Сәрсенбі 03.05.2023	Бейсенбі 04.05.2023	Жұма 05.05.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00- 8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05- 8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы	8.05- 8.15		Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Оңға және солға" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Қояндар» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Алақанды соқ соқ" Мақсаты: жаттығуды орындайды.Ережені сақтайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы:"Қарлығаш тар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде сөздерді айтады.
«Айналайын» ересек тобы	8.15					
«Ботақан» МАД тобы	8.25					
	8.25					

	8.35					
ҮІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҮІӨ	9.00 10.20			Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Көлде» Мақсаты: Жүзу және гидроаэробика элементтері. Суға түсу, жүгіру, ойнау, суда билеу. Жүзуді техникаларын суреттер арқылы үйрету(тиісті жағдайлар болған кезде). Ойын: «Менің көңілді добым» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Үш аяқты көліктер» Мақсаты: Велосипед тебу. Екі және үш дөңгелекті велосипед тебу. Оңға, солға бұрылу. Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Біз спортпен айналысамыз тез өсеміз» Мақсаты: Судың таяз жерінде	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Әдемі болайық» Мақсаты: Жүзу. Суға түсу, суда ойнау; суда отырып, аяқтарын жоғары және төмен көтеріп қимылдар орындау; иекке дейін суда отыру, судан шығу; бетін суға малу; еркін әдіспен жүзуге талпынуға үйрету. Ойын: «Қоңырауға жанаспа»	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Менің көңілді тобым» Мақсаты: Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмытылсын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге, ұқыптылыққа, киіміндегі олқылықтарды байқауға, оларды ересектің көмегімен немесе өзбетінше реттеуге, ас ішу құралдарын орнымен қолдануға баулу. Ойын: «Үш аю» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Күшті әрі епті боламыз» Мақсаты: Жергілікті шаралардың температурасын біртіндеп төмендете отырып, қарапайым су шараларын өз бетінше

				отырып және жатып аяқпен қимылдар жасау (жоғары және төмен). Судың ішінде қолымен алға, артқа жүру (аяғы денесінің деңгейінде созылған). Иек, көз деңгейіне дейін судың ішінде отыру, суға бетін малу, суға үрлеу; суда жүзудің қарапайым тездіктерін суреттер арқылы үйрету. Ойын: «Малдас»		жүргізуге дағдыландыру, балалардың денсаулықтарын, шынықтыру құралдарының әсерлеріне бейімделу деңгейін ескеріп, қарама-қарсы температурадағы сумен шайыну, таңертеңгі жаттығуды орындауға қызығушылық тудыру, дене бітімін қалыптастыру және аяқтың өкшелерін нығайту. Ойын: «Тез ал тез қой»
Серуен	10.20-11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00-11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10-11.30		Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30-11.42		«Ботақан» МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42-12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 10.05-12.05.2023

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі 10.05.2023	Бейсенбі 11.05.2023	Жұма 12.05.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетілуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан»	8.05-8.15 8.15-8.25			Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Биік секіреміз» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Кел биле" Мақсаты: Музақа қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Біз оянамыз, біз күлеміз" Мақсаты: Ашық

»МАД тобы	8.25 8.35					ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.
ҰІӨ дайынды қ	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00 10.20			Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Шынығып шымыр боламыз»Мақсаты: Шынықтыру шараларын жүргізуде балалардың денсаулық жағдайын ескере отырып, жеке тәсілді жүзеге асыру. Ата-аналардың қалауларын ескеріп, мектепке дейінгі ұйым әкімшілігі мен медицина қызметкерлерінің шешімі бойынша арнайы шынықтыру шараларын жүргізу. Шынықтыру шараларын жүргізу, жаттығулар мен массаж жасау. Ойын: «Торғайлар мен мысықтар» Тобы: «Айналайын» ересек тобы	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Қоянға сауығып кетуге көмектесейік» Мақсаты: Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен, жылы күндері шөптің, құмның үстімен жалаң аяқ жүру үйрету. Ойын: «Тасбақа»	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Күн шуақта» Мақсаты: Күн тәртібіне сәйкес балалардың күнделікті таза ауада болуын қамтамасыз ету. Ересектің көмегімен шынықтыру тәсілдерін орындау дағдыларын қалыптастыру. Тыныс алу жаттығуларын жасау. Ойын: «Допты беріп жіберші» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Біз достармен ойнаймыз» Мақсаты: Судағы аэробика. Бұрылыстар жасай отырып, суда қимылдар жасауды үйрету. Ойын: «Көңілді доп»

				Тақырыбы: «Оргағнизмді шынықтырамыз» Мақсаты: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: дымқыл шүберекпен сүртіну, аяқтарды, денені шаю, әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Ойын: «допты қағып ал» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Топтағы досым» Мақсаты: Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылуды үйрету. Ойын: «Жұбынды тап»		
Серуен	10.20-11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00-11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі	11.10-			Құжаттар мен жұмыс	Әдістемелік	Құжаттар мен жұмыс

жетілдіру бойынша жұмыстар	11.30			жоспар мен циклограмма жазу.	кітаптар, журналдар қарау.	жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30-11.42			«Ботақан» МАД тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы
Ұйымдас тырушылық сәттер	11.42-12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 15.05-19.05.2023

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 15.05.2023	Сейсенбі 16.05.2023	Сәрсенбі 17.05.2023	Бейсенбі 18.05.2023	Жұма 19.05.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетіліуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан»М	8.05-8.15 8.15-8.25	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Көңілді күн" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Оңға және солға" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Қояндар» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Алақанды соқ соқ" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Қарлығаш тар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде

АД тобы	8.25 8.35	орындауға бейімдеу.	барысында ережелерді сақтау.			сөздерді айтады.
ҮІӨ дайындық	8.50- 9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҮІӨ	9.00 10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Достығымыз жарасқан» Мақсаты: Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмытылсын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге, ұқыптылыққа, киіміндегі олқылықтарды байқауға, оларды ересектің көмегімен немесе өзбетінше реттеуге, ас ішу құралдарын орнымен қолдануға баулу. Ойын: «Балапан» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Мұқият болайық» Мақсаты:		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: « Көңілді жұлдызқұртқа қонаққа барамыз (таза ауада) (стандартталмаған жабдықтарды қолдану)» Мақсаты: Шынықтыру шараларын жүргізуде балалардың денсаулық жағдайын ескере отырып, жеке тәсілді жүзеге асыру. Ойын: «Жұлдызқұрт» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Түрлі түсті кілемшелер. (Таза ауада өткізу)» Мақсаты: Велосипед тебу. Екі және үш дөңгелекті велосипед тебу. Оңға, солға бұрылу.	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Орамал» Мақсаты: Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Ойын: «Ұшты,ұшты»	Тобы: «Айналайын» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Қуыршақ Серік қонаққа келді» Мақсаты: Ересектің көмегімен шынықтыру тәсілдерін орындау дағдыларын қалыптастыру. Тыныс алу жаттығуларын жасау. Өткенді қайталау. Ойын: «Қарлығаштар» Тобы: «Ботақан»МАД тобы Тақырыбы: «Хайауанаттар бағы» Мақсаты: Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға

		Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау. Тыныс алу жолдарын шынықтыру. Өткенді қайталау. Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Біз ортақ бір отбасымыз» Мақсаты: Судың таяз жерінде отырып және жатып аяқпен қимылдар жасау (жоғары және төмен). Судың ішінде қолымен алға, артқа жүру (аяғы денесінің деңгейінде созылған). Иек, көз деңгейіне дейін судың ішінде отыру, суға бетін малу, суға үрлеу; суда жүзу дағдыларын көрсету. Ойын: «Қояндар»	Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Досыңды сенімді қимылдауға үйрет» Мақсаты: Жергілікті шаралардың температурасын біртіндеп төмендете отырып, қарапайым су шараларын өз бетінше жүргізуге дағдыландыру, балалардың денсаулықтарын, шынықтыру құралдарының әсерлеріне бейімделу деңгейін ескеріп, қарама-қарсы температурадағы сумен шайыну, таңертеңгі жаттығуды орындауға қызығушылық тудыру, дене бітімін қалыптастыру және аяқтың өкшелерін нығайту. Ойын: «Жұп-жұбымен»	бұрылу. Ойын: «Жануарды тап»
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.		
Залда өз	11.00-	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық,		

бетінше жұмыстар	11.10	педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10-11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30-11.42	«Ақбота» ересектер тобы	«Қазына» МАД тобы	«Қарлығаш» ортаңғы тобы	«Ақбота» ересектер тобы	«Қарлығаш» ортаңғы тобы
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42-12.12	Жабдыктарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 22.05-26.05.2023

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 22.05.2023	Сейсенбі 23.05.2023	Сәрсенбі 24.05.2023	Бейсенбі 25.05.2023	Жұма 26.05.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетілуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы «Айналайын» ересектер тобы «Ботақан» МАД тобы	8.05-8.15 8.15-8.25	Тыныс алу гимнастика Тақырыбы: "Үлкен шар" Мақсаты: қозғалысты орындайды. Дем шығару кезінде	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Тез оянамыз" Мақсаты: жаттығуды орындайды. Ережені сақтайды	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Биік секіреміз» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.	Музыкалық таңғы гимнастика Тақырыбы: "Кел биле" Мақсаты: Музака қарқыны арқылы жаттығуларды орындауға бейімдеу.	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Біз оянамыз, біз күлеміз" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау

	8.25 8.35	сөздерді айтады				барысында ережелерді сақтау.
ҰІӨ дайындық	8.50- 9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00 10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Сыйлық толы жәшік» Мақсаты: Суға түсу, жүгіру, ойнау, суда билеу. Жүзудің қарапайым дағдыларын суреттер арқылы таныстырып үйрету (тиісті жағдайлар болған кезде). Ойын: «Затты тауып көр» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Түрлі түсті орамал» Мақсаты: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: дымқыл шүберекпен сүртінуге, аяқтарды,		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Кәнеки, аңдар, бізге құлақ салыңдар!» Мақсаты: Шынықтыру шараларын жүргізуде балалардың денсаулық жағдайын ескере отырып, жеке тәсілді жүзеге асыру. Ата-аналардың қалауларын ескеріп, мектепке дейінгі ұйым әкімшілігі мен медицина қызметкерлерінің шешімі бойынша арнайы шынықтыру шараларын жүргізу. Шынықтыру шараларын жүргізу, жаттығулар мен массаж жасау. Ойын: «Кірпі» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Достар мен бірге ойнаймыз»	Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Қуыршақтар Айя,Мая,Серік пен Арман» Мақсаты: Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен, жылы күндері шөптің, құмның үстімен жалаң аяқ жүру. Ойын: «Аралар»	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Тиін балаларға қонаққа келді» Мақсаты: Күн тәртібіне сәйкес балалардың күнделікті таза ауада болуын қамтамасыз ету. Ересектің көмегімен шынықтыру тәсілдерін орындау дағдыларын қалыптастыру. Тыныс алу жаттығуларын жасау. Ойын: «Доп кетті домалап» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «

		денені шаю, әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен, жылы күндері шөптің, құмның үстімен жалаң аяқ жүру. Ойын: Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Көңіл күйді жақсартамыз» Мақсаты: Судағы аэробика. Бұрылыстар жасай отырып, суда қимылдар жасау. Ойын: «Жылдам доп»		Мақсаты: Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау. Тыныс алу жолдарын шынықтыру. Ойын: «Ара» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Жыл мезгілдері» Мақсаты: Жергілікті шаралардың температурасын біртіндеп төмендете отырып, қарапайым су шараларын өз бетінше жүргізуге дағдыландыру, балалардың денсаулықтарын, шынықтыру құралдарының әсерлеріне бейімделу деңгейін ескеріп, қарама-қарсы температурадағы сумен шайыну, танертеңгі жаттығуды орындауға қызығушылық тудыру, дене бітімін қалыптастыру және аяқтың өкшелерін		Велосипед, самокат тебу.» Мақсаты: Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу. Ойын: «Құрт»
--	--	--	--	---	--	--

				нығайту. Ойын: «көктем мезгілі»		
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар,журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.
Балама бағдарлама	11.30- 11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан»МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы	«Айналайын» ересектер тобы	«Балдырған»орта ңғы тобы
Ұйымдастыру шылық сәттер	11.42- 12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				

Спорт нұсқаушысының 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған қызметінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Төрежан» бөбекжай балабақшасы ЖШС

Жоспар қай кезеңге жасалады: 29.05-31.05.2023

Күн тәртібі	Уақыт	Дүйсенбі 29.05.2023	Сейсенбі 30.05.2023	Сәрсенбі 31.05.2023	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.05	Таңғы жаттығуға дайындалу				
Таңғы жаттығу	8.05-8.35	Спорт нұсқаушысының жоспары бойынша таңертеңгі гимнастика кешені. Мақсаты: жаттығулар жиынтығын берілген қарқынмен, ішінара көрсетілуімен орындау				
«Балдырған» ортаңғы тобы	8.05-8.15	Таңғы жаттығу: Тақырыбы: "Алақанды соқ соқ" Мақсаты: жаттығуды орындайды.Ережені сақтайды	Таңертеңгі ашық ойындар гимнастикасы Тақырыбы: "Оңға және солға" Мақсаты: Ашық ойындар ойнау барысында ережелерді сақтау.	Қосаяқты гимнастика Тақырыбы: «Қояндар» Мақсаты: Педагогтың көрсетуі бойынша жаттығуды қайталайды.		.
«Айналайын» ересектер тобы	8.15-8.25					
«Ботақан»МАД тобы	8.25-8.35					
ҰІӨ дайындық	8.50-9.00	Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалық жүргізу				
ҰІӨ	9.00-10.20	Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Сылдырмақтар қайда?» Мақсаты: Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмытылсын қолдау:		Тобы: «Балдырған» ортаңғы тобы Тақырыбы: «Алақай, жаз келді!» Мақсаты: Шынықтыру шараларын жүргізуде балалардың денсаулық жағдайын ескере		

		белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге, ұқыптылыққа, киіміндегі олқылықтарды байқауға, оларды ересектің көмегімен немесе өзбетінше реттеуге, ас ішу құралдарын орнымен қолдануға баулу. Ойын: «Менің көңілді добым» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «Жіппен ойнаймыз» Мақсаты: Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау. Тыныс алу жолдарын шынықтыру. Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Біз шынғамыз» Мақсаты:		отырып, жеке тәсілді жүзеге асыру.Ойын: «Үш аю» Тобы: «Айналайын» ересек тобы Тақырыбы: «біздің көңіл күйіміз» Мақсаты: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: дымқыл шүберекпен сүртіну, аяқтарды, денені шаю, әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Ойын: «Сылдырмақ» Тобы: «Ботақан» МАД тобы Тақырыбы: «Жазғы қарсы аламыз» Мақсаты: таңертеңгі жаттығуды орындауға қызығушылық тудыру, дене бітімін қалыптастыру және аяқтың өкшелерін нығайтуға үйрету. Ойын: «жүйріктер»	
--	--	--	--	---	--

		Жергілікті шаралардың температурасын біртіндеп төмендете отырып, қарапайым су шараларын өз бетінше жүргізуге дағдыландыруға үйрету. Ойын: «Көбелектер»				
Серуен	10.20 11.00	Балалардың серуендеудегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Негізгі қозғалыстарды дамыту үшін жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залда өз бетінше жұмыстар	11.00- 11.10	Жабдықты жинау. желдету, ҰІӨ дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға дайындық, педагогикалық кеңеске, ата-аналарға арналған бұрыштарға ақпарат дайындау, мониторинг, балалардың қызметі.				
Өзін өзі жетілдіру бойынша жұмыстар	11.10- 11.30	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.	Әдістемелік кітаптар, журналдар қарау.	Құжаттар мен жұмыс жоспар мен циклограмма жазу.		
Балама бағдарлама	11.30- 11.42	«Айналайын» ересектер тобы	«Ботақан» МАД тобы	«Балдырған» ортаңғы тобы		
Ұйымдастырушылық сәттер	11.42- 12.12	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ТЖ сақталуы				