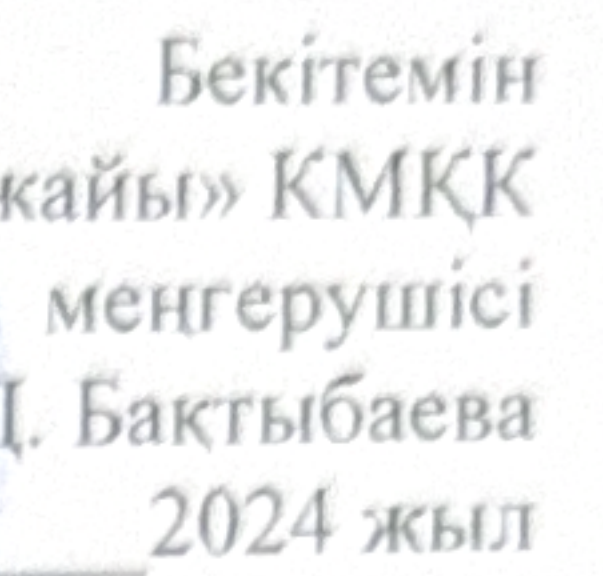




Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары
және мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу
бағдарламасы негізінде 2024-2025 оқу жылына арналған
дене шыңықтырудан ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы

«Балапан, Қарлығаш » ересек тобы

Дене шынықтыру нұсқаушысының ҰІӘ кестесі
2024-2025 оқу жылы

№	Топтар	Ұйымдастырылған іс-әрекет					
		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма	ҰІС ұзақтығы
1.	«Ақбота» кіші топ		10 ⁰⁰ -10 ¹⁵	10 ⁰⁰ -10 ¹⁵		10 ⁰⁰ -10 ¹⁵	10-15 мин.
2.	«Құлпынай» кіші топ		10 ⁰⁰ -10 ¹⁵	10 ⁰⁰ -10 ¹⁵		10 ⁰⁰ -10 ¹⁵	10-15 мин.
3.	«Құлыншак» ортаңғы топ		10 ²⁰ -10 ⁴⁰		10 ²⁰ -10 ⁴⁰	10 ²⁰ -10 ⁴⁰	15-20 мин.
4.	«Бөбек» ортаңғы топ	9 ⁴⁵ -10 ⁰⁵		9 ⁴⁵ -10 ⁰⁵	9 ¹⁰ -9 ³⁰		15-20 мин.
5.	«Күншуак» ортаңғы топ		9 ¹⁰ -9 ³⁰	10 ¹⁰ -10 ³⁰		9 ⁴⁵ -10 ⁰⁵	15-20 мин.
6.	«Қарлығаш» ересек топ		9 ⁴⁰ -10 ⁰⁵		9 ⁴⁰ -10 ⁰⁵	10 ¹⁰ -10 ³⁵	20-25 мин.
7.	«Балапан» ересек топ	9 ¹⁰ -9 ⁴⁰		9 ¹⁰ -9 ⁴⁰		9 ¹⁰ -9 ⁴⁰	20-25 мин.
8.	«Жұлдызай» мектепалды тобы	10 ¹⁰ -10 ³⁵		10 ⁴⁰ -11 ⁰⁵		10 ⁴⁰ -11 ⁰⁵	25-30 мин.

БЕКІТЕМІН

«Балбөбек» бөбекжайы» КМҚК
директоры _____ Қ.Д.Бақтыбаева
«_____» _____ 2024 ж.

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: « Балбөбек » бөбекжайы КМҚК
Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы
Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас
Жоспардың құрылу кезеңі: 02-06 қыркүйек 2024 жыл
Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
ҰІӨ мақсаты	Допты қолдарында ұстап тепе-теңдікті сақтау керектігін, доппен ойнаудың тәсілдерін, сапта өз орнын табу дағдыларын меңгереді				
Күтілетін нәтиже:	доппен бірге жалпы жаттығулар, «Күлше нан» ойынының мәтініне сәйкес жаттығулар жасау; залда жүргенде бір-біріне кедергі жасамау керектігін;				
Тілдік мақсат:	сәлеметсіз бе ,қуыршақ				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу Педагог: Біздің қуыршақтар денешынықтырумен шұғылданбақшы, бірақ олар қалай айналысу				

	керектігін білмейді. Кәне, біз оларды үйретейікші. Әрқайсысың өзіңе ұнаған қуыршақтың қасына барып тұрыңдар. Қуыршақтарды алып серуендеп қайтайық. Қуыршақтарды «үйшіктеріне» апарыңдар. Енді өздерің серуендеп келіңдер. Өз қуыршақтарыңа барыңдар. Сендердің қалай жүгіретіндеріңді қуыршақтарың көрсін. «Үйшіктегі» қуыршақтар – бала санына қарай есептелген
ҰІӨ-нің ортасы ІІІ. Тақырып бойынша жұмыс	Жалпы дамытушы жаттығулар: Көзбен бағдарлай отырып, ауызша нұсқаулармен ойын түріндегі жаттығуларды (жануарлардың қозғалысына еліктеу) педагогпен бірге орындауға үйрету. Негізгі қимылдар: Жүру: Сапқа тұру. Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топтармен және барлық топпен қайта тұру дағдыларын қалыптастыру. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру: Жүгіру: Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен, қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру Секіру: Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру. Лақтыру, қағып алу: Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату, қақпадан асыра лақтыру Еңбектеу, өрмелеу: Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта, "жыланша", арасы алшақтанған заттар арасымен, еденге қойылған тақта бетімен, 40 см биіктіктегі доғамен, арқанмен, еңіс тақта

	бойымен, бөрене арқылы орындық аяқтары арасымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру; Тепе-теңдікті сақтау: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру. Құндылық: жеке қауіпсіздік ережелерін сақтау.
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Ойын жаттығуы: «Тамаша көңіл күй».

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 19-13 қыркүйек 2024 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
ҰІӨ міндеті	Балалар арасындағы қашықтықты сақтауға назар аудару. Шеңбер бойымен тұрып жалпы дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын қалыптастыру. Заттармен жаттығу жасауды үйрету				
Күтілетін нәтиже:	Жалпы даму жаттығуын жасай алады				
Тілдік мақсат:	сәлеметсіз бе, сау болыңыз				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім . Балалармен амандасу. «Пойыз» ойыны. Балаларға үлкен себеттегі сылдырмақты көрсету. Сылдырмақты балалардың өздеріне алғызып, бірінің соңынан бірін жүргізіп, шеңберге тұрғызу.				
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі бөлім Жалпы дамытушы жаттығулар: Көзбен бағдарлай отырып, ауызша нұсқаулармен ойын түріндегі жаттығуларды (жануарлардың қозғалысына еліктеу) педагогпен бірге орындауға үйрету.				

	Негізгі қимылдар: Жүру: 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; Жүгіру: шеңбер бойлап, тоқтай қалып, "жыланша", заттарды айналып өтіп, алаңның бір жағынан екінші жағына және т.с.с. жүгіру; Секіру: Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру. Лақтыру, қағып алу: допты қағып алу машықтарын қалыптастыру. Көлденең нысанаға, алысқа, тура нысанға лақтыру; Еңбектеу, өрмелеу: Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта, "жыланша", арасы алшақтанған заттар арасымен, еденге қойылған тақта бетімен, 40 см биіктіктегі доғамен, арқанмен, еңіс тақта бойымен, бөрене арқылы орындық аяқтары арасымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру; Тепе-теңдікті сақтау: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру. Құндылық: жеке қауіпсіздік ережелерін сақтау.
IV. ҰІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Балаларды мадақтау

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 16-20 қыркүйек 2024 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі			
			Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
ҰІӨ мақсаты	Жіптен ұстап шеңбер бойымен жүруді, екі сызықтың арасынан жүру, тепе-теңдікті сақтауға үйрету.				
Күтілетін нәтиже:	Берілген белгі бойынша жүру, жүгіру дағдыларын меңгереді				
Тілдік мақсат:	Сап, шеңбер, жаттығу.				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату. Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім Сапқа тұру, әр түрлі бағыт-та жүру, тәрбиешінің белгісі бойынша шашыраңқы жүгіру жай жүруге ауыса отырып, өз орындарына тұру.				
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі бөлім Жалпы дамытушы жаттығулар: Көзбен бағдарлай отырып, ауызша нұсқаулармен ойын түріндегі жаттығуларды (жануарлардың қозғалысына еліктеу) педагогпен бірге орындауға үйрету. Негізгі қимылдар:				

	Жүру:Сапқа тұру. Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топтармен және барлық топпен қайта тұру дағдыларын қалыптастыруБелгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру: Жүгіру: Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен, қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру, аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, шеңбер бойлап, тоқтай қалып, "жыланша", заттарды айналып өтіп, алаңның бір жағынан екінші жағына және т.с.с. жүгіру; Секіру: Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру. Лақтыру, қағып алу: Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату, қақпадан асыра лақтыру, допты екі қолымен көкірек тұсынан кері, екі қолмен жоғары допты қағып алу машықтарын қалыптастыру. Көлденең нысанаға, алысқа, тура нысанға лақтыру; Еңбектеу, өрмелеу: Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта, "жыланша", арасы алшақтанған заттар арасымен, еденге қойылған тақта бетімен, 40 см биіктіктегі доғамен, арқанмен, еңіс тақта бойымен, бөрене арқылы орындық аяқтары арасымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру; Тепе-теңдікті сақтау: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру. Құндылық:жеке қауіпсіздік ережелерін сақтау.
IV. ҰІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, ұзындық бойынша тұру. Сұрақ – жауап. Балаларды мадақтау.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек » бөбекжайы КМҚК
Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы
Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас
Жоспардың құрылу кезеңі: 23-27 қыркүйек 2024 жыл
Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
ҰІӨ міндеті	тақпақ мәтініне сай жаңғақтармен ЖДЖ жасау, сызық арқылы секіруді үйрету				
Күтілетін нәтиже:	шеңбер бойымен қалай сапқа тұруды, жолдан өту кезінде қауіпсіздік ережелерін сақтаудағы қимыл-қозғалыстардың орындалу ретін;педагогтің берген белгісімен жүгіру әдістерін, кеңістікте бағдарын айқындауды меңгереді				
Тілдік мақсат:	сәлеметсіз бе , сау болыңыз				
Өткен ҰІӨ-нен алған білім	Сұрақ-жауап				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Негізгі бөлім. Амандасу Қонжықпен ойнаймыз (таза ауада) Педагог: Балалар, мен жұмбақ жасырайын: Қаһарлы қыста ол ұйықтап, Саусағын сорып жатады. Күлімдеп көктем келгенде,				

	Ұйқысынан тұрады. Ол не?... (аю). - Иә, бұл – аю. Бүгін бізге ойыншық қонжық қонаққа келді, өзімен бірге бір себет жаңғақ әкелді. Біз онымен бірге ойнаймыз, жүгіреміз, секіреміз. Ал алдымен біз қонжыққа қалай әдемі жүре алатынымызды көрсетейік. Бір-бірден тізбекке тұру. Бірінің артынын бірі жүру. Ал енді қандай жылдам екенімізді көрсетеміз. Жүгіру. Ал енді қандай епті әрі күшті екенімізді көрсетеміз. Шеңберге тұруды ұсынады. «Қазір қонжық әрқайсымызға бір-бірден жаңғақ береді. Біз оған жаңғақпен қандай жаттығу жасауға болатынын көрсетеміз.
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Жалпы дамытушы жаттығулар: Көзбен бағдарлай отырып, ауызша нұсқаулармен ойын түріндегі жаттығуларды (жануарлардың қозғалысына еліктеу) педагогпен бірге орындауға үйрету. Негізгі қимылдар: Жүру: 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; Жүгіру: Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен, қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру, аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, шеңбер бойлап, тоқтай қалып, "жыланша", заттарды айналып өтіп, алаңның бір жағынан екінші жағына және т.с.с. жүгіру; Секіру: Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру. Лақтыру, қағып алу: Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату, қақпадан асыра лақтыру, допты екі қолымен көкірек тұсынан кері, екі қолмен жоғары, бастан асыра, жоғарыға, еденге (жерге) қарай төмен лақтыру, допты қағып алу машықтарын қалыптастыру. Көлденең нысанаға, алысқа, тура нысанға лақтыру; Еңбектеу, өрмелеу: 40 см биіктіктегі доғамен, арқанмен, еңіс тақта бойымен, бөрене арқылы орындық аяқтары арасымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру; Тепе-теңдікті сақтау: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын

	қалыптастыру. Құндылық: жеке қауіпсіздік ережелерін сақтау.
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	«Қонжықпен қоштасатын сәт келді. Біз бүгін қонжыққа жаңғақтармен жаттығу жасауды, «жолдан» дұрыс өтуді, аяқтың ұшымен жүгіруді және секіруді үйреттік».

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 30-04 қазан 2024 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты, үйлесімділікті дамыту; қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарым-қатынас жасауға баулу; күнделікті өмірде, спорттық жабдықтарды қолдануда қауіпсіздікті қамтамасыз ету.				
ҮІӨ мақсаты	Бір бағытпен түзу жүруге, төрттағандап еңбектеуге ойын түрінде үйрету				

Күтілетін нәтиже:	шектеулі алаңмен қалай жүруге болатынын; ЖДЖ тәсілдерін, алақаны мен тізесін тіреп, еркін бағытта төрттағандап еңбектеу.
Тілдік мақсат:	Марғау, түзу жүру.
ҮІӨ өткізілу барысы	
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу. Сапқа тұру, әр түрлі бағыт-та жүру, педагогтың белгісі бойынша шашыраңқы жүгіру жай жүруге ауыса отырып, өз орындарына тұру.
ҮІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Жалпы дамытушы жаттығулар: Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Қолға және иық белдеуіне, денеге, аяққа арналған жаттығулар қолдарын жоғарыға және жанына көтеру. Негізгі қимылдар: Жүру: Сапқа тұру. Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топтармен және барлық топпен қайта тұру дағдыларын қалыптастыру тәрбиешінің көмегімен, бағдар бойынша Жүгіру: Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен, қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру Секіру: Тұрған жерінен ұзындыққа, 5-10 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру дағдыларын қалыптастыру; Лақтыру, қағып алу: Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату, қақпадан асыра лақтыру, допты екі қолымен көкірек тұсынан кері, екі қолмен жоғары, бастан асыра, жоғарыға, еденге (жерге) қарай төмен лақтыру Еңбектеу, өрмелеу: Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта, "жыланша", арасы алшақтанған заттар арасымен, еденге қойылған тақта бетімен Тепе-теңдікті сақтау: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру. Құндылық: ұлттық мерекелер, ойындар, дәстүрлер туралы білімдеріуәделерді орындай білу
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Ойындық жаттығуы: «Көңіл күй» Марғаулар да кішкентай балалар тәрізді, сондықтан оларға қамқорлық көрсете білуді түсіндіру.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК
Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы
Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас
Жоспардың құрылу кезеңі: 07-11 қазан 2024 жыл
Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
ҰІӨ мақсаты	денсаулық сақтау технологиясын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту.				
Күтілетін нәтиже:	ауылдағы үй жануарлары мен үй құстарының атауын, ерекшеліктерін, допты досының қолына домалатуды меңгереді.				
Тілдік мақсат:	сәлеметсіз бе, сау болыңыз, ауыл				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу Әжемнің ауылында (таза ауада) Сапқа бір қатармен тұру,шеңбермен жүру. «Біз бүгін ауылға әжемізге қонаққа барамыз» Шеңбер бойымен жүру. Шеңбер бойымен сапқа тұру. ағаштың муляжі, жолды көрсетуге арналған таспалар, жарты топ балалар санына есептелген				

	доптар, шеңберлер, тауық бейнесі бар бетперде.
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Жалпы дамытушы жаттығулар: Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Қолға және иық белдеуіне, денеге, аяққа арналған жаттығулар қолдарын жоғарыға және жанына көтеру. Негізгі қимылдар: Жүру: 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; Жүгіру: аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, шеңбер бойлап, тоқтай қалып, "жыланша", заттарды айналып өтіп, алаңның бір жағынан екінші жағына және т.с.с. жүгіру; Секіру:Тұрған жерінен ұзындыққа, 5-10 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру дағдыларын қалыптастыру; Лақтыру, қағып алу: допты қағып алу машықтарын қалыптастыру. Көлденең нысанаға, алысқа, тура нысанға лақтыру; Еңбектеу, өрмелеу: 40 см биіктіктегі доғамен, арқанмен, еңіс тақта бойымен, бөрене арқылы орындық аяқтары арасымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру; Тепе-теңдікті сақтау: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру. Құндылық:ұлттық мерекелер, ойындар, дәстүрлер туралы білімдері
IV. ҰІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Балаларды мадақтау

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 14-18 қазан 2024 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
ҮІӨ мақсаты	тыныс алу гимнастикасын және білекке арналған «Тышқан» массажын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту.				
Күтілетін нәтиже:	тақпақ мәтініне сәйкес қимылдар жасауды, қолға массаж жасауды; жұптасып допты қалай домалатуды, залдың қарсы бетіне тіке бағытта еңбектеуді, ойының іс-әрекеттерін; төрттағандап еңбектеу тәсілдерін меңгереді.				
Тілдік мақсат:	Тышқан, есік, үрле				
ҮІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу. Педагог Жұмсақ ойыншық «тышқанға» назар аудартады. Ойыншықты сөйлетеді. Кішкентай тышқандарға айналууды ұсынады. Тышқандар бөлмеде қалай жүретінін, жүгіретінін көрсетуін сұрайды. 1-2-3-4 –Үй ішінде тышқан көп. Мысық келді,қаш, Есікті мықтап бас! жарты топ балалар санына есептелген доптар, тышқан ойыншықтар, мысықтың бетпердесі.				
ҮІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Жалпы дамытушы жаттығулар: Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Қолға және иық белдеуіне, денеге, аяққа арналған жаттығулар қолдарын жоғарыға және жанына көтеру.				

	Негізгі қимылдар: Жүру: Сапқа тұру. Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топтармен және барлық топпен қайта тұру дағдыларын қалыптастыру тәрбиешінің көмегімен, бағдар бойынша Жүгіру: Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен, қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру Секіру: Тұрған жерінен ұзындыққа, 5-10 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру дағдыларын қалыптастыру; Лақтыру, қағып алу: Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату, қақпадан асыра лақтыру, допты екі қолымен көкірек тұсынан кері, екі қолмен жоғары, бастан асыра, жоғарыға, еденге (жерге) қарай төмен лақтыру Еңбектеу, өрмелеу: Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта, "жыланша", арасы алшақтанған заттар арасымен, еденге қойылған тақта бетімен Тепе-теңдікті сақтау: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру. Құндылық: ұлттық мерекелер, ойындар, дәстүрлер туралы білімдеріуәделерді орындай білу
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Қолға массаж жасау: Бала, бала, балақай, Қол соғайық, алақай! Бір,екі,үш деп айтайық, Саусақтарды тартайық. Жалқау бала болмайық, Қолды қысып, ойнайық. (Б.Бөрібаев)

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
 ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК
Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы
Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас
Жоспардың құрылу кезеңі: 21-25 қазан 2024 жыл
Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
ҮІӨ мақсаты	Тыныс алу жаттығуын мәтін бойынша орындауды үйрету.				
Күтілетін нәтиже:	еңбектеу кезінде қозғалыс бағытын сақтауды, қимыл-қозғалысты тақпақ мәтініне сәйкес орындауды; бір орында секіру, жүгіргенде педагогтің берген белгісімен тоқтауды меңгереді				
Тілдік мақсат:	сәлеметсіз бе ,сау болыңыз ,орман, есек, сона				
ҮІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Балалармен амандасу 2.Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру. «Орман аңдары» 1. «Аю» Қолды белге қойып, (қорбандап) табанды нық басып жүру. 2. «Түлкі» Қолды жанға ұстап, (қуланып) бір сызықпен жүру. 3. «Көжек» Қолды кеуденің алдында иіп, қос аяқпен секіру. 4. «Қасқыр» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру.				
ҮІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	Жалпы дамытушы жаттығулар: Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Қолға және иық белдеуіне, денеге, аяққа арналған жаттығулар қолдарын жоғарыға және жанына көтеру. Негізгі қимылдар: Жүру: 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;				

	Жүгіру: аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, шеңбер бойлап, тоқтай қалып, "жыланша", заттарды айналып өтіп, алаңның бір жағынан екінші жағына және т.с.с. жүгіру; Секіру: Тұрған жерінен ұзындыққа, 5-10 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру дағдыларын қалыптастыру; Лақтыру, қағып алу: допты қағып алу машықтарын қалыптастыру. Көлденең нысанаға, алысқа, тура нысанға лақтыру; Еңбектеу, өрмелеу: 40 см биіктіктегі доғамен, арқанмен, еңіс тақта бойымен, бөрене арқылы орындық аяқтары арасымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру; Тепе-теңдікті сақтау: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру. Құндылық: ұлттық мерекелер, ойындар, дәстүрлер туралы білімдері
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Балаларды мадақтау.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 28 қазан – 01 қараша 2024 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
ҰІӨ міндеті	биіктен секіру, төрттағандап еңбектеу дағдысын қалыптастыру.				
Күтілетін нәтиже:	ойындағы іс-әрекеттерді, биіктігі 15 см заттың үстінен секіреді, затсыз жалпы дамытатын жаттығуларды орындай алады.				
Тілдік мақсат:	Сәлеметсізбе, сау болыңыз.				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу Шеңбермен жүру. Педагогтың артынан жүру,жүгіру. Шеңберге тұру. Балаларға жалаушалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу				
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі бөлім Жалпы дамытушы жаттығулар: Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Қолға және иық белдеуіне, денеге, аяққа арналған жаттығулар қолдарын жоғарыға және жанына көтеру. Негізгі қимылдар: Жүру: заттарды айналып өтіп, төбешікке шығып және төбешіктен түсіп саппен жүру; Жүгіру: аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, шеңбер бойлап, тоқтай қалып, "жыланша", заттарды айналып өтіп, алаңның бір жағынан екінші жағына және т.с.с. жүгіру; Секіру:Тұрған жерінен ұзындыққа, 5-10 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру дағдыларын қалыптастыру; Лақтыру, қағып алу: допты қағып алу машықтарын қалыптастыру. Көлденең нысанаға, алысқа, тура нысанға лақтыру; Еңбектеу, өрмелеу: 40 см биіктіктегі доғамен, арқанмен, еңіс тақта бойымен, бөрене арқылы орындық аяқтары арасымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру; Тепе-теңдікті сақтау: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру.				

	Құндылық: ұлттық мерекелер, ойындар, дәстүрлер туралы білімдері
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Балаларды мадақтау

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 04 – 8 қараша 2024 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	Бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру дағдыларын дамыту. Заттардың арасымен еңбектеу, еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр), көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы еңбектеу; жалпы даму жаттығуларын дұрыс орындай білу; Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру.				
ҰІӨ мақсаты	допты домалату дағдыларын қалыптастыру.				
Күтілетін нәтиже:	доппен жасалатын жаттығуларды, допты домалатуды, бір қатармен жүру және жүгіру тәсілдерін меңгереді.				
Тілдік мақсат:	сәлеметсіз бе, сау болыңыз.				
ҰІӨ өткізілу барысы					

Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу Түрлі түсті доптарға назар аудартады. Айналдырып, олардың әдемі екендігін көрсетеді. Тізбекте бір-бірден жүру, жүгіру. Арақашықтықтың сақталуына назар аударады. Балаларға шеңбер жасап тұруды ұсынады. балалардың санына есептелген доптар, ені 60 см қақпа – 2 дана, шеңберлер.
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Жалпы дамытушы жаттығулар: Бір қолындағы затты алдына әкеліп, екінші қолына ауыстыру; қолдарын шапалақтау. Негізгі қимылдар: Жүру: Сапқа тұру. Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топтармен және барлық топпен қайта тұру дағдыларын қалыптастыру (тәрбиешінің көмегімен, бағдар бойынша). Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру: Жүгіру: Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен, қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру Лақтыру, қағып алу: Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату, қақпадан асыра лақтыру, допты екі қолымен көкірек тұсынан кері, екі қолмен жоғары, бастан асыра, жоғарыға, еденге (жерге) қарай төмен лақтыру Еңбектеу, өрмелеу: Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта, "жыланша", арасы алшақтанған заттар арасымен, еденге қойылған тақта бетімен, 40 см биіктіктегі доғамен, арқанмен, еңіс тақта бойымен, бөрене арқылы орындық аяқтары арасымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру; Тепе-теңдікті сақтау: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; Құндылық: жауапкершіліктің қарапайым дағдыларын меңгеру
IV. ҰІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	«Ғажап күн!»

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: « Балбөбек » бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 11 – 15 қараша 2024 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	сылдырмақтар арасынан имектелген жолмен жүру, сылдырмақтардың арасынан жүру, кедергілерге тигізе допты домалату;				
Күтілетін нәтиже:	сылдырмақтармен орындалатын ЖДЖ, бір-бірінен 40 см қашықтықта жатқан сылдырмақтардың арасынан жүру, кедергілерге тигізе допты домалату; жаттығулардың ретімен орындалуын, сылдырмақтар арасынан ирелеңдеп өтуді, жүру мен жүгіру тәсілдерін меңгеру				
Тілдік мақсат:	сәлеметсіз бе ,сау болыңыз, сылдырмақ				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу. Шеңбер бойымен жүру, жүгіру Қызығушылықты ояту. Балалар, бүгінгі жаттығулардың барлығы сылдырмақтармен жасалады. Бірақ алдыменоларды тауып алу керек. Залдың ішінен іздеңдер. Әрқайсысың екі сылдырмақ тауып алуларың керек. Сылдырмақ ұстаған балаларға алаңда белгіленген жерге барып, нұсқаушыға қарап тұруды ұсынады.				

ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Жалпы дамытушы жаттығулар: Допты бір-біріне беру, аяқты өзіне қарай тарту, қалаш тәрізді дөңгелету. Негізгі қимылдар: 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; Жүгіру: аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, шеңбер бойлап, тоқтай қалып, "жыланша", заттарды айналып өтіп, алаңның бір жағынан екінші жағына және т.с.с. жүгіру; Секіру:Тұрған жерінен ұзындыққа, 5-10 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру дағдыларын қалыптастыру. Лақтыру, қағып алу: допты қағып алу машықтарын қалыптастыру. Көлденең нысанаға, алысқа, тура нысанға лақтыру; Еңбектеу, өрмелеу: 40 см биіктіктегі доғамен, арқанмен, еңіс тақта бойымен, бөрене арқылы орындық аяқтары арасымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру; Тепе-теңдікті сақтау: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; Құндылық:жауапкершіліктің қарапайым дағдыларын меңгеру
IV. ҰІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Саусақ гимнастикасы: «Жасырынбақ» Саусақтар ойнайды жасырынбақ, Бастарын олар жасырды, Міне, былай, міне, былай, Бастарын олар жасырды.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: « Балбөбек » бөбекжайы КМҚК
Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы
Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас
Жоспардың құрылу кезеңі: 18 – 22 қараша 2024 жыл
Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	«ирелендеп» еңбектеу дағдысын қалыптастыру.				
ҰІӨ мақсаты	қолға арналған жаттығуларды жасап жүру, доппен орындалатын жаттығулар, допты домалату, релаксқа (дем алуға) арналған жаттығуларды; доптың қолданылуын, допты қақпаның дәл ортасына домалату тәсілдерін біледі.				
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе, сау болыңыз.				
Тілдік мақсат:	Сұрақ -жауап				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу. Тізбекте бір-бірден жүру, жүгіру, қолға арналған тапсырмамен жүру. Арақашықтықтың сақталуына, нұсқаулардың орындалуына назар аударады. Түрлі түсті доптар салынған себетке назар аудартады. «Менің көңілді добым» атты тақпақты оқып береді, тақпақты оқығанда мәтін сөздерін доптың қимылымен көрсетеді.				
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Жалпы дамытушы жаттығулар: Бір қолындағы затты алдына әкеліп, екінші қолына ауыстыру; қолдарын шапалақтау. Негізгі қимылдар: Жүру: Сапқа тұру. Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топтармен және барлық топпен қайта				

	тұру дағдыларын қалыптастыру (тәрбиешінің көмегімен, бағдар бойынша). Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру: Жүгіру: Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен, қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру Лақтыру, қағып алу: Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату, қақпадан асыра лақтыру, допты екі қолымен көкірек тұсынан кері, екі қолмен жоғары, бастан асыра, жоғарыға, еденге (жерге) қарай төмен лақтыру Еңбектеу, өрмелеу: Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта, "жыланша", арасы алшақтанған заттар арасымен, еденге қойылған тақта бетімен, 40 см биіктіктегі доғамен, арқанмен, еңіс тақта бойымен, бөрене арқылы орындық аяқтары арасымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру; Тепе-теңдікті сақтау: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; Құндылық: жауапкершіліктің қарапайым дағдыларын меңгеру
IV. ҮІӘ-нің қорытындысы. Рефлексия	Релаксация Кәне, балалар, тұрайық, Қолды ақырын созайық. Саусақтарды ашып-жұмып, Енді төмен түсірейік. Аздап біз де демалдық, Жолға жиналып шығайық.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас
Жоспардың құрылу кезеңі: 25 – 29 қараша 2024 жыл
Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі
Міндеті	жүгіру түрлерін үйрету, қимыл үйлесімділігін дамыту.			
ҰІӨ мақсаты	ойын гимнастикасын, тыныс алу жаттығуларын, «Бақалар» ойынындағы ойын қимылдарын; гимнастикалық сәкінің қолданысын, кедергілер арасынан «жыланша» жорғалауды, сәкі үстінде тепе-теңдік сақтауды; бір қатарға сапқа тұру әдістерін меңгереді.			
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе, сау болыңыз, бақа.			
Тілдік мақсат:	Сұрақ -жауап			
ҰІӨ өткізілу барысы				
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет			
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу Арақашықтықты, бірдей қарқынды сақтап бір қатармен жүру. «Біз қадамды басамыз» Біз қадамды басамыз, Шапалақты соғамыз, Басымызды да біз иіп. Қолды жоғары созамыз, Төмен қолды түсіріп, Бір-бірімізді жетектеп, Шеңбер құрып жүреміз,			
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Жалпы дамытушы жаттығулар: Допты бір-біріне беру, аяқты өзіне қарай тарту, қалаш тәрізді дөңгелету. Негізгі қимылдар: 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; Жүгіру: аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, шеңбер бойлап, тоқтай қалып, "жыланша", заттарды айналып өтіп, алаңның бір жағынан екінші жағына және т.с.с. жүгіру; Секіру:Тұрған жерінен ұзындыққа, 5-10 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру дағдыларын қалыптастыру. Лақтыру, қағып алу: допты қағып алу машықтарын қалыптастыру. Көлденең нысанаға, алысқа, тура нысанға лақтыру; Еңбектеу, өрмелеу: 40 см биіктіктегі доғамен, арқанмен, еңіс тақта бойымен, бөрене арқылы орындық аяқтары арасымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру; Тепе-теңдікті сақтау: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; Құндылық:жауапкершіліктің қарапайым дағдыларын меңгеру
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Тыныс алу гимнастикасы:«Шар». Шар үрлейміз, келіндер, Үлкен шарды көріңдер. Бірге үрлейміз бәріміз, Міне, үлкен шарымыз! Шар жарылды, ф-ф-ф, Өкінішті, түф-ф-ф!

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 02 – 06 желтоқсан 2024 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі
Міндеті	Жалпы дамыту жаттығуларын, бағандар арасынан «жылан» болып жүруді, шеңбер бойымен тұруды, шашыла жүгіруді үйрету.			
ҰІӨ мақсаты	қимылдарды педагогтің айтқан сөздеріне сәйкес орындауды, ойын ережесін сақтауды, ойын әрекеттерін орындауды; сәкіден секіріп түсу тәсілдерін, шеңбер бойымен жүре білу, кеңістікте бағдарын айқындауды үйренеді.			
Күтілетін нәтиже:	Жылан, торғай, мысық .			
Тілдік мақсат:	Сұрақ -жауап			
ҰІӨ өткізілу барысы				
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет			
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу. «Балалар, біз бүгін мынандай ойын ойнаймыз: сендер кішкентай торғайлар боласыңдар, ал мен сендердің аналарың боламын (нұсқаушы торғайдың бейнесі бар бетперде-шапканы киеді). Шеңбер бойымен тұру. «Ана-торғай» қимылды көрсетіп, өзі сырттай бақылайды. Анасы қарап тұрғанда балалары шеңбер бойымен жүруді орындайды. «Анасы ұйықтап кеткенде, балалар қанаттарын жайып, жан-жаққа ұшып кетті». Торғайлар зал ішінде ұшып жүр. «Ана-торғай» оянды, Чик-чирик, чик-чирик. Бұл не шу? Бұл нешу? Шеңберге жылдам тұрыңдар, Ұшуға ниетқылыңдар. Нұсқаушы тағы да ұйықтап қалғандай болады. Сосын қайта оянады. Бір ғана сәтке көз ілікті, Тентек боп торғайлар кетті. Бірақ енді қатаң қараймын, Тәртіпке сендерді саламын. Ал енді, балапандар, Жаттығуды бастаңдар!			
ҰІӨ-нің ортасы	Негізгі бөлім.			

III. Тақырып бойынша жұмыс	Жалпы даму жаттығулары 1.«Қанатымызды тазалаймыз». Б.қ.: серіппе жасаймыз, басымызды оңға иеміз, б.қ., сосын солға 4 рет қайталаймыз. 2.«Қанатымызды жаямыз». Б.қ.: аяқтарымыз иықтың қашықтығына сәйкес келуі керек, қолдар төменде. Оң қолды жоғары көтереміз, жоғары қараймыз, б.қ., сол қолмен солай жасаймыз, 4 рет қайталаймыз. 3.«Жуынамыз». Б.қ.: аяқтарымыз иықтың қашықтығына сәйкес келуі керек, қол белде, алға қарай иілеміз – «жуынып» жатқандай қимыл жасаймыз, б.қ., 5 рет қайталаймыз. 4.«Дән тауып алайық». Б.қ.: отырамыз, саусақтармен еденді тықылдатады, б.қ. 4 рет қайталаймыз.. 5.«Ұшуды үйренеміз». Б.қ.: бұрынғыдай. Қолды құлаштай созып бір орында секіру. 6.«Біз өсеміз». Б.қ.: аяқ бірге қосулы, қолдар төменде. Қолды жоғары созып, керілеміз – тыныс аламыз, б.қ. – тынысшығарамыз. Негізгі қимылдың түрлері: 1.Бағандар арасынан «жылан» жасап жүреді. «Қараңдар, қаншама ағаштар айналада. Орманда адасып қалмай, бір-бірімізден қалмай ұшамыз». 2.Бөренеден (сәкіден) секіру. «Алдымызда ағаш құлап жатыр, оны секіріп өтейік». Қимыл-қозғалыс ойыны: «Ана-торғай мен балалар» Бірлесіп бірге ұшамыз, Бір-бірімізден қалмаймыз. Бір сапқа тұрып бәріміз Алыс жаққа барамыз. Онда дәмді дәндер бар, Сендерге арнап сақталды.
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	«Табиғат дауысы» фонограммасымен релакс (дем алу). «Торғайлар күнімен жүгіріп, ойнап шаршап қалды, ұйықтағысы келді. Олар өз керуеттеріне (кілемшелерге) жатты, көздерін жұмды. Тыныш демалып жатыр, аяқтары мен қолдары да бос, еркін. Торғайлар ұйықтап барады. Олар әдемі түс көруде: таңғажайып алаң, көкмайса, әсем гүлдер. Міне, ара ұшып келді, гүлден бал жинауда, самал жел көк шөпті ақырын тербейді, айналаға күн шуағын төгуде. Торғайлар ғажап түс көріп, жайлы жатып жақсы тұрды, сергек көңіл күйге бөленді.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 9 – 13 желтоқсан 2024 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі
Міндеті	аяқтың ұшымен жүру, қимыл үйлесімділігі дағдысын қалыптастыру.			
ҰІӨ мақсаты	қимылдарды тақпақ мәтініне сай орындауды, сәкіде жасалатын жаттығуларды; аяқтың ұшымен жүруді, биіктетілген тіректің үстінде тұру (сәкі), допты бір-біріне беруді. бір қатарға сапқа тұру тәсілін, жігерлене биіктікке секіруді меңгеру			
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе, сау болыңыз,қонжық			
Тілдік мақсат:	Сұрақ-жауап			
ҰІӨ өткізілу барысы				
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет			
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу. Ойыншық қонжыққа назар аудартады. Алақанды соқ, соқ, Аяқтармен топ-топ. Қос шынтағы бүгілді, Көзге ұйқы тығылды. Қонжық, қонжық, шаршама, Бізбен бірге ойна да!			

	Қонжықты ешкім естімейтіндей етіп жүруге үйретуді ұсынады – аяқтың ұшымен, аяқтың ұшына көтерілу, өкшеге түсу, қолды белге қою.
ҰІӨ-нің ортасы ІІІ. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі бөлім Жалпы даму жаттығулары. Лентамен Б. қ.: «Оң-сол» 1. Аяқтары алшақ қойылған , ленталар төменде. басты оңнан-солға қарай бұрып «сол жақ» деп айту, солдан-оңға қарай бұрып «оң жақ» деп айту. /5 рет қайталау/ Б. қ.: «Шеңбер жасау» 2. Аяқтары алшақ қойылған , ленталар жанда, лентаны жоғарыдан-төменге, төменнен-жоғарыға иықты айналдыра отырып шеңбер жасау. / 5рет қайталау/ Б.қ.: «Айқастыру» 3. Аяқты алшақ қоямыз. Ленталарды жанға созу. оң қолдағы лентаны сол иыққа апару, сол қолдағы лентаны оң иыққа апару. «айқасты» деп айту. /5 рет қайталау/ Б.қ.: «Жасыру» 4. Аяқты алшақ қоямыз. Ленталар белде. Алдыға қарай еңкейіп ленталарды созу «бар» деп айту, атқа шалқайып, ленталарды жасыру «жоқ» деп айту. /5 рет қайталау/ Б.қ.: «Серіппе» Тыныс алу жаттығулары: «Шар» -ерніңді жұмып, ұртыңды томпайту; жұдырықпен жайлап жұмылу, еріннен ауаны шығарады (3 - 4 рет). Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау: 1.Ойын: «Орнынды тап!». Тоқтап және тапсырманы орындап (сәкіге шығу) шашыла жүгіру. 2.Жоғарыда тұрған затқа қолын тигізіп, биіктікке секіру – аяқтарымен жігерлене итеріліп, биіктікке секіру. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Допты беріп жібер» Қасында тұрған баланың қолына допты ұстату.
ІV. ҰІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	ҰІӨ талдау жасалады. Балаларды мадақтау.

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 16 – 20 желтоқсан 2024 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі
Міндеті	Сызықтар арасымен (10 см арақашықтық) жүре отырып, 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеу. Көлбеу тақтайда жоғары-төмен жүру. Допты бір-біріне лақтырып, оны екі жағынан бірдей еркін қол қимылдарымен қағып алу дағдыларын бекіту. Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау. Тыныс алу жолдарын шынықтыру. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу.Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту.			
ҰІӨ мақсаты				
Күтілетін нәтиже:	Ойын жаттығуларының қимылдарын, екі аяқпен жұбына қарай секіруді, ойын әрекеттерін; тепе-теңдікті сақтау әдісін, төрттағандап еңбектеу әдістерін меңгереді.			
Тілдік мақсат:	алға жылжи отырып, секіру дағдысын қалыптастыру.			
ҰІӨ өткізілу барысы				
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет			
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу. Ойын гимнастикасы Алақанды ашайық, Шапалақты соғайық. Шап-шап-шапалақ, Шап-шап-шапалақ. Кәне, маған қара, Бәрін бірдей қайтала. Бір-екі-үш, бір-екі-үш, Бәрін бірдей қайтала (барлық қимылды).			

	Оң аяқ, сол аяқ, Қаз-қаз бастық біз аздап Топ-топ-топ, топ-топ-топ. Кәне қол, кәне аяқ? Ойнайықшы біз аздап (Қол-аяқпен еркін қимылдар жасалады). Бір-екі-үш,бір-екі-үш, Ойнайықшы біз аздап.
ҰІӨ-нің ортасы ІІІ. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі бөлім Жалпы даму жаттығулары Таяқшамен Б.қ.: «Мысық оянды » 1. Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу. әр керілген сайын «м-я-у» деп айту. /5 рет қайталау./ Б. қ.: «Кілем қағу» 2. Аяқтары алшақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау «тук-тук-тук»- деп айту. /5 рет қайталау/ Б.қ.: «Шалтай-балтай» 3. Аяқты алшақ қоямыз, таяқша төменде қолдарымен ұстау, оңға, солға бұрылу. / 5рет қай/ Б.қ.: «Дәл тигіз» 4. Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны кеуденің тұсында. Бүгілген оң аяқты көтеру, тізені таяқшаға тигізу. Арқаны түзу ұстау. Сол жақпен дәл солай қайталау. /5 рет қайталау/ Б.қ.: «Көңілді таяқша» 5. Таяқшаны айналып секіру және жүру. /15-20 секунд/ Маршпен шеңбер бойы жүру. Еркін жүру.(таяқшаны үстел үстіне қою) Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүру. Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу(ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығару. Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау: 1.«Қояндар» – алға қарай екі аяқпен секіру. Өз жұбына қарай секіріп барып, оған қолын тигізіп, жылдам өз орнына тұру. Нұсқау – екі аяқпен бір мезетте жігерлене итерілу. 2.«Аюлар» – тіке бағытта төрт аяқтап еңбектеу. Аюлар ойнап жүреді – «Аюлар!» деген команда берілгенде, орындарын ауыстырып, залдың қарсы жағына қарай еңбектейді. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Балапандар». Кішкентай балапанға айнаруды ұсынады.

IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Ойын жаттығуы: «Жұбыңды тап!». Тағы да балалардың есіне салады, барлық балалар бір-бірін сыйлап, кішіпейіл болуы керек, бірлесіп тату-тәтті ойнап, ренжіспеуі керек.
---	--

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 23 – 27 желтоқсан 2024 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі
Міндеті	Гимнастикалық орындықпен жүру дағдысын қалыптастыру. ойын массажын, «Көбелектер» жалпы дамыту жаттығуларын, саусақ гимнастикасын, гимнастикалық сәкі үстінде жүру, кедергілерден аттап өтуді; жұлдызқұрттың не екенін біледі, бір қарқынмен бір-бірінің соңынан тізбектеліп жүруді, ойын ережесін, әртүрлі қимылдарды орындауды, секіріп түскенде еденнен итерілуді; секіріп өту кезіндегі жерге түсу дағдыларын, заттап аттап өту кезінде тепе-теңдікті сақтау дағдыларын.			
ҰІӨ мақсаты				
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе, сау болыңыз , көбелек .			
Тілдік мақсат:	Сұрақ -жауап			
ҰІӨ өткізілу барысы				
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет			
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру. Шеңбер бойымен жай жүру .			

	Шеңбер бойымен тұру. Қызығушылықты ояту Балалар, біз бүгін кімге қонаққа баратынымызды табыңдаршы. Көп болса да аяғы, Тек жорғалап жүреді. Денесі жасыл буылтық, Жапырақ оның қорегі. (Жұлдызқұрт)
ҰІӨ-нің ортасы ІІІ. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі бөлім Жалпы даму жаттығулары: «Көбелектер» «Көбелектер ұшады» –б.қ., аяқтар сәл алшақ қойылған, қолдар төменде. Қолдыекі жаққа созып, құлашын сермейді, төмен түсіреді. 5 рет қайталайды. «Көбелектер су ішеді»–б.қ.,алдыңғыдай. Еңкейеді, қолын артқа апарады, түзеледі.. 4 рет қайталайды. «Көбелектер отырды» –б.қ., алдыңғыдай. Отырады, қолды тізенің үстінеқояды, түзеледі.. 5 ретқайталайды. Қимылдың негізгі түрлері: «Жұлдызқұрт» ойынын ойнайық. 1.«Жұлдызқұртты аттап өт» гимнастикалық сәкіде жұлдызқұрттан аттап өту. (Жұлдызқұрт балаларға кедергі жасап сәкіде жатады). 2.Доға астынан өт. (доға астына жорғалау) Қимыл-қозғалыс ойыны: «Жұлдызқұрт» Балалар бірінің артынан бірі «жұлдызқұрт» болып тізбектеліп тұрады Бірінші ойыншы «басы», соңғысы – құйрығы. Музыка ырғағымен жұлдызқұрт алға қарай жорғалайды, басы әртүрлі би қимылдарын көрсетеді (қолымен, денесімен, аяғымен, басымен), басқалары бұл қимылдарды қайталауға тырысады. «Бас» шаршаған кезде, артында тұрған келесі ойыншыға бұрылып, оның басынан сипайды, ал өзі тізбектің соңына барып тұрады
ІV. ҰІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Балалар, біз бүгін қайда бардық? Кімді көрдік? Жұлдызқұрт бізбен қандай ойын ойнады? Дұрыс айтасыздар, балалар, ал енді үйге қайтатын уақыт болды.

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 06 – 10 қаңтар 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	Допты кеудеден екі қолмен лақтыру дағдысын қалыптастыру. екі аяқпен секіріп алға қарай 3 метрге қозғалады, допты екі қолымен кеуде тұсынан лақтырады, ойындағы әрекеттерді; педагогтің берген белгісінен кейін доптың соңынан жүгіруді, допты себетке жинауды, бір-біріне кішіпейіл болуды; сылдырмақтарды алып жүру тәсілін, бір қатарға, сапқа тұруды.		
ҰІӨ мақсаты			
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе, сау болыңыз , сүт, доп.		
Тілдік мақсат:	Сұрақ-жауап		
ҰІӨ өткізілу барысы			
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет		
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім		
	Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру.		
	Тосын сәт		
	Ұлттық киім киген Серік атты қуыршаққа назар аудартады. Қуыршақ өзімен бірге дорба ала келіпті. Балаларға дорбада спортзалда ойнайтын қандай заттар жатқанын сыртынан ұстап көріп		

	табуды ұсынады. Қолдарына сылдырмақ ұстап, тізбекте бір-бірден жүру, қолға арналған тапсырмамен – сылдырмақты жоғары, екі жаққа –арақашықтықты сақтау, басты тік ұстау.
ҰІӨ-нің ортасы ІІІ. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі бөлім Шеңбер бойымен тұрып сылдырмақтармен ЖДЖ жасау Негізгі қимылдарды орындау: 1.Алға қарай екі аяқпен секіру. Қуыршақ Серікке дейін секіріп, сылдырмақты дорбаға салу, залдың қарсы жағындағы доп салынған себетке дейін секіру 2.Допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыру. Допты кеуде тұсында дұрыс ұстауына назар аудару, доптың соңынан белгі берілгенде ғана жүгіру. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Марғаулар мен балақайлар». Балаларды екі топқа бөледі – «Марғаулар» және «балақайлар». Балалардың жанына келіп: «Сүт! Кім сүт ішеді?» – деп, сүт құйып жатқандай қимыл жасайды. Марғауларды сызыққа дейін ғана ұстап алуға болатынын ескертеді.
ІV. ҰІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Ойын жаттығуы: «Доп» Добымыз ойнайды, Секіріп еденде. Біресе жоғары, Біресе төменге.

Әдіскер _____Г.Ж.Ермекбаева

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 13 – 17 қаңтар 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	денсаулық сақтау технологиясын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту екі қатар болып сапқа тұру, сылдырмақтармен жаттығу жасау, екі қолымен кеуде тұсынан допты лақтыруды; сылдырмақ не үшін қолданылатынын, жүрген кезде сылдырмақтармен әртүрлі тапсырмалар орындауды, тақтайшамен төрттағандап еңбектеуді; аяқтың ұшымен жүру тәсілдерін, үш-үштен бірігіп допты лақтыруды орындауды, педагогтің көмегімен залда бағдарын айқындауды.				
ҮІӨ мақсаты					
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе ,сау болыңыз ,сыйлық				
Тілдік мақсат:	Сұрақ-жауап				
ҮІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу «Қатты-ақырын» ойын жаттығуы. Тізбекте бір-бірден қолдарын түрлі қалыпта ұстап жүреді. «Қатты» деген белгі бойынша – сылдырмақты сылдырлатады, «ақырын» деген белгі бойынша – аяқтарының ұшымен жүреді, тыныштық сақтауға тырысады. Қызығушылықты ояту. Балалардың назарын қарапайым қорапшаға аудару. Егер балалар педагогтің тапсырмасын дұрыс орындаса, қорапшада сыйлықтар болуы мүмкін.				
ҮІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі кезең. Жалпы даму жаттығулары. Сылдырмақпен Негізгі бөлім:				

	Б. қ: «Ара ұшты» 1. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар бүйірде. Басты оң иықтан сол иыққа қарай, сол оңға қарай иілту. «з-з-з» деп айту. /5 рет қайталау/ Б. қ.: «Айдаһардың құйрығы» 2. Аяқтары алшақ қойылған, қолдары бүйірде, оңға - солға бұрылу, Әр бұрылған сайын «көрдім» деп айту. / 5 рет қайталау/ Б.қ. : «Қайшы» 3. Аяқтары алшақ қойылған, Қолды алдыға созып, оң қолмен сол қолды айқастырып, қайшылау. / 5 рет қайталау/ Б. қ.: «Қоян қашты» 4. Аяқтарын біріктіру. Қолдарын қоянның аяғына ұқсату. Орнында секіру. /15-20 секунд/ Қорытынды: «Айналу» - бір - бірінің қолынан ұстай отырып, айнала жүгіру. Шеңбер бойы маршпен жүру. Тыныс алу жаттығулары: 1 – 2, 3 - 4 есебінде танаудың әр тесігінен кезек - кезек демді ішке тартады; дем алуды бөгеп, сыртқа шығарады. Негізгі қимылдарды орындау: 1.Еденге қойылған тақтайша үстінде төрттағандап еңбектеу. Көпір үстімен залдың қарсы жағына еңбектеп өту. Нұсқау – тек көпір үстімен. 2.Кеуде тұсынан допты екі қолмен лақтыру – доп лақтырғаннан кейін қолды созу. Қозғалыс ойын: «Затты тауып ал». Балаларды (әр бала үшін жасырылған ойыншығы бар) ғажайып қорапшаны іздеп табу үшін жұмсайды.
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Әркім өзіне сыйлық тандап алуды ұсынады.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 20– 24 қаңтар 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	тепе-теңдікті сақтау дағдысын қалыптастыру. соқпақпен тапсырмаларды орындап жүру, ойындағы әрекеттер; шеңбер бойымен тұруды, жүргенде және жүгіргенде қол мен аяқ қимылдарын үйлестіре білуді, бір қарқынмен жүру және жүгіру дағдыларын меңгереді.				
ҰІӨ мақсаты					
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе,сау болыңыз.сәкі, бөрене.				
Тілдік мақсат:	Сұрақ -жауап				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім Сәлеметсіңдер ме, балалар! Біз бүгін көңілді аңдар боламыз. Сендер қандай аңдарды білесіңдер? Жарайсыңдар. Біз оларға еліктеп, қимылдарын қайталаймыз. Ал, кәнеки, аңдар, маған құлақ салыңдар! Барлық қимыл-қозғалысты біз сәтті орындаймыз. Оңға бұрылып бір қатармен сапқа тұрады. Бір қатармен сапта жүру. Аяқтың ұшымен жүру, қолдарын беліне қояды – «түлкі ақырын таяп келеді», табанының ішкі жағымен жүру – «аю талтандап келеді», кәдімгі жүріспен кезектесіп жүреді. Алға қарай секіру – «қояндар секіреді». Бір қатармен жүру, жүгіру, «қасқыр жортып келеді». Жүру және жүгіру, конустардың арасынан жыланша жүру – «жылан жорғалайды». Шеңбер бойымен тұру.				
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша	Негізгі бөлім. Жалпы даму жаттығулары				

жұмыс	Түлкіге арналған қолғап. Б.қ.: аяқтар табан қашықтығына сәйкес. 1 – қолды алға созамыз, 2,3 – қолдың басын айналдырамыз, 4 – төмен түсіреміз. 4–5 рет. Тиін інінде. Б.қ. – бұрынғы. 1 – аяғының ұшымен көтеріледі, қолдарын жоғары көтереді, 2 – б.қ. 4–5 рет. Құндыздар отын жаруда. Б.қ.: аяқты иық бойымен қояды, саусақтарын айқастырып құлып жасайды, 1 – қолды бастан асыра жоғары көтереміз, 2 – алға қарай еңкейеміз – 4 рет. Ал, кірпіде –саңырауқұлақ. Б.қ.: аяқты табан қашықтығына сәйкес қойып тұру, қолдары төмен түсірілген. 1 – отырады, қолын еденге тірейді, 2 – тұрады, б.қ.,4 рет қайталау. Қоянға арналған пималар. Б.қ.: түрегеп тұрады, қолдарды белге қояды. Бір орында тұрып кезекпен секіреді, жүреді. Қимылдың негізгі түрлері: 1.Қолды белде ұстап, текшелерден аттап, соқпақпен (жолмен)жүру. Түлкі келеді көпірмен, Құйрығы оның бұлғаңдап. Қолындағысын түсірмей Серуендейді масайрап. 2.Сәкі үстінде төрттағандап еңбектеу. Маймақ аяқ аюлар Орманда жүр серуендеп. Бөренеден ол жылдам, Ептілікпен аттады. Қабырғасын ауыртпай Керіліп ол алды. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қояндар мен қасқыр».
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Балаларды мадақтау.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 27 – 31 қаңтар 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	арқанмен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау дағдысын қалыптастыру. шектелген алаң үстінде еңбектеу тәсілдерін, сапта жүріп қолға арналған әртүрлі жаттығуларды орындай білуді, тепе-теңдікті сақтауды меңгереді.				
ҰІӨ мақсаты					
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе,сау болыңыз. Саябақ.				
Тілдік мақсат:	Сұрақ -жауап				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу Тиін балаларды қарсы алады. Алақанды соқ-соқ, Аяқпенен топ-топ. Шынтақтардабүгілді, Көздеріміз жұмылды. Тиін, тиін, ұйықтама, Бізбен бірге сен ойна. Тізбекте бір-бірден қолдарына бүршік ұстап жүру.				
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары. Б.қ.: «Тик-так» 1. Аяқтары алшақ , қолдары белде. «Тик» сөзін айтып басты оңға қисайту , «так» сөзін айтып басты тік ұстау, басты солға қисайтып қайталау. (5 рет қайталау) Б. Қ.: «Иықтың жүруі» 2. Аяқ иық көлемінде, қолдар иық үстінде. Иықты артқа, алдыға қарай айналдыру. /5 рет / Б. Қ.: «Ағаштар тербеледі»				

	3. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жоғарыда. Оң жаққа, сол жаққа тербелу./6 рет / Б.қ.: «Күнге жетемін» 4.Орнында тұрып секіру. (10-15 секунд) Қорытынды: Тыныс алу жаттығулары: араның дыбысын салу (з-з-з), мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Негізгі қимыл- қозғалыс. Ойын түрінде негізгі қимылдарды орындау: «Саябақта»: Балаларды атын атап шақырады. 1.Түзу созылып жатқан жіптің үстімен жүру. Тепе-теңдікті сақтау – қолдарын екі жаққа созады, денесін түзу ұстайды, аяқтарын тек жіптің үстінеқояды. 2.Еденде жатқан тақтайшада төрттағандап еңбектеу. Нұсқау – тақтайша үстімен ғана еңбектеу, бір-біріне кедергі келтірмеу. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Допты шеңбер бойымен» – допты бір-бірінің қолына ұстату.
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Саусақ гимнастикасы: «Жасырынбақ» «Саусақтарым ойнады жасырынбақ, Бастарын да жасырды, Міне, былай, міне, былай, Бастарын ол жасырды» Шеңбер бойы жүру. Адымдап жүру.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2023-2024 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 29 қаңтар - 02 ақпан 2024 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Бейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	тепе-теңдікті сақтау дағдысын қалыптастыру. мәшиненің, пойыздың дауыстарын, ирелеңдеп қойылған жіп үстінде жүруді, тыныс алу гимнастикасын; «паровоз» болып тізбектеліп тұру тәсілдерін, шеңбер бойымен тұруды меңгереді.				
ҰІӨ мақсаты					
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе,сау болыңыз, әткеншек				
Тілдік мақсат:	Сұрақ-жауап				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру. Тосын сәт Ұлттық киім киген Серік атты қуыршаққа назар аудартады. Қуыршақ өзімен бірге дорба ала келіпті. Балаларға дорбада спортзалда ойнайтын қандай заттар жатқанын сыртынан ұстап көріп табуды ұсынады. Қолдарына сылдырмақ ұстап, тізбекте бір-бірден жүру, қолға арналған тапсырмамен – сылдырмақты жоғары, екі жаққа –арақашықтықты сақтау, басты тік ұстау.				
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Кіріспе бөлім. Амандасу. Ойын:«Әткеншек». Әрең, әрең, әрең , Әткеншектер айналды. Содан кейін бәрі, Жылдам, жылдам, Шыр көбелек айналды. Ақырын, ақырын, асықпашы, Әткеншегім, тоқташы. 1-2, 1-2, міне, осымен Ойын бітті. Бір қарқында қимылдауға назар аударады				
IV. ҰІӨ-нің қорытындысы.	Негізгі бөлім Жалпы даму жаттығулары				

Рефлексия	Б.қ.: «Торғай ұшты» 1. Аяқты алшақ қоямыз, қолымыз жанға созып құстың қанатын жасау, басты оңнан солға қарай, төмен- жоғары бұру; «Чик- чирик» деп айту. / 5 рет қайталау/ Б.қ.: «Мотор» 2. Аяқты алшақ, қолымызды кеуде тұсына қоямыз, қолымызды дөңгелек қозғалысқа келтіреміз. «р-р-р» деп айту. /5 рет қайталау/ Б.қ.: «Гүлдің ашылуы» 3. Аяқтары бірге қойылған. Отыру. Алақанды біріктіріп ұстау, орнынан тұрарда қолды жоғару созып алақанды ашу. (5- рет қайталау.) Б. қ.: «көңілді пингвин» 4.Өкшелерін беттестіру арқылы пингвиннің жүрісін көрсету. Қолдары жанда пингвиннің қанатын жасау. Орнында тұрып жүру, айналып жүру./10-15секунд/ Тыныс алу жаттығулары: «Өтеш» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Негізгі жаттығуларды орындау: 1.Имектелген жолмен (имектеліп қойған жіп) алаңның қарсы жағына өту. 2.Допты кеуде тұсынан екі қолмен лақтыру. Қолды жылдам созып жіберуге назар аудартады. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Көпірден еңбектеп өт». Көпірді біз саламыз, Машине мен адамдар, Өзеннен өтсін қиналмай. Ойын ойнайтын ортаны құрастырамыз – жіптермен өзенді, гимнастикалық тақтайшаны судан өтетін көпір деп бейнелейміз. Көпірмен еңбектеп өтіп, келесі жағалауға өтуді ұсынады.
------------------	--

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 03 ақпан - 07 ақпан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Бейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	көлбеу тақтаймен жүру дағдысын қалыптастыру. таспамен жасалатын ЖДЖ, көлбеу тақтайша үстімен жоғары-төмен жүруді; қозғалыс ойындарының ережелерін; шеңбер бойына тұру тәсілдерін, допты жоғарыға және алға қарай тордан лақтыру, кеңістікте бағдарын айқындау.				
ҰІӨ мақсаты					
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе,сау болыңыз,				
Тілдік мақсат:	Сұрақ-жауап				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу Қызығушылықты ояту Күнге көңіл аудартады: «Бізге бүгін шұғыласын төгіп, күн қонаққа келді» Таспамен жүру және жүгіру – қолында күннің сәулесі. Балалар белгі бойынша бағыттарын өзгертеді. Таспаны қолға ұстап жүру және жүгіру. Берілген белгі бойынша балалар бағыттарын өзгертеді.				
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Кіріспе бөлім. Амандасу. Ойын:«Әткеншек». Әрең, әрең, әрең , Әткеншектер айналды. Содан кейін бәрі, Жылдам, жылдам, Шыр көбелек айналды. Ақырын, ақырын, асықпашы, Әткеншегім, тоқташы. 1-2, 1-2, міне, осымен Ойын бітті. Бір қарқында қимылдауға назар аударады				

IV. ҰІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Негізгі бөлім Таспамен жасалатын жалпы дамыту жаттығулары: 1.Б.қ : түрегеп тұрады, таспаның бір ұшын қолымен ұстап тұрады. Таспаны алға және артқа сермейді. Бірнеше рет қайталағаннан кейін, (4–6) таспаны екінші қолға ауыстырып жаттығуды қайталайды. 2.Б.қ: аяқтарын бірге қосып отырады, таспаның екі ұшынан екі қолымен ұстайды. Алға қарай еңкейеді. Таспаны аяқтарының ұшына қояды, түзеледі, қолды жоғары көтеріп оған қарайды. Тәрбиешінің нұсқауымен алға қарай еңкейеді, таспаны алады. (3-4рет) 3.Б.қ : шалқасынан жатады, таспаны алға қарай созылған қолдарымен кеуде тұсында ұстайды. Екі аяқты бір мезетте таспаға дейін көтеріп, сосын қайта түсіреді. Аяқты созып та, бүгіп те көтеруге болады. (3-4рет). Негізгі қимыл түрлері: 1.Көлбеу тақтайшамен жоғарыға, төменге қарай жүру. Тепе-теңдікті сақтауға назар аударады. Қажет кезінде сақтық шарасын көрсетеді. 2.Допты жоғарыға және тор немесе керілген таспа арқылы алға қарай лақтыру. Нұсқау – допты бастан асыра жоғарыға лақтыру, қолды жылдам түзету. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Ұядағы құстар» Залдың бір жағына бала санына есептеліп шеңберлерді орналастырады, педагог құстарды топтың әр шетіне барып қоректенеді.Бұдан кейін ол: «Абайлаңдар, мысық!» – деп дауыстайды. Құстар өз ұяларына ұшып кетеді. Бір-бірінің қолынан ұстап, шеңбер бойымен жүру. Релаксация Ал, кәнеки, тұрайық, Қолды баяу көтеріп. Саусақтарды бүгіп-ашып, Төмен қарай түсірейік. Осылай тұрып демалып, Сау саламат болайық
--	--

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 10 ақпан - 14 ақпан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Бейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	орнында тұрып ұзындыққа секіруді, таспаны қолымен ұстап шеңбер бойымен жүгіруді, арқаға массаж: «Борщ» жасауды үйрету. педагогтің берген белгісі бойынша орнында тоқтауды, таспаны қолымен ұстап шеңбер бойымен тұруды меңгереді.				
ҰІӨ мақсаты					
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе,сау болыңыз, маймыл				
Тілдік мақсат:	Сұрақ-жауап				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу Қызығушылықты ояту Күнге көңіл аудартады: «Бізге бүгін шұғыласын төгіп, күн қонаққа келді» Таспамен жүру және жүгіру – қолында күннің сәулесі. Балалар белгі бойынша бағыттарын өзгертеді. Таспаны қолға ұстап жүру және жүгіру. Берілген белгі бойынша балалар бағыттарын өзгертеді.				
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Кіріспе бөлім. Амандасу Маймыл ойыншықпен таныстыру.				

	Кішкентай маймылдарды бейнелеуді ұсынады. Бір-екі-үш, бұрылдық, Маймылға біз айналдық. Күнге қолды біз созып, Жүрдік оңға, солға да, Отырамыз, тұрамыз, Шаршамаймыз сонда да.
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Негізгі бөлім Жалпы даму жаттығулары. Б.қ.: «Көбелек қонды» 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Қолдары артта. Иыққа қонған көбелекті көру. басты оңға, солға бұру, «қонды» деп айту. /6 рет қайталау/ Б. қ.: «Жыланның қозғалысы» 2. Аяқ иық көлемінде, қолды жанға созу. Жыланның қимылын жасау. иықты ирелеңдете айналдыру. /5 рет қайталау/ Б.қ.: «Қайшы» 3. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жан-жақта, қолдарды қайшылау./5 рет қайталау./ Б. қ.: «Жұлдызша» 4. Қолдары белде. Аяқты бірге ұстау. Орнында секіріп аяқты және қолды жанға созу «ха-а-а» деп айту, орнында секіріп аяқты біріктіру және қолды белге қою, «хоп» деп айту. /5 рет қай/ Шеңбер бойы жүру. Еркін жүру. Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүгіру. Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу(ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығару. Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау: Жіпті (таспаны) ұстап шеңбер бойымен жүгіру. «Әткеншек» ойыны – музыка ырғағымен бір қарқында қозғалу. Орнында тұрып ұзындыққа секіру (30 см қашықтыққа)

	Ойын жаттығуы. Ені 30 см матадан өзенді бейнелейді, маймылдарға одан секіріп өтуді ұсынады. Қалай секіруге болатынын түсіндіріп, секіріп көрсетеді. Екі аяқпен бір мезетте итерілу керек екеніне назар аудартады. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Тиіп кетпе!» Жіптер арқылы алаң шегарасын белгілейді (5метр) – еңбектеуді топ болып орындайды.
--	---

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 17 ақпан - 21 ақпан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Бейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	«Қар жауды» биологиялық белсенді нүктелерінің массажын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту. Доппен орындалатын жаттығуларды, допты бастан асыра алысқа лақтыруды, массажды; топқа бөлініп қимылдар жасауды, педагогтің берген командасымен «өзеннен» секіріп өтуді, допты себетке жинауды; кедергілер (модульдер) арасынан жүру тәсілін, төрттағандап еңбектеуді, допты қолға ұстап шашыла жүгіру тәсілін, таспаны қолымен ұстап шеңбер бойымен сапқа тұра білу.				
ҰІӨ мақсаты					
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе, сау болыңыз, қыс				
Тілдік мақсат:	Сұрақ-жауап				

ҮІӨ өткізілу барысы	
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлімі: Шеңбер бойымен денені тік ұстап жүру. Шеңбер бойымен еркін жүру. Шеңбер бойымен тұру. / шеңберге тұрарда себеттен бір доп алу
ҮІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары. Доппен Б.қ.: «Жоғары –төмен» 1. Аяқтары алшақ қойылған, доп қолда. Допты жоғары көтеріп, төбеге қарау «жоғарыда» деп айту. Допты төмен түсіріп, жерге қарау «төменде» деп айту. /5рет қайталау./ Б.қ.: «Айдаһардың құйрығы» 2. Аяқтар алшақ қойылған, доп қолда. Оңнан – солға, солдан-оңға қарай бұрылу, әр бұрылған сайын « көрдім» деп айту. /5 рет қайталау./ Б.қ.: «Дәл тигіз» 3. Аяқтары бірге. Доп қолда, денені тік ұстау. Оң жақ тізені көтеріп допқа тигізу «тиді» деп айту. Сол жақ тіземенде қайталау. /5 рет қайталау/ Б. қ.: «Доп қашты» 4. Аяқтарын біріктіру. Доп қолда. Орнында секіру. /10-15секунд/ Шеңбер бойы маршпен жүру.Еркін жүру.(допты себетке қою) Тыныс алу жаттығулары: «ұйқыдағы мысық» «п-ы-р, п-ы-р»деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Негізгі қимылдарды орындау: 1.Допты екі қолымен бастан асыра лақтыру. Бүгілген қолдарды жылдам әрі жігерлі қимылмен алға-жоғарыға қарай созып, доптың ұшу траекториясына дұрыс бағыт беру. 2.Орнында тұрып ұзындыққа секіру (30 см қашықтыққа) – аяқтың итеріліуін қолдың қимылымен сәйкестендіру. Ойын жаттығуы: «Өзеннен секіріп өт!» – өзеннің енін 30 см матадан құрастыру. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Эткеншек». Демалып, эткеншек тебуге ұсыныс жасайды.

	Әрең, әрең, әрең Әткеншектер айналды. Содан кейін бәрі жылдам, жылдам шырқобелек айналды. Ақырын, ақырын, асықпашы, Әткеншегім тоқташы. 1-2, 1-2, міне, осымен ойын бітті.
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Педагог қорытындылайды, балаларды мадақтайды.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 24 ақпан - 28 ақпан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	Балалар арасындағы қашықтықты сақтауға назар аудару. Шеңбер бойымен тұрып жалпы дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын қалыптастыру. Заттармен жаттығу жасауды үйрету Жалпы даму жаттығуын жасай алады				
ҮІӨ мақсаты					
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе, сау болыңыз				
Тілдік мақсат:	Сұрақ-жауап				
ҮІӨ өткізілу барысы					

Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім . Балалармен амандасу. «Пойыз» ойыны. Балаларға үлкен себеттегі сылдырмақты көрсету. Сылдырмақты балалардың өздеріне алғызып, бірінің соңынан бірін жүргізіп, шеңберге тұрғызу.
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі бөлім Жалпы даму жаттығулары:Сылдырмақпен 1.Б.қ.: тік тұру, аяқ бірге, сылдырмақ кеудеде. Сылдармақты алға созу. Жоғары көтеру. Алға созу. Б. қ. Келу 2.Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар: Сылдырмақты алға созу.. Отыру, тұру. Б. қ. Келу 3. Аяқ бұлшықеттеріне арналған жаттығулар: Аяқ арасы иық көлеміндей алшақ, сылдырмақ кеуде тұсында. Сылдырмақты алға созу. Еңкею, сылдырмақты тізеге тигізу. Б. қ. келу. Б. қ.: тік тұру, сылдырмақты қос қолмен ұстау. 1. Қос аяқпен секіру. Б. қ. келу. Тыныс алу: . «Сылдырмақты үрлеу». 3. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары: Қолға сылдырмақ ұстап гимнастикалық орындық үстімен жүру. Қимылды ойын: №13. «Қоңырау қайдан естіледі?» Мақсаты: Балалар қабырғаға беттерін беріп тұрады. Күтуші апай бөлменің басқа бір шетіне тығылып тұрады да қоңырау соғады.
IV. ҰІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Балаларды мадақтау

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 03 – 07 наурыз 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	
Міндеті	нық қадаммен жүру дағдысын қалыптастыру. гимнастикалық таяқшамен ЖДЖ жасауды, тынысалу жаттығуларын, жыландай ирелендеп жүруді; теңізшілер кім екенін, кемені, құтқару дөңгелегін не үшін қолданатынын, сүйем қадамды қалай жасауға болатынын, аяқтың ұшымен жүруді, қимылдарды мәтінге сай орындауды; жолмен жүруді, секіргенде жігерлене итерілуді, тізені жоғары көтеріп жүру тәсілдерін, кеңістікте бағдарын айқындау тәсілдерін.				
ҰІӨ мақсаты					
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе , сау болыңыз,, арқан .				
Тілдік мақсат:	Сұрақ -жауап				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу. Теңізшілерге айналып кемемен саяхатқа шығуды ұсынады. Сапқа тұру. Зал ішінде бір қатармен жүру (тізелерін жоғары көтеріп, аяғының ұшымен, жыландай иректеліп жүру) Аяқтың ұшыменжүгіру. Тыныс алу жаттығуы: Иықтарға үрлейік, Ішті де біз ұмытпайық. Тұрбаға айналып аузымыз. Бұлтқа да бір үрлейік,				

	Сәл ғана сосын тоқтайық. Жылдамдата керілейік, Бір-бірімізге күлімдейік, Сәлемді біз жолдайық.
ҰІӨ-нің ортасы ІІІ. Тақырып бойынша жұмыс	Гимнастикалық таяқшамен орындалатын ЖДЖ. 1.Теңізшілер жүріп, жүріп, Алаңқайға жетті. Гүл жанына таянып, Жаттығуға кірісті. (Таяқты бастан асыра жоғары көтереді) 2.Толқынға назар аударып Айналасын да бақылады. (Таяқты иығында ұстап, бұрылулар жасайды) 3.Теңізшіге керек тазалық, Палуба тұр жарқырап. (алға қарай еңкейеді) 3.Теңізде көңілсіз болмасын «Теңізші» биін орындасын (отырады) 4.Дауылда тоңып жаурамай, Секіріп алсын тоқтамай. (Секірулер) Тыныс алу жаттығулары: «Құтқару дөңгелегін үрлейік» Қимылдың негізгі түрлері: Массажды жолмен жүру. 1.«Желкенді жаямыз» (педагогтің көмегімен). Арқан үстінде жүру. 2.«Құралдардан секіріп өт» (сызық үстінен секіру). Бірнеше параллель сызықтар үстінен екі аяқпен секіру (арақашықтығы – 20 см). Қимыл-қозғалыс ойыны: «Теңізшілер» Теңізшілер көңілді ғой, Ылғи жақсы жүреді. Бос уақыт кезіксе, Ән салып, би билейді.
ІV. ҰІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Балаларға саяхат кезінде қандай болғандары туралы айтып беру ұсынылады Педагог қорытындылайды, балаларды мадақтайды.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 10 – 14 наурыз 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	Тапсырманы орындай отырып, жүру және жүгіру. Басына қап қойып, тепе-теңдікті сақтай отырып, жіптің бойымен жүгіріп, алақан мен табанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу. Екі аяқтың ұшымен итеріліп, орташа биіктікке секіру.				
ҰІӨ мақсаты					
Күтілетін нәтиже:	Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалатуды, 2 метр арақашықтықта допты бір-біріне төменнен лақтыру дағдыларын бекіту.				
Тілдік мақсат:	Тыныс алу жаттығуын мәтін бойынша орындауды үйрету.				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Балалармен амандасу 2.Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру. «Орман аңдары» 1. «Аю» Қолды белге қойып, (қорбандап) табанды нық басып жүру. 2. «Түлкі» Қолды жанға ұстап, (қуланып) бір сызықпен жүру. 3. «Көжек» Қолды кеуденің алдында иіп, қос аяқпен секіру. 4. «Қасқыр» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру.				
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі бөлім. Тыныс алу жолдарына арналған жаттығулар кешені. «Орманға келдік пойызбен» Орманға келдік пойызбен:				

	Чух-чух-чух, Чух-чух-чух, Қандай ғажап алаңқай, Қандай әсем, алақай! Кірпі келеді домалап: П-ф-ф-ф,п-ф-ф-ф,п-ф-ф-ф! Алмаларды арқалап: Фэф-р, Фэф-р, Фэф-р! Міне, ұшып ара келді, Балаларға бал әкелді: З-з-з! З-з-з! Шынтаққа келіп қонды: З-з-з!З-з-з! Мұрынға қарай ұшты ол: З-з-з!З-з-з! Негізгі қимылдарды орындау: Тіке бағытта төрттағандап еңбектеу. Ойын жаттығуы: «Маған қарай еңбекте!» – бір-біріне кедергі жасамау, бір-бірімен соқтығыспау. Екі аяқпен секіру (аяқты бірге қосып – аяқты алшақ қойып). Қуыршаққа балалардың қалай секіретінін көрсетуді ұсынады. Екі аяқпен бір мезетте жігерлене итерілуіне назар аударды. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Кетті, кетті орамал». Шеңбер бойымен шапшаң қозғалатын ойын бастаушы болып, балалардан орамалды алып қоюға тырысады
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Балаларды мадақтау.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған

ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 17 – 21 наурыз 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі		
Міндеті	заттардан аттап өту дағдысын қалыптастыру. тыныс алу гимнастикасын, кедергілерді аттап өтуді, гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтайдан сырғанауды, рөлдік іс- әрекеттерді меңгереді.				
ҰІӨ мақсаты					
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, қасқыр – волк, лақтар – козлята.				
Тілдік мақсат:	Сұрақ-жауап				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу. Хайуанаттар бағына жануарлар қалай ойнайтынын көруді ұсынады. «Автомобильмен серуендеу» Педагог автомашиналар тізбегінде бастаушы рөлін атқарады. Зообақта өзін ұстау ережелерін естеріне салады				
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі бөлім Жалпы даму жаттығулары. Жалаушамен. Б.қ.: «Желбірейді жалау» 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. /5 рет қайталау/ Б.қ.: «Өткеншек» 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет қайталау/ Б.қ.: «Кім жылдам»				

	3. Аяқтарын алшық қою, жалаушалар екі жақта жерде. Қолдары төменде. «Ал», «қой» - дегенде тез алып, қою керек. /5 рет қайталау/ Б. қ.: «Жұлдызша» 4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу «ха-а-а» деп айту, орнында секіріп аяқты біріктіру және жалаушаны белге қою, «хоп» деп айту. /5 рет қайталау/ Б.қ.: «Көңілді жалауша» 5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар белде; 8- рет маршпен жүру, 10- рет секіру. Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулары Хайуанаттар бағына жүргенде қауіпсіздік ережелерін сақтауды еске салады. Тыныс алу жаттығулары: «Түтікше» - ысқырықты үргендей қылып, ерніңмен түтікшені қысып, сосын жымып ерніңді босатасың; еріннің осындай қалыптарын кезектестіріп қайталайды. Хайуанаттар бағын мекендеушілерның суреттерін қолданып, негізгі қимылдарды орындау. Ойын жаттығуы: «Тентек қонжықтар». Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтайдан сырғанау – қол мен аяқ қимылының үйлесімділігі, сырғанау кезінде сақтандыру. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қасқыр мен лақтар»— белгі берілгенде ғана жүгіру, қасқырдан алшақ тұру. Бөрте, бөрте, бөрте лақ, Бөрте лақ тым ерке-ақ. Кетесің кейде секеңдеп, Байламаса көкем кеп.
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Жануарларға қамқор болуды еске салады.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 24 – 28 наурыз 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі		Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	ырғақты жүгіру дағдысын қалыптастыру. алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіруді, тыныс алу гимнастикасын, гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтайда еңбектеуді, мимикалық гимнастиканы; кейбір жануарлардың қимыл ерекшеліктерін, аласа тұрған кедергілерді аттап өтуді, тепе-теңдік сақтауды, допты жоғарырақ лақтыруды, еденге түскен допты қайта көтеріп алу дағдыларын меңгереді				
ҰІӨ мақсаты					
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе ,сау болыңыз, хайуанаттар бағы				
Тілдік мақсат:	Сұрақ-жауап				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу Хайуанаттар бағына серуендеуді жалғастырып, жаңа жануарлармен танысуды ұсынады. «Ақырын өт». Нұсқау – хайуанаттар бағына ешкім естімейтіндей етіп бару. Ойын жаттығуы: «Ала құландар» –алға шықпай, артта да қалып қоймай, бәрі бірдей бірге қозғалады. Педагог балалармен бірге жүгіреді. «Тыныштық сақтап өт» – хайуанаттар бағына ешкім естіп қалмайтындай тыныштық сақтап жүру. Еденде жатқан заттардың үстінен аттап өту – нық тепе-теңдік сақтау.				
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша	Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары				

жұмыс	Б.қ.: «Тик-так» 1. Аяқтары алшақ , қолдары белде. «Тик» сөзін айтып басты оңға қисайту , «так» сөзін айтып басты тік ұстау, басты солға қисайтып қайталау. (6 рет қайталау) Б. Қ.: «Иықтың жүруі» 2. Аяқ иық көлемінде, қолдар иық үстінде. Иықты артқа, алдыға қарай айналдыру. /6 рет / Б. Қ.: «Ағаштар тербеледі» 3. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жоғарыда. Оң жаққа, сол жаққа тербелу. /6 рет / Б.қ.: «Күнге жетемін» 4.Орнында тұрып секіру. (10-15 секунд) Шеңбер бойы жүру. Адымдап жүру. Тыныс алу жаттығулары: араның дыбысын салу (з-з-з), мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау: Ойын жаттығуы: «Тентек қонжықтар» Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтайшада еңбектеу. Қол мен аяқтың қимылын үйлестіруге, тақтайшадан жеңіл түсіп кете білуіне назар аудару. Еңбектеп жатқан кезінде сақтандырып тұрады. Қозғалыстық ойыны: «Жоғарырақ лақтыр» – еденге түскен допты көтеріп, қайтадан жоғарырақ лақтыру.
IV. ҰІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Мимикалық гимнастика:«Бет-әлпет» Айнаға қарап бір маймыл Бет-ауызын қисайтты. Оны көріп күлдім мен Көңілді боп жүрдім мен.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 31 – 4 сәуір 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	биіктен секіру, төрттағандап еңбектеу дағдысын қалыптастыру. ойындағы іс-әрекеттерді, биіктігі 15 см заттың үстінен секіреді, затсыз жалпы дамытатын жаттығуларды орындай алады.				
ҰІӨ мақсаты					
Күтілетін нәтиже:	Сәлеметсізбе, сау болыңыз.				
Тілдік мақсат:	биіктен секіру, төрттағандап еңбектеу дағдысын қалыптастыру.				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу Шеңбермен жүру. Педагогтың артынан жүру,жүгіру. Шеңберге тұру. Балаларға жалаушалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу				
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі бөлім Жалпы даму жаттығулары Жалаушамаен 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет қайталау/ 3. Аяқтарын алшық қою, жалаушалар екі жақта жерде. Қолдары төменде. «Ал», «қой» - дегенде тез алып, қою керек. /5 рет/ 4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу орнында секіріп аяқты біріктіру және жалаушаны белге қою 5-рет				

	5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар белде; 6- рет маршпен жүру, 10- рет секіру. Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады. Бастапқы қалыпқа келу. Балаларды мадақтау. Негізгі қимылдары: 1. биіктігі 15 см заттың үстінен секіру. 2.Төрттағандап доғаның астынан еңбектеу Қимылды ойын: «Торғайлар мен мысық» Шарты. Ойын кейіпкерлерін рольге бөліп ойнау.
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Балаларды мадақтау

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 7 – 11 сәуір 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	алға жылжи отырып секіру дағдысын қалыптастыру. екі аяқпен секіруді, ойындағы іс-әрекеттерді, саусақтарға массаж жасауды;				
ҮІӨ мақсаты					

	слайдтағы бейнеленген жануарлардың қимылын негізгі қимылмен сәйкестендіруді, қалай жұптасуды; тепе-теңдік сақтауды, төрттағандап еңбектеудің тәсілдерін, жүгіру кезінде музыка соңында тоқтай білуді.
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз ,сау болыңыз, бір-екі-үш .
Тілдік мақсат:	Сұрақ -жауап
ҰІӨ өткізілу барысы	
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу. Ойын гимнастикасы Алақанды ашайық, Шапалақты соғайық. Шап-шап-шапалақ. Шап-шап-шапалақ. Кәне, маған қара, Бәрін бірдей қайтала. Бір-екі-үш, бір-екі-үш, Бәрін бірдей қайтала. (барлық қимылды). Оң аяқ, сол аяқ, Қаз-қаз бастық біз аздап Топ-топ-топ, топ-топ-топ. Кәне, қол, кәне аяқ? Ойнайықшы біз аздап.(Қол-аяқпен еркін қимылдар жасалады) Бір-екі-үш,бір-екі-үш, Ойнайықшыбіз аздап.
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі бөлім Жалпы дамытатын жаттығулар Құралсыз 1. Аяқтары алшақ қойылған , қолдары төменде. Басты оң жақ, сол жақ иыққа қою. 5 р 2. Аяқтары алшақ қойылған , қолдары бүйірде. 1 - алға қарай еңкейіп, қолды аяқ басына дейін жеткізу керек. 3. Аяқты алшақ қоямыз, қолды алдыға созамыз. Отырып ,тұру. 5 рет 4. Аяқтары алшақ қойылған , қолдары бүйірде. 1- қолды бастан асыра көтеріп шапалақтап және аяқты алшақ ұстап секіру . Тыныс алу жаттығулары: мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу.

	Негізгі қимылдарды орындау: 1.Алға қарай екі аяқпен секіру.Қояндар бейнеленген суреттерді (слайдты) көрсетеді. Тапсырманы түсіндіреді – өз жұбына секіріп барады да, оған қолын тигізеді, сосын жылдам өз орнына жүгіріп барады. Нұсқау – бір мезетте екі аяқпен бар жігерімен итерілуі керек. 2.Тіке бағытта төрттағандап еңбектейді. Аюлар бейнеленген суретті көрсетеді.«Аюлар!» деген дауыс естілгенде, залдың қарама- қарсы жағына төрттағандап еңбектейді. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қонаққа барайық». Екі топқа бөлінеді, бірінші топтың екінші топқа қонаққа баруына ұсыныс жасайды. Жұптасуға көмектеседі. Жұптарға музыка әуенімен көңіл көтеруге ұсыныс жасайды.
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Педагог қорытындылайды, балаларды мадақтайды.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК
Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы
Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас
Жоспардың құрылу кезеңі: 14– 18 сәуір 2025 жыл
Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру.				

ҮІӨ мақсаты	сылдырмақтармен орындалатын ЖДЖ, бір-бірінен 40 см қашықтықта жатқан сылдырмақтардың арасынан жүру, кедергілерге тигізе допты домалату; жаттығулардың ретімен орындалуын, сылдырмақтар арасынан ирелеңдеп өтуді, велосипедке отыруды; жүру мен жүгіру тәсілдерін, велосипед педалін айналдыру және жылдамдық алу білігін, саусақ гимнастикасын орындай білуді.
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, сылдырмақ – погремушка.
Тілдік мақсат:	Сұрақ -жауап
ҮІӨ өткізілу барысы	
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу. Шеңбер бойымен жүру, жүгіру Қызығушылықты ояту. Балалар, бүгінгі жаттығулардың барлығы сылдырмақтармен жасалады. Бірақ алдыменоларды тауып алу керек. Залдың ішінен іздеңдер. Әрқайсысың екі сылдырмақ тауып алуларың керек. Сылдырмақ ұстаған балаларға алаңда белгіленген жерге барып, нұсқаушыға қарап тұруды ұсынады.
ҮІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі бөлім Жалпы даму жаттығулары. Сылдырмақтармен жасалатын ЖДЖ. I. «Сылдырмақтар қайда?» Балаларға еденге отырып, аяқтарын жинау ұсынылады, нұсқаушы көзін жапқанда балалар қолдарын созып сылдырмақтарды сылдырлатады. Нұсқаушы сылдырмақтар қайда сыңғырлағанын сұрағанда, олар сылдырмақтарды шапшаң арттарына жасырып, бос қолдарын көрсетеді.(4-5 ретқайталайды). 2.«Сылдырмақтар сылдырлайды!». Шалқасынан жатып сылдырмақты сылдырлатады, етпетінен аунап түсіп сылдырмақтарды сылдырлатады. Кезектеп аунайды. (4–5 рет қайталайды).

	Негізгі қимыл түрлері: 1.«Сылдырмақты қағып кетпе». Тепе-теңдікке арналған жаттығу – еденге қойылған тақтайша үстімен жүру. 2.Сылдырмақтарды жол бойына сызылған текшелер ішіне қойыңдар және бір-біріңнің соңыңнан бір қатарға тұрыңдар. (Тәрбиешінің соңынан жүру, қайталаған кезде сылдырмақтар арасынан имектелген жолмен жүру. (2-3 ретқайталау) Қимыл-қозғалыс ойыны: «Менің көңілді добым». Тәрбиеші қолымен доп лақтырған секілді қимыл жасайды Менің добым көңілді Қайда кеттің секіріп? Сары, ақ, көгілдір Қашпа менен секектеп, Тұра қалшы сен енді. «Тұра қалшы сен енді» деген сөздерден кейін бір баланың атын атап, «қағып ал!» дейді.
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Саусақ гимнастикасы: «Жасырынбақ» Саусақтар ойнайды жасырынбақ, Бастарын олар жасырды, Міне, былай, міне, былай, Бастарын олар жасырды.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 21 – 25 сәуір 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	«ирелеңдеп» еңбектеу дағдысын қалыптастыру. қолға арналған жаттығуларды жасап жүру, доппен орындалатын жаттығулар, допты домалату, релаксқа (дем алуға) арналған жаттығуларды; доптың қолданылуын, допты қақпаның дәл ортасына домалату тәсілдерін біледі.				
ҰІӨ мақсаты					
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе, сау болыңыз.				
Тілдік мақсат:	Сұрақ -жауап				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу. Тізбекте бір-бірден жүру, жүгіру, қолға арналған тапсырмамен жүру. Арақашықтықтың сақталуына, нұсқаулардың орындалуына назар аударады. Түрлі түсті доптар салынған себетке назар аудартады. «Менің көңілді добым» атты тақпақты оқып береді, тақпақты оқығанда мәтін сөздерін доптың қимылымен көрсетеді.				
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі бөлім. Шеңбер бойымен тұрып доппен орындалатын жалпы даму жаттығулары. Б.қ.: «Жоғары –төмен» 1. Аяқтары алшақ қойылған, доп қолда. Допты жоғары көтеріп, төбеге қарау «жоғарыда» деп айту. Допты төмен түсіріп, жерге қарау «төменде» деп айту. /5 рет қайталау./ Б.қ.: «Айдаһардың құйрығы» 2. Аяқтар алшақ қойылған, доп қолда. Оңнан – солға, солдан-оңға қарай бұрылу. /5 рет/ Б.қ.: «Дәл тигіз» 3. Аяқтары бірге. Доп қолда, денені тік ұстау. Оң жақ тізені көтеріп допқа тигізу				

	Сол жақ тіземенде қайталау. /5 рет қайталау/ Б. қ.: «Доп қашты» 4. Аяқтарын біріктіру. Доп қолда. Орнында секіру. /10-15секунд/ Шеңбер бойы маршпен жүру. Еркін жүру.(допты себетке қою) Тыныс алу жаттығулары:«ұйқыдағы мысық» «п-ы-р, п-ы-р»деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Негізгі қимылдарды орындау: 1. Допты қақпа арқылы домалату (ені – 50 см) 1,5 метр қашықтықтан, допты қақпаның тура ортасынан домалату, домалатқаннан кейін қақпадан өту. Мәредегі сызықтан 1,5 метр қашықтыққа үш қақпа орналастырады. 2.Кедергілер арасынан «жыландай» жорғалап өту (бір-бірінен 1,5 метр қашықтықта орналасқан 4 модуль арқылы өту). Залдың қарсы жағына кедергілерді «жыландай» айналып еңбектеп өту Қимыл-қозғалыс ойыны:«Үш аю». Аюлардың қимыл-қозғалыста-рының ерекшеліктеріне назар аудартады.
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Релаксация Кәне, балалар, тұрайық, Қолды ақырын созайық. Саусақтарды ашып-жұмып, Енді төмен түсірейік. Аздап біз де демалдық, Жолға жиналып шығайық.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 28 – 2 мамыр 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі		Бейсенбі	Жұма
Міндеті	тепе-теңдікті сақтау дағдысын қалыптастыру. мәшиненің, пойыздың дауыстарын, ирелеңдеп қойылған жіп үстінде жүруді, тыныс алу гимнастикасын; «паровоз» болып тізбектеліп тұру тәсілдерін, шеңбер бойымен тұруды меңгереді.				
ҰІӨ мақсаты					
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе,сау болыңыз, әткеншек				
Тілдік мақсат:	Сұрақ-жауап				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу. Ойын:«Әткеншек». Әрең, әрең, әрең , Әткеншектер айналды. Содан кейін бәрі, Жылдам, жылдам, Шыр көбелек айналды. Ақырын, ақырын, асықпашы, Әткеншегім, тоқташы. 1-2, 1-2, міне, осымен Ойын бітті. Бір қарқында қимылдауға назар аударады				
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі бөлім Жалпы даму жаттығулары Б.қ.: «Торғай ұшты» 1. Аяқты алшақ қоямыз, қолымыз жанға созып құстың қанатын жасау, басты оңнан солға қарай, төмен- жоғары бұру; «Чик- чирик» деп айту. / 5 рет қайталау/ Б.қ.: «Мотор» 2. Аяқты алшақ, қолымызды кеуде тұсына қоямыз, қолымызды дөңгелек қозғалысқа келтіреміз. «р-р-р» деп айту. /5 рет қайталау/ Б.қ.: «Гүлдің ашылуы»				

	3. Аяқтары бірге қойылған. Отыру. Алақанды біріктіріп ұстау, орнынан тұрарда қолды жоғару созып алақанды ашу. (5- рет қайталау.) Б. қ.: «көңілді пингвин» 4.Өкшелерін беттестіру арқылы пингвиннің жүрісін көрсету. Қолдары жанда пингвиннің қанатын жасау. Орнында тұрып жүру, айналып жүру./10-15секунд/ Тыныс алу жаттығулары: «Өтеш» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Негізгі жаттығуларды орындау: 1.Имектелген жолмен (имектеліп қойған жіп) алаңның қарсы жағына өту. 2.Допты кеуде тұсынан екі қолмен лақтыру. Қолды жылдам созып жіберуге назар аудартады. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Көпірден еңбектеп өт». Көпірді біз саламыз, Мәшине мен адамдар, Өзеннен өтсін қиналмай. Ойын ойнайтын ортаны құрастырамыз – жіптермен өзенді, гимнастикалық тақтайшаны судан өтетін көпір деп бейнелейміз. Көпірмен еңбектеп өтіп, келесі жағалауға өтуді ұсынады.
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Ойын жаттығуы: «Пойыз». Бір тізбекке тұрып, пойыз болып жүреді. Ойын жаттығуы:«Мәшине». Көшеде мәшине зулайды, Дөңгелектен шаң бұрқырайды. Нұсқау – «автокөліктер» залды аралап жүре алады.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек » бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 05-09 мамыр 2025 жыл
Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
ҮІӨ міндеті	тақпақ мәтініне сай жаңғақтармен ЖДЖ жасау, сызық арқылы секіруді үйрету				
Күтілетін нәтиже:	шеңбер бойымен қалай сапқа тұруды, жолдан өту кезінде қауіпсіздік ережелерін сақтаудағы қимыл-қозғалыстардың орындалу ретін;педагогтің берген белгісімен жүгіру әдістерін, кеңістікте бағдарын айқындауды меңгереді				
Тілдік мақсат:	сәлеметсіз бе , сау болыңыз				
Өткен ҮІӨ-нен алған білім	Сұрақ-жауап				
ҮІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату	Негізгі бөлім. Амандасу Қонжықпен ойнаймыз (таза ауада) Педагог: Балалар, мен жұмбақ жасырайын: Қаһарлы қыста ол ұйықтап, Саусағын сорып жатады. Күлімдеп көктем келгенде, Ұйқысынан тұрады. Ол не?... (аю). - Иә, бұл – аю. Бүгін бізге ойыншық қонжық қонаққа келді, өзімен бірге бір себет жаңғақ әкелді. Біз онымен бірге ойнаймыз, жүгіреміз, секіреміз. Ал алдымен біз қонжыққа қалай әдемі жүре алатынымызды көрсетейік. Бір-бірден тізбекке тұру. Бірінің артынын бірі жүру. Ал енді қандай жылдам екенімізді көрсетеміз. Жүгіру. Ал енді қандай епті әрі күшті екенімізді көрсетеміз. Шеңберге тұруды ұсынады. «Қазір қонжық әрқайсымызға бір-бірден жаңғақ береді. Біз оған жаңғақпен қандай жаттығу жасауға болатынын көрсетеміз.				
Ұйымдастыру.					

ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Жалпы дамытушы жаттығулар: Көзбен бағдарлай отырып, ауызша нұсқаулармен ойын түріндегі жаттығуларды (жануарлардың қозғалысына еліктеу) педагогпен бірге орындауға үйрету. Негізгі қимылдар: Жүру: 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; Жүгіру: Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен, қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру, аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, шеңбер бойлап, тоқтай қалып, "жыланша", заттарды айналып өтіп, алаңның бір жағынан екінші жағына және т.с.с. жүгіру; Секіру: Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру. Лақтыру, қағып алу: Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату, қақпадан асыра лақтыру, допты екі қолымен көкірек тұсынан кері, екі қолмен жоғары, бастан асыра, жоғарыға, еденге (жерге) қарай төмен лақтыру, допты қағып алу машықтарын қалыптастыру. Көлденең нысанаға, алысқа, тура нысанға лақтыру; Еңбектеу, өрмелеу: 40 см биіктіктегі доғамен, арқанмен, еңіс тақта бойымен, бөрене арқылы орындық аяқтары арасымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру; Тепе-теңдікті сақтау: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру. Құндылық: жеке қауіпсіздік ережелерін сақтау.
IV. ҰІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	«Қонжықпен қоштасатын сәт келді. Біз бүгін қонжыққа жаңғақтармен жаттығу жасауды, «жолдан» дұрыс өтуді, аяқтың ұшымен жүгіруді және секіруді үйреттік».

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 12-16 мамыр 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
ҮІӨ мақсаты	Тыныс алу жаттығуын мәтін бойынша орындауды үйрету.				
Күтілетін нәтиже:	еңбектеу кезінде қозғалыс бағытын сақтауды, қимыл-қозғалысты тақпақ мәтініне сәйкес орындауды; бір орында секіру, жүтіргенде педагогтің берген белгісімен тоқтауды меңгереді				
Тілдік мақсат:	сәлеметсіз бе ,сау болыңыз ,орман, есек, сона				
ҮІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Балалармен амандасу 2.Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру. «Орман аңдары» 1. «Аю» Қолды белге қойып, (қорбандап) табанды нық басып жүру. 2. «Түлкі» Қолды жанға ұстап, (қуланып) бір сызықпен жүру. 3. «Көжек» Қолды кеуденің алдында иіп, қос аяқпен секіру. 4. «Қасқыр» Баяу жүтіру, жылдам жүтіру.				
ҮІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	Жалпы дамытушы жаттығулар: Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Қолға және иық белдеуіне, денеге, аяққа арналған жаттығулар қолдарын жоғарыға және жанына көтеру. Негізгі қимылдар:				

	Жүру: 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; Жүгіру: аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, шеңбер бойлап, тоқтай қалып, "жыланша", заттарды айналып өтіп, алаңның бір жағынан екінші жағына және т.с.с. жүгіру; Секіру:Тұрған жерінен ұзындыққа, 5-10 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру дағдыларын қалыптастыру; Лақтыру, қағып алу: допты қағып алу машықтарын қалыптастыру. Көлденең нысанаға, алысқа, тура нысанға лақтыру; Еңбектеу, өрмелеу: 40 см биіктіктегі доғамен, арқанмен, еңіс тақта бойымен, бөрене арқылы орындық аяқтары арасымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру; Тепе-теңдікті сақтау: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру. Құндылық:ұлттық мерекелер, ойындар, дәстүрлер туралы білімдері
IV. ҮІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Балаларды мадақтау.

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: « Балбөбек » бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 19 – 23 мамыр 2024 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
ҮІӨ міндеті	биіктен секіру, төрттағандап еңбектеу дағдысын қалыптастыру.				
Күтілетін нәтиже:	ойындағы іс-әрекеттерді, биіктігі 15 см заттың үстінен секіреді, затсыз жалпы дамытатын жаттығуларды орындай алады.				
Тілдік мақсат:	Сәлеметсізбе, сау болыңыз.				
ҮІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу Шеңбермен жүру. Педагогтың артынан жүру,жүгіру. Шеңберге тұру. Балаларға жалаушалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу				
ҮІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі бөлім Жалпы дамытушы жаттығулар: Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Қолға және иық белдеуіне, денеге, аяққа арналған жаттығулар қолдарын жоғарыға және жанына көтеру. Негізгі қимылдар: Жүру: заттарды айналып өтіп, төбешікке шығып және төбешіктен түсіп саппен жүру; Жүгіру: аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, шеңбер бойлап, тоқтай қалып, "жыланша", заттарды айналып өтіп, алаңның бір жағынан екінші жағына және т.с.с. жүгіру; Секіру:Тұрған жерінен ұзындыққа, 5-10 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру дағдыларын қалыптастыру; Лақтыру, қағып алу: допты қағып алу машықтарын қалыптастыру. Көлденең нысанаға, алысқа, тура нысанға лақтыру; Еңбектеу, өрмелеу: 40 см биіктіктегі доғамен, арқанмен, еңіс тақта бойымен, бөрене арқылы орындық аяқтары арасымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру; Тепе-теңдікті сақтау: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын				

	қалыптастыру. Құндылық: ұлттық мерекелер, ойындар, дәстүрлер туралы білімдері
IV. ҰІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Балаларды мадақтау

Әдіскер _____ Г.Ж.Ермекбаева

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024-2025 оқу жылдарына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» бөбекжайы КМҚК

Топ: «Балапан, Қарлығаш» ересек тобы

Балалардың жас ерекшеліктері: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 26– 30 мамыр 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: А.Б.Жұмағұлов

Күн тәртібінің үлгісі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Міндеті	денсаулық сақтау технологиясын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту екі қатар болып сапқа тұру, сылдырмақтармен жаттығу жасау, екі қолымен кеуде тұсынан допты лақтыруды; сылдырмақ не үшін қолданылатынын, жүрген кезде сылдырмақтармен әртүрлі тапсырмалар орындауды, тақтайшамен төрттағандап еңбектеуді; аяқтың ұшымен жүру тәсілдерін, үш-үштен бірігіп допты лақтыруды орындауды, педагогтің көмегімен залда бағдарын айқындауды.				
ҰІӨ мақсаты					
Күтілетін нәтиже:	сәлеметсіз бе ,сау болыңыз ,сыйлық				
Тілдік мақсат:	Сұрақ-жауап				
ҰІӨ өткізілу барысы					
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет				

I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру.	Кіріспе бөлім. Амандасу «Қатты-ақырын» ойын жаттығуы. Тізбекте бір-бірден қолдарын түрлі қалыпта ұстап жүреді. «Қатты» деген белгі бойынша – сылдырмақты сылдырлатады, «ақырын» деген белгі бойынша – аяқтарының ұшымен жүреді, тыныштық сақтауға тырысады. Қызығушылықты ояту. Балалардың назарын қарапайым қорапшаға аудару. Егер балалар педагогтің тапсырмасын дұрыс орындаса, қорапшада сыйлықтар болуы мүмкін.
ҰІӨ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс	Негізгі кезең. Жалпы даму жаттығулары. Сылдырмақпен Негізгі бөлім: Б. қ: «Ара ұшты» 1. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар бүйірде. Басты оң иықтан сол иыққа қарай, сол оңға қарай иілту. «з-з-з» деп айту. /5 рет қайталау/ Б. қ.: «Айдаһардың құйрығы» 2. Аяқтары алшақ қойылған, қолдары бүйірде, оңға - солға бұрылу, Әр бұрылған сайын «көрдім» деп айту. / 5 рет қайталау/ Б.қ. : «Қайшы» 3. Аяқтары алшақ қойылған, Қолды алдыға созып, оң қолмен сол қолды айқастырып, қайшылау. / 5 рет қайталау/ Б. қ.: «Қоян қашты» 4. Аяқтарын біріктіру. Қолдарын қоянның аяғына ұқсату. Орнында секіру. /15-20 секунд/ Қорытынды: «Айналу» - бір - бірінің қолынан ұстай отырып, айнала жүгіру. Шеңбер бойы маршпен жүру.

	Тыныс алу жаттығулары: 1 – 2, 3 - 4 есебінде танаудың әр тесігінен кезек - кезек демді ішке тартады; дем алуды бөгеп, сыртқа шығарады. Негізгі қимылдарды орындау: 1.Еденге қойылған тақтайша үстінде төрттағандап еңбектеу. Көпір үстімен залдың қарсы жағына еңбектеп өту. Нұсқау – тек көпір үстімен. 2.Кеуде тұсынан допты екі қолмен лақтыру – доп лақтырғаннан кейін қолды созу. Қозғалыс ойын: «Затты тауып ал». Балаларды (әр бала үшін жасырылған ойыншығы бар) ғажайып қорапшаны іздеп табу үшін жұмсайды.
IV. ҰІӨ-нің қорытындысы. Рефлексия	Әркім өзіне сыйлық таңдап алуды ұсынады.

Әдіскер _____Г.Ж.Ермекбаева