

2023-2024 ж.ж. 04 – 07 наурыз аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: «Салттар мен фольклор»				
Таңғы жаттығу	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Тыныс алу жаттығулары. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Допты тігінен тұрған нысанаға лақтыру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Терең дем алу. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Бунамамен орындалатын жаттығулар.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Оңға, солға иілу. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жүру мен жүгіру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Бір орында секіру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Гимнастикалық жаттығуларды орындау.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Бір орында жүру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары.
ҮІҚ дайындық	08.30 – 09.00 Ұлттық ойындар тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.30 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.30 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.30 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.30 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.
ҮІӨ өткізу	09.00 – 09.20 «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеп жүру. Бағдарламалық мазмұны:	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеп жүру. Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету.	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Сапқа тұру, 2 шеңбер құру Бағдарламалық мазмұны: Заттарды аттай, теріс	09.00 – 09.20 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеп жүру. Бағдарламалық	09.00 – 09.20 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Сапқа тұру, 2 шеңбер құру Бағдарламалық мазмұны: Заттарды аттай, теріс қарап

	1. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету. 2. Еңбектеп жүруге үйрету арқылы ептілік, шапшаңдық сияқты қасиеттерді дамыту. 3. Допты бастан асырып, екі қолмен лақтыру Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны.	2. Еңбектеп жүруге үйрету арқылы ептілік, шапшаңдық сияқты қасиеттерді дамыту. 3. Допты бастан асырып, екі қолмен лақтыру Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны. «Семпветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Сапқа тұру, 2 шеңбер құру Бағдарламалық мазмұны: Заттарды аттай, теріс қарап алға қарай жүру, қысқа және кең адыммен бастаушыны ауыстыра жүру, қол ұстасып шеңбер бойы шашаырап жүгіруге, сапқа тұру, саптан екі шеңбер құруға жаттықтыру. Ойын түрі: «Асықтар» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеп жүру. Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету. 2. Еңбектеп жүруге үйрету	қарап алға қарай жүру, қысқа және кең адыммен бастаушыны ауыстыра жүру, қол ұстасып шеңбер бойы шашаырап жүгіруге, сапқа тұру, саптан екі шеңбер құруға жаттықтыру. Ойын түрі: «Асықтар» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеп жүру. Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету. 2. Еңбектеп жүруге үйрету арқылы ептілік, шапшаңдық сияқты қасиеттерді дамыту. 3. Допты бастан асырып, екі қолмен лақтыру Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Балдәурен» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеп жүру.	мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету. 2. Еңбектеп жүруге үйрету арқылы ептілік, шапшаңдық сияқты қасиеттерді дамыту. 3. Допты бастан асырып, екі қолмен лақтыру Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Сапқа тұру, 2 шеңбер құру Бағдарламалық мазмұны: Заттарды аттай, теріс қарап алға қарай жүру, қысқа және кең адыммен бастаушыны ауыстыра жүру, қол ұстасып шеңбер бойы	алға қарай жүру, қысқа және кең адыммен бастаушыны ауыстыра жүру, қол ұстасып шеңбер бойы шашаырап жүгіруге, сапқа тұру, саптан екі шеңбер құруға жаттықтыру. Ойын түрі: «Асықтар» қимыл-қозғалыс ойыны. 09.30 – 09.50 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Сапқа тұру, 2 шеңбер құру Бағдарламалық мазмұны: Заттарды аттай, теріс қарап алға қарай жүру, қысқа және кең адыммен бастаушыны ауыстыра жүру, қол ұстасып шеңбер бойы шашаырап жүгіруге, сапқа тұру, саптан екі шеңбер құруға жаттықтыру. Ойын түрі: «Асықтар» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеп жүру. Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету. 2. Еңбектеп жүруге үйрету
--	---	---	--	---	---

		арқылы ептілік, шапшаңдық сияқты қасиеттерді дамыту. 3. Допты бастан асырып, екі қолмен лақтыру Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны.	Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету. 2. Еңбектеп жүруге үйрету арқылы ептілік, шапшаңдық сияқты қасиеттерді дамыту. 3. Допты бастан асырып, екі қолмен лақтыру Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны.	шашаырап жүгіруге, сапқа тұру, саптан екі шеңбер құруға жаттықтыру. Ойын түрі: «Асықтар» қимыл-қозғалыс ойыны.	арқылы ептілік, шапшаңдық сияқты қасиеттерді дамыту. 3. Допты бастан асырып, екі қолмен лақтыру Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балдәурен» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Сапқа тұру. 2 шеңбер құру Бағдарламалық мазмұны: Заттарды аттай, теріс қарап алға қарай жүру, қысқа және кең адыммен бастаушыны ауыстыра жүру, қол ұстасып шеңбер бойы шашаырап жүгіруге, сапқа тұру, саптан екі шеңбер құруға жаттықтыру. Ойын түрі: «Асықтар» қимыл-қозғалыс ойыны.
Топпен жұмыс	10.30 – 11.00 «Қонжық» тобы Максаты: жалпы дамыту жаттығуларын орындау. «Допты тордан өткіз» ойыны				
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абасв Д.	11.00 – 11.15 «Семицветик» тобы Айтқұл А.	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Әбдуәлиев Н.	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Бектурган.К	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Дархан І.

Такырыбы: Ептілікті дамыту. Ептілікті дамытута арналган жаттыгулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап!» 11.15 – 11.30 Акмажнев Д. Такырыбы: допты кагып алуға үйрету. Ойын түрі: «Кім жаксы секіреді?» 11.30 – 11.45 Акмажнев А. Такырыбы: допты жылдамдыкпен лактыру. Допты лактыруды үйрету. Ойын түрі: «Аңшылар» 11.45 – 12.00 Ергали К. Такырыбы: күшті дамыту жаттыгулары. Ойын түрі: «Аюдың апаны» 12.00 – 12.15 Сабыр Ө. Такырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» 12.15 – 12.30 Онгарова А. Такырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	Такырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» 11.15 – 11.30 Амангелді Н. Такырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. Ойын түрі: «Ұшты-ұшты» 11.30-11.45 Ғанибай Қ. Такырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. Ойын түрі: «Жаяу көкпар» ойыны 11.45 -12.00 Дүйсенова С. Такырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» ойыны 12.00 – 12.15 Жоламан А. Такырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. Ойын түрі: «Торғайлар мен мысық». 12.15 - 12.30 Жаксылық М. Такырыбы: кардан ақкала жасауды үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр»	Такырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. Ойын түрі: «Сақина» 11.15 – 11.30 Жанпулатов Р. Такырыбы: Гимнастикалык жаттыгулар. Ойын түрі: «Көріңбейтін тақия» 11.30 – 11.45 Жүсіп Ж. Такырыбы: Бір орында орындалатын жаттыгулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап». 11.45 – 12.00 Изтилеуов Т. Такырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. Ойын түрі: «Ұлла карды үрлеу». 12.00 – 12.15 Сауытбаева Н. Такырыбы: Ұзындыққа секіру. Ойын түрі: «Балапандар» 12.15 – 12.30 Төлеубай И. Такырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы. Ойын түрі: «Кемпір-қосақ»	Такырыбы: допты жоғарыдан беру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр». 11.15 – 11.30 Бланов.Н Такырыбы: допты жерге соғу. Ойын түрі: «Кім кетті?» кимыл-қозғалысы аз ойын 11.30 – 11.45 Бөгетбай.Е Такырыбы: шеңбер бойымен жүру. Ойын түрі: «Күміс алу» 11.45 – 12.00 Ибрагим.И Такырыбы: бір орында секіру. Ойын түрі: «Құстар мен мысық» 12.00 – 12.15 Искалиев.А Такырыбы: Үлкен доппен секіру. Ойын түрі: «Аттар» кимыл – қозғалыс ойыны 12.15 – 12.30 Қамбар. С Такырыбы: допты кеуде тұсында лактыру.	Такырыбы. Оң қолмен затты лактыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» кимыл қозғалыс ойыны 11.15 – 11.30 Базарбаев.Н Такырыбы: көс аякпен секіру жаттыгулары. Ойын түрі: «Соқыр теке» ойыны. 11.30 – 11.45 Балтабек.А Такырыбы: кеудені көтеру. Ойын түрі: «Шанамен жарысу» ойыны 11.45-12.00 Ерболатова.А Такырыбы: допты орнына апарып қою Ойын түрі: «Кеглиді құлат!» кимыл – қозғалыс ойыны 12.00-12.15 Исентаева А. Такырыбы: кедергілердің астымен жүру. Ойын түрі: «Қамалды қорға» 12.15 – 12.30 Қосдәулетов Е. Такырыбы: Сол қолмен затты лактыру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр».
--	--	--	--	---

	Ойын түрі: «Ұпақтар»			Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» кимыл – қозғалыс ойыны.	
Педагогтармен ақыл – кеңес	12.30-13.00 «Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге ұлттық ойын бойынша кеңес беру.	12.30-13.00 «Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	12.30-13.00 «Ақбота» тобы Тәрбиешілерге ұлттық ойындарын көрсету.	12.30-13.00 «Семицветик» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	12.30-13.00 «Балдәурен» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
ҮІК дайындық	13.00-13.30 Қазақтың ұлттық ойындары.	13.00-13.30 Асық ату ойынын жетілдіру.	13.00-13.30 Ұлттық спорт түрі «арқан тартыс»бойынша сабақты жоспарлау.	13.00-13.30 Спорт денсаулық – кепілі жарыс түрінде.	13.00-13.30 Екі топ бойынша көңілді ойындарды жоспарлау.
Ата – анамен жұмыс	13.30-14.00 «Қарлығаш» тобы ата-аналарымен «кимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл- кеңес өткізу.	13.30-14.00 «Ақбота» тобы ата – аналарына асық ату ойыны туралы мәліметтер беру.	13.30-14.00 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	13.30-14.00 «Балақай» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	13.30-14.00 «Қонжық» тобы ата- аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.

2023-2024 ж.ж 11- 15 наурыз аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Табиғаттың гүлденуі				
Таңғы жаттығу	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Тыныс алу жаттығулары. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Допты тігінен тұрған нысанаға лақтыру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Қол жоғарыда, аяқ ұшымен жүру. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Қолды алға созып, тізені алақанға тигізіп жүгіру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Оңға, солға иілу. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жүру мен жүгіру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Бір орында секіру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Гимнастикалық жаттығуларды орындау.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Бір орында жүру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары.
ҮІҚ дайындық	08.30– 09.00 Ұлттық ойындар тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.30 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.30 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.30 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.30 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.
ҮІӘ өткізу	09.00 – 09.20 «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір орында тұрып ұзындыққа секіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір орында тұрып, ұзындыққа секіруге	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір орында тұрып ұзындыққа секіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір орында тұрып, ұзындыққа секіруге	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Допты домалату Бағдарламалық мазмұны: 1. Допты бір-біріне лақтыруды үйрету.	09.00 – 09.20 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Допты домалату Бағдарламалық мазмұны: 1. Допты бір-біріне	09.00 – 09.20 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Допты домалату Бағдарламалық мазмұны: 1. Допты бір-біріне лақтыруды үйрету. 2. Белгіге назар аударып, жылдам жауап беру

	үйрету. 2. Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимылдарын реттеу. Ойын түрі: «Жалаушаны асыра лақтыр» қимыл-қозғалыс ойыны.	үйрету. 2. Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимылдарын реттеу. Ойын түрі: «Жалаушаны асыра лақтыр» қимыл-қозғалыс ойыны. «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Допты домалату Бағдарламалық мазмұны: 1. Допты бір-біріне лақтыруды үйрету. 2. Белгіге назар аударып, жылдам жауап беру дағдысын қалыптастыру. 3. Лақтыруды жетілдіру Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір орында тұрып ұзындыққа секіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір орында тұрып, ұзындыққа секіруге үйрету. 2. Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимылдарын реттеу. Ойын түрі: «Жалаушаны асыра лақтыр» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір орында тұрып ұзындыққа секіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір орында тұрып, ұзындыққа секіруге	2. Белгіге назар аударып, жылдам жауап беру дағдысын қалыптастыру. 3. Лақтыруды жетілдіру Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір орында тұрып ұзындыққа секіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір орында тұрып, ұзындыққа секіруге үйрету. 2. Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимылдарын реттеу. Ойын түрі: «Жалаушаны асыра лақтыр» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Балдәурен» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір орында тұрып ұзындыққа секіру	лақтыруды үйрету. 2. Белгіге назар аударып, жылдам жауап беру дағдысын қалыптастыру. 3. Лақтыруды жетілдіру Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Допты домалату Бағдарламалық мазмұны: 1. Допты бір-біріне лақтыруды үйрету. 2. Белгіге назар аударып, жылдам жауап беру дағдысын қалыптастыру. 3. Лақтыруды жетілдіру Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны.	дағдысын қалыптастыру. 3. Лақтыруды жетілдіру Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны. 09.30 – 09.50 «Ақбота» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір орында тұрып ұзындыққа секіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір орында тұрып, ұзындыққа секіруге үйрету. 2. Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимылдарын реттеу. Ойын түрі: «Жалаушаны асыра лақтыр» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір орында тұрып ұзындыққа секіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір орында тұрып, ұзындыққа секіруге үйрету. 2. Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимылдарын реттеу. Ойын түрі: «Жалаушаны асыра лақтыр» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50
--	---	--	---	--	---

		үйрету. 2. Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимылдарын реттеу. Ойын түрі: «Жалаушаны асыра лақтыр» қимыл-қозғалыс ойыны.	Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір орында тұрып, ұзындыққа секіруге үйрету. 2. Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимылдарын реттеу. Ойын түрі: «Жалаушаны асыра лақтыр» қимыл-қозғалыс ойыны.		«Балдәурен» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Допты домалату Бағдарламалық мазмұны: 1. Допты бір-біріне лақтыруды үйрету. 2. Белгіге назар аударып, жылдам жауап беру дағдысын қалыптастыру. 3. Лақтыруды жетілдіру Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны.
Топпен жұмыс				10.30-11.00 «Қарлығаш» тобы Максаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны	
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абаев Д. Тақырыбы: Ептілікті дамыту. Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап!» 11.15 – 11.30 Ақмажнев Д. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. Ойын түрі: «Кім жақсы секіреді?» 11.30 – 11.45	11.00 – 11.15 «Семицветик» тобы Айтқұл А. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» 11.15 – 11.30 Амангелді Н. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. Ойын түрі: «Үшты-үшты» 11.30-11.45 Ғанибай Қ. Тақырыбы: шаңғыны	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Әбдуәлиев Н. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. Ойын түрі: «Сақина» 11.15 – 11.30 Жанпулатов Р. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. Ойын түрі: «Көрінбейтін тақия» 11.30 – 11.45 Жүсіп Ж.	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Бектұрған.К Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр». 11.15 – 11.30 Бланов.Н Тақырыбы: допты жерге соғу. Ойын түрі: «Кім кетті?» қимыл-қозғалысы аз ойын 11.30 – 11.45 Бөгетбай.Е	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Дархан І. Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл қозғалыс ойыны 11.15 – 11.30 Базарбаев.Н Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. Ойын түрі: «Соқыр теке» ойыны. 11.30 – 11.45 Балтабек.А Тақырыбы: кеудені көтеру.

	Акмажиев А. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. Ойын түрі: «Аңшылар» 11.45 – 12.00 Ергали К. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. Ойын түрі: «Аюдың апаны» 12.00 – 12.15 Сабыр Ө. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» 12.15 – 12.30 Онгарова А. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету. Ойын түрі: «Ұшақтар»	майлап тазалауды үйрету. Ойын түрі: «Жаяу көкпар» ойыны 11.45 -12.00 Дүйсенова С. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» ойыны 12.00 – 12.15 Жоламан А. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. Ойын түрі: «Торғайлар мен мысық». 12.15 - 12.30 Жақсылық М. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр»	Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап». 11.45 – 12.00 Изтилеуов Т. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. Ойын түрі: «Ұлпа қарды үрлеу». 12.00 – 12.15 Сауытбаева Н. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. Ойын түрі: «Балапандар» 12.15 – 12.30 Төлеубай И. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы. Ойын түрі: «Кемпір-косақ»	Тақырыбы:шенбер бойымен жүру. Ойын түрі: «Күміс алу» 11.45 – 12.00 Ибрагим.И Тақырыбы:бір орында секіру. Ойын түрі: «Құстар мен мысық» 12.00 – 12.15 Искалиев.А Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. Ойын түрі: «Аттар» қимыл – қозғалыс ойыны 12.15 – 12.30 Қамбар. С Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл –қозғалыс ойыны.	Ойын түрі: «Шанамен жарысу» ойыны 11.45-12.00 Ерболатова.А Тақырыбы: допты орнына апарып қою Ойын түрі: «Кеглиді құлат!» кимыл –қозғалыс ойыны 12.00-12.15 Иссентаева А. Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. Ойын түрі: «Қамалды қорға» 12.15 – 12.30 Қосдәулетов Е. Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр».
Педагогтармен ақыл – кеңес	12.30-13.00 «Ақбота» тобы Тәрбиешілерге ұлттық ойын бойынша кеңес беру.	12.30-13.00 «Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	12.30-13.00 «Балдәурен» тобы Тәрбиешілерге ұлттық ойындарын көрсету..	12.30-13.00 «Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	12.30-13.00 «Балақай» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
ҮІҚ дайындық	13.00-13.30 Қазақтың ұлттық ойындары.	13.00-13.30 Асық ату ойынын жегілдіру.	13.00-13.30 Ұлттық спорт түрі «арқан	13.00-13.30 Спорт денсаулық – кепілі жарыс	13.00-13.30 Екі топ бойынша көңілді ойындарды жоспарлау.

			таргыс»бойынша оқу қызметін жоспарлау.	түрінде.	
Ата – анамен жұмыс	13.30-14.00 «Қонжық» тобы ата-аналарымен «кимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	13.30-14.00 «Балақай» тобы ата – аналарына асық ату ойыны туралы мәліметтер беру.	13.30-14.00 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	13.30-14.00 «Ақбота» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	13.30-14.00 «Семицветик» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.

2023-2024 ж.ж 18-20 наурыз аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Табиғаттың гүлденуі				
Тәңгі жаттығу	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Саптық жаттығуларды орындау. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Қысқа секіртпемен секіру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Терең дем алу. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Бунамамен орындалатын жаттығулар.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Оңға, солға иілу. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Допты тордан өткізу.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Бір орында секіру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Гимнастикалық жаттығуларды орындау.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Бір орында жүру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары.
ҰІҚ дайындық	08.30 – 09.00 Жүру тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.30 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.30 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.30 – 09.00 Ұзындыққа секіретін алаңды белгілеу, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.30 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.
ҰІӨ өткізу	09.00 – 09.20 «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қайталамалы жүгіру (челночный бег).	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қайталамалы жүгіру (челночный бег). Бағдарламалық мазмұны: 1. Қайталамалы жүгіруге жаттықтыру.	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұру, қолды шетке соза сап түзеу Бағдарламалық мазмұны:	09.00 – 09.20 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қайталамалы жүгіру (челночный бег). Бағдарламалық мазмұны:	09.00 – 09.20 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұру, қолды шетке соза сап түзеу Бағдарламалық мазмұны: Қолды екі жаққа созып, бір

Бағдарламалық мазмұны: 1. Қайталамалы жүгіруге жаттықтыру. 2. Шапшаңдық, ептілік сынды қасиеттерді дамыту. 3. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету Ойын түрі: «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны.	2. Шапшаңдық, ептілік сынды қасиеттерді дамыту. 3. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету Ойын түрі: «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны. «Семницетик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапка тұру, қолды шетке соза сап түзеу Бағдарламалық мазмұны: Қолды екі жаққа созып, бір қатар сапка тұру, аяқты-аякқа тақап қойып алға, шетке қарай жүруге тізені жоғары көтере, қос санын сабалай баяу жүгіруді жүрумен алмастыру, қимылды өз жұбымен келесі орындауға жаттықтыру Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қайталамалы жүгіру (челночный бег). Бағдарламалық мазмұны:	Қолды екі жаққа созып, бір қатар сапка тұру, аяқты-аякқа тақап қойып алға, шетке қарай жүруге тізені жоғары көтере, қос санын сабалай баяу жүгіруді жүрумен алмастыру, қимылды өз жұбымен келесі орындауға жаттықтыру Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қайталамалы жүгіру (челночный бег). Бағдарламалық мазмұны: 1. Қайталамалы жүгіруге жаттықтыру. 2. Шапшаңдық, ептілік сынды қасиеттерді дамыту. 3. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету Ойын түрі: «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Балдәурен» тобы	1. Қайталамалы жүгіруге жаттықтыру. 2. Шапшаңдық, ептілік сынды қасиеттерді дамыту. 3. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету Ойын түрі: «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапка тұру, қолды шетке соза сап түзеу Бағдарламалық мазмұны: Қолды екі жаққа созып, бір қатар сапка тұру, аяқты-аякқа тақап қойып алға, шетке қарай жүруге тізені жоғары көтере, қос санын сабалай баяу жүгіруді жүрумен алмастыру, қимылды өз жұбымен келесі орындауға жаттықтыру Ойын түрі: «Аңшылар мен	қатар сапка тұру, аяқты-аякқа тақап қойып алға, шетке қарай жүруге тізені жоғары көтере, қос санын сабалай баяу жүгіруді жүрумен алмастыру, қимылды өз жұбымен келесі орындауға жаттықтыру Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны. 09.30 – 09.50 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапка тұру, қолды шетке соза сап түзеу Бағдарламалық мазмұны: Қолды екі жаққа созып, бір қатар сапка тұру, аяқты-аякқа тақап қойып алға, шетке қарай жүруге тізені жоғары көтере, қос санын сабалай баяу жүгіруді жүрумен алмастыру, қимылды өз жұбымен келесі орындауға жаттықтыру Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қайталамалы жүгіру (челночный бег).	қатар сапка тұру, аяқты-аякқа тақап қойып алға, шетке қарай жүруге тізені жоғары көтере, қос санын сабалай баяу жүгіруді жүрумен алмастыру, қимылды өз жұбымен келесі орындауға жаттықтыру Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны. 09.30 – 09.50 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапка тұру, қолды шетке соза сап түзеу Бағдарламалық мазмұны: Қолды екі жаққа созып, бір қатар сапка тұру, аяқты-аякқа тақап қойып алға, шетке қарай жүруге тізені жоғары көтере, қос санын сабалай баяу жүгіруді жүрумен алмастыру, қимылды өз жұбымен келесі орындауға жаттықтыру Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қайталамалы жүгіру (челночный бег).
---	--	--	---	--	--

		1. Қайталамалы жүгіруге жаттықтыру. 2. Шапшаңдық, ептілік сынды қасиеттерді дамыту. 3. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету Ойын түрі: «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны.	Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қайталамалы жүгіру (челночный бег). Бағдарламалық мазмұны: 1. Қайталамалы жүгіруге жаттықтыру. 2. Шапшаңдық, ептілік сынды қасиеттерді дамыту. 3. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету Ойын түрі: «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны.	қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны.	Бағдарламалық мазмұны: 1. Қайталамалы жүгіруге жаттықтыру. 2. Шапшаңдық, ептілік сынды қасиеттерді дамыту. 3. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету Ойын түрі: «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балдәурен» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапка тұру, қолды шетке соза сап түзеу Бағдарламалық мазмұны: Қолды екі жаққа созып, бір қатар сапка тұру, аяқты-аяққа тақап қойып ална, шетке қарай жүруге тізені жоғары көтере, қос санын сабалай баяу жүгіруді жүрумен алмастыру, қимылды өз жұбымен келесі орындауға жаттықтыру Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны.
Топпен жұмыс				10.30-11.00 «Қарлығаш» тобы Мақсаты: бір орында тұрып ұзындыққа секіру. «Кенгуру» ойыны	
Балалармен жүргізілетін	11.00-11.15 «Қонжық» тобы.	11.00 – 11.15 «Семицветик» тобы	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы

жеке жұмыс	Абаев Д. Тақырыбы: Ептілікті дамыту. Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап!» 11.15 – 11.30 Ақмажиев Д. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. Ойын түрі: «Кім жақсы секіреді?» 11.30 – 11.45 Ақмажиев А. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. Ойын түрі: «Аңшылар» 11.45 – 12.00 Ергали К. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. Ойын түрі: «Аюдың апаны» 12.00 – 12.15 Сабыр Ө. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» 12.15 – 12.30	Айтқұл А. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» 11.15 – 11.30 Амангелді Н. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. Ойын түрі: «Ұшты-ұшты» 11.30-11.45 Ғанибай Қ. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. Ойын түрі: «Жаяу көкпар» ойыны 11.45 -12.00 Дүйсенова С. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» ойыны 12.00 – 12.15 Жоламан А. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. Ойын түрі: «Торғайлар мен мысық». 12.15 - 12.30 Жақсылық М. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр»	Әбдуәлиев Н. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. Ойын түрі: «Сақина» 11.15 – 11.30 Жанпулатов Р. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. Ойын түрі: «Көрінбейтін тақия» 11.30 – 11.45 Жүсіп Ж. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап». 11.45 – 12.00 Изтилеуов Т. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. Ойын түрі: «Ұлпа қарды үрлеу». 12.00 – 12.15 Сауытбаева Н. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. Ойын түрі: «Балапандар» 12.15 – 12.30 Төлеубай И. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы.	Бектұрған.К Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр». 11.15 – 11.30 Бланов.Н Тақырыбы: допты жерге соғу. Ойын түрі: «Кім кетті?» қимыл-қозғалысы аз ойын 11.30 – 11.45 Бөгетбай.Е Тақырыбы: шеңбер бойымен жүру. Ойын түрі: «Күміс алу» 11.45 – 12.00 Ибрагим.И Тақырыбы: бір орында секіру. Ойын түрі: «Құстар мен мысық» 12.00 – 12.15 Искалиев.А Тақырыбы: Үлкен доппен секіру. Ойын түрі: «Аттар» қимыл – қозғалыс ойыны 12.15 – 12.30 Қамбар. С Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру. Ойын түрі: «Допты	Дархан І. Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл қозғалыс ойыны 11.15 – 11.30 Базарбаев.Н Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. Ойын түрі: «Соқыр теке» ойыны. 11.30 – 11.45 Балтабек.А Тақырыбы: кеудені көтеру. Ойын түрі: «Шанамен жарысу» ойыны 11.45-12.00 Ерболатова.А Тақырыбы: допты орнына апарып қою Ойын түрі: «Кеглиді құлат!» қимыл – қозғалыс ойыны 12.00-12.15 Исентаева А. Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. Ойын түрі: «Қамалды қорға» 12.15 – 12.30 Қосдәулетов Е. Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр».
------------	---	--	---	--	---

	Онгарова А. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету. Ойын түрі: «Ұшақтар»		Ойын түрі: «Кемпір- қосақ»	тордан өткізу» қимыл –қозғалыс ойыны.	
Педагогтармен ақыл – кеңес	12.30-13.00 «Балдәурен» тобы Тәрбиешілерге ұлттық ойын бойынша кеңес беру.	12.30-13.00 «Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	12.30-13.00 «Балақай» тобы Тәрбиешілерге қимыл – қозғалыс ойындарын үйрету.	12.30-13.00 «Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	12.30-13.00 «Ақбота» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
ҮІҚ дайындық	13.00-13.30 Спорттық жарыстарды ұйымдастыру..	13.00-13.30 Көңілді эстафеталық жарыстарды жоспарлау.	13.00-13.30 Ұлттық спорт түрі «арқан тартыс»бойынша оқу қызметін жоспарлау.	13.00-13.30 Спорт денсаулық – кепілі жарыс түрінде.	13.00-13.30 Кім жылдам? Кім күшті? Екі топ бойынша көңілді ойындарды жоспарлау.
Ата – анамен жұмыс	13.30-14.00 «Қонжық» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл- кеңес өткізу.	13.30-14.00 «Ақбота» тобы ата – аналарымен көңілді ойындар туралы мәліметтер беру.	13.30-14.00 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	13.30-14.00 «Семицветик» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	13.30-14.00 «Қарлығаш» тобы ата- аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.

2023-2024 ж.ж. 26 - 29 наурыз аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындыковтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Табиғаттың гүлденуі				
Таңғы жаттығу	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Саптық жаттығуларды орындау. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Қысқа секіртпемен секіру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Шеңбер бойымен қиғаш жүру. Жартылай отырып жүру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Тыныс алу жаттығуларын орындау.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Қол жоғарыда, аяқ ұшымен жүру. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Қолды алға созып, тізені алақанға тигізіп жүгіру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Оң қол жоғарыда, сол қол төменде, қолды артқа серпу. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Гномики тобы. Семицветик тобы. Жүгіру жаттығуларын орындау.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Аяқ арасы иық деңгейінде, басты оңға, солға, артқа, алға айналдыру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Гимнастикалық жаттығуларды орындау.
ҰҚ дайындық	08.30 – 09.00 Балалардың дене жаттығуларын жасауға деген қызығушылықтарын арттыру.	08.30 – 09.00 Кіші доптарды лақтыруға дайындау, доптарды шығару.	08.30 – 09.00 Тақырып бойынша керекті құралдарды дайындау	08.30 – 09.00 Жүру сабағына жүйелі түрде дайындық жүргізу.	08.30 – 09.00 Сабакка керек гимнастикалық бөренені, гимнастикалық қабырғаны дайындау.
ҰІӨ өткізу	09.00 – 09.20 «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны:	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны:	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны:	09.00 – 09.20 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны:	09.00 – 09.20 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны: 1.Тігінен тұрған нысанаға оң және сол

1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны: 1.Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Ептілік қасиетін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту:	1.Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Ептілік қасиетін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Балдәурен» тобы	1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны: 1.Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Ептілік қасиетін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны.	қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Ептілік қасиетін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны. 09.30 – 09.50 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны: 1.Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Ептілік қасиетін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын
--	--	---	--	--

		Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.		жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балдәурен» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны: 1.Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Ептілік қасиетін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету. Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны.
Топпен жұмыс				10.30-11.00 «Балдәурен» тобы Мақсаты:	

				гимнастикалық кабырғаға өрмелеу «Кім жылдам» ойыны	
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абаев Д. Тақырыбы: Ептілікті дамыту. Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап!» 11.15 – 11.30 Ақмажиев Д. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. Ойын түрі: «Кім жақсы секіреді?» 11.30 – 11.45 Ақмажиев А. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. Ойын түрі: «Аңшылар» 11.45 – 12.00 Ергали К. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. Ойын түрі: «Аюдың апаны» 12.00 – 12.15 Сабыр Ө. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз»	11.00 – 11.15 «Семицветик» тобы Айтқұл А. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» 11.15 – 11.30 Амангелді Н. Тақырыбы: шаңғымен сырганауды үйрету. Ойын түрі: «Ұшты- ұшты» 11.30-11.45 Ғанибай Қ. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. Ойын түрі: «Жаяу көкпар» ойыны 11.45 -12.00 Дүйсенова С. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» ойыны 12.00 – 12.15 Жоламан А. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. Ойын түрі: «Торғайлар мен мысық». 12.15 - 12.30 Жаксылық М.	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Әбдуәлиев Н. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. Ойын түрі: «Сақина» 11.15 – 11.30 Жанпулатов Р. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. Ойын түрі: «Көрінбейтін тақия» 11.30 – 11.45 Жүсіп Ж. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап». 11.45 – 12.00 Изтилеуов Т. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. Ойын түрі: «Ұлпа қарды үрлеу». 12.00 – 12.15 Сауытбаева Н. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. Ойын түрі: «Балапандар»	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Бектұрған.К Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр». 11.15 – 11.30 Бланов.Н Тақырыбы: допты жерге соғу. Ойын түрі: «Кім кетті?» қимыл-қозғалысы аз ойын 11.30 – 11.45 Бөгетбай.Е Тақырыбы: шеңбер бойымен жүру. Ойын түрі: «Күміс алу» 11.45 – 12.00 Ибрагим.И Тақырыбы: бір орында секіру. Ойын түрі: «Құстар мен мысық» 12.00 – 12.15 Искалиев.А Тақырыбы: Үлкен доппен секіру. Ойын түрі: «Аттар» қимыл – қозғалыс ойыны 12.15 – 12.30 Қамбар. С	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Дархан І. Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл қозғалыс ойыны 11.15 – 11.30 Базарбаев.Н Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. Ойын түрі: «Соқыр теке» ойыны. 11.30 – 11.45 Балтабек.А Тақырыбы: кеудені көтеру. Ойын түрі: «Шанамен жарысу» ойыны 11.45-12.00 Ерболатова.А Тақырыбы: допты орнына апарып қою Ойын түрі: «Кеглиді құлат!» қимыл –қозғалыс ойыны 12.00-12.15 Исентаева А. Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. Ойын түрі: «Қамалды қорға»

	12.15 – 12.30 Онгарова А. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету. Ойын түрі: «Ұшақтар»	Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр»	12.15 – 12.30 Төлеубай И. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы. Ойын түрі: «Кемпір-косақ»	Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» кимыл – қозғалыс ойыны.	12.15 – 12.30 Қосдәулетов Е. Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр».
Педагогтармен ақыл – кеңес	12.30-13.00 «Балдәурен» тобы Тәрбиешілерімен балалардың дене шынықтыруға деген қабілеттерін әңгімелеу.	12.30-13.00 «Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	12.30-13.00 «Ақбота» тобы Тәрбиешілерді спорт зал алаңымен таныстыру.	12.30-13.00 «Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	12.30-13.00 «Балақай» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
ҮІҚ дайындық	13.00-13.30 Спорт залдың тазалығын қадағалау, керек құрал-жабдықтарды тексеру.	13.00-13.30 Технологиялық картаны жоспарлау, әдістемені дайындау.	13.00-13.30 Циклограмманы құру, әдістемені жоспарлау.	13.00-13.30 Ертеңгі технологиялық картаны құру.	13.00-13.30 Допты тордан өткізу оқу қызметіне әдістемені жоспарлау.
Ата – анамен жұмыс	13.30-14.00 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына дене шынықтыру оқу қызметінің мақсатын түсіндіру.	13.30-14.00 «Қонжық» тобы ата – аналарына балалардың ерекше қасиеттерін әңгімелеу.	13.30-14.00 «Балақай» тобы ата – аналарына дене шынықтыру оқу қызметіне қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу.	13.30-14.00 «Балдәурен» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру	13.30-14.00 «Семицветик» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.
Үйірме жұмысы	15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз		15.00-15.20 «Гүлдер» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз 15.20-15.40 «Балапан» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз

2023-2024 ж.ж 01- 05 сәуір аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: «Табиғаттың гүлденуі»				
Таңғы жаттығу	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Тыныс алу жаттығулары. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Допты тігінен тұрған нысанаға лақтыру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Қол жоғарыда, аяқ ұшымен жүру. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Қолды алға созып, тізені алақанға тигізіп жүгіру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Оңға, солға иілу. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жүру мен жүгіру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Бір орында секіру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Гимнастикалық жаттығуларды орындау.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Бір орында жүру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары.
ҮІҚ дайындық	08.30– 09.00 Ұлттық ойындар тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.30 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.30 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.30 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.30 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.
ҮІӨ өткізу	09.00 – 09.20 «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны:	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны:	09.00 – 09.20 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық	09.00 – 09.20 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру Бағдарламалық

	1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны: 1.Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Ептілік қасиетін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді	1.Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Ептілік қасиетін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Балдәурен» тобы Физикалық қасиеттерді	мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны: 1.Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Ептілік қасиетін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны.	мазмұны: 1.Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Ептілік қасиетін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны. 09.30 – 09.50 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны: 1.Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Ептілік қасиетін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы
--	--	--	--	--	--

		дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық кабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық кабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық кабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балдәурен» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны: 1. Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Ептілік қасиетін дамыту. 3. Гимнастикалық
--	--	---	---	--

					кабырғаға өрмелеуді үйрету Ойын түрі: «Бақташы мен табын» кимыл-қозғалыс ойыны.
Топпен жұмыс			10.03-11.00 «Қарлығаш» тобы Максаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны		
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абаев Д. Тақырыбы: Ептілікті дамыту. Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап!» 11.15 – 11.30 Ақмажиев Д. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. Ойын түрі: «Кім жақсы секіреді?» 11.30 – 11.45 Ақмажиев А. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. Ойын түрі: «Аңшылар» 11.45 – 12.00 Ергали К. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. Ойын түрі: «Аюдың апаны»	11.00 – 11.15 «Семицветик» тобы Айтқұл А. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» 11.15 – 11.30 Амангелді Н. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. Ойын түрі: «Үшты-ұшты» 11.30-11.45 Ғанибай Қ. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. Ойын түрі: «Жаяу көкпар» ойыны 11.45 -12.00 Дүйсенова С. Тақырыбы: шаңғымен алымдап жүруді үйрену Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» ойыны 12.00 – 12.15	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Әбдуәлиев Н. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. Ойын түрі: «Сакина» 11.15 – 11.30 Жанпулатов Р. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. Ойын түрі: «Көрінбейтін тақия» 11.30 – 11.45 Жүсіп Ж. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап». 11.45 – 12.00 Изтилеуов Т. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. Ойын түрі: «Ұлпа қарды үрлеу».	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Бектұрған.К Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр». 11.15 – 11.30 Бланов.Н Тақырыбы: допты жерге соғу. Ойын түрі: «Кім кетті?» кимыл-қозғалысы аз ойын 11.30 – 11.45 Бөгетбай.Е Тақырыбы: шеңбер бойымен жүру. Ойын түрі: «Күміс алу» 11.45 – 12.00 Ибрагим.И Тақырыбы: бір орында секіру. Ойын түрі: «Құстар мен мысық» 12.00 – 12.15 Искалиев.А	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Дархан І. Тақырыбы: Оң қолмен затты лақтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» кимыл қозғалыс ойыны 11.15 – 11.30 Базарбаев.Н Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. Ойын түрі: «Соқыр теке» ойыны. 11.30 – 11.45 Балтабек.А Тақырыбы: кеудені көтеру. Ойын түрі: «Шанамен жарысу» ойыны 11.45-12.00 Ерболатова.А Тақырыбы: допты орнына апарып қою Ойын түрі: «Кеглиді құлат!» кимыл – қозғалыс ойыны

	12.00 – 12.15 Сабыр Ө. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» 12.15 – 12.30 Онгарова А. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету. Ойын түрі: «Ұшақтар»	Жоламан А. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрету. Ойын түрі: «Торғайлар мен мысық». 12.15 - 12.30 Жаксылық М. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр»	12.00 – 12.15 Сауытбаева Н. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. Ойын түрі: «Балапандар» 12.15 – 12.30 Төлеубай И. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы. Ойын түрі: «Кемпір-қосақ»	Тақырыбы: Үлкен доппен секіру. Ойын түрі: «Аттар» кимыл – қозғалыс ойыны 12.15 – 12.30 Қамбар. С Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» кимыл – қозғалыс ойыны.	12.00-12.15 Исентаева А. Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. Ойын түрі: «Қамалды қорға» 12.15 – 12.30 Қослаулетов Е. Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр».
Педагогтармен ақыл – кеңес	12.30-13.00 «Ақбота» тобы Тәрбиешілерге ұлттық ойын бойынша кеңес беру.	12.30-13.00 «Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	12.30-13.00 «Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге ұлттық ойындарын көрсету..	12.30-13.00 «Балдәурен» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	12.30-13.00 «Семицветик» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
ҰІҚ дайындық	13.00-13.30 Қазақтың ұлттық ойындары.	13.00-13.30 Асық ату ойынын жетілдіру.	13.00-13.30 Ұлттық спорт түрі «арқан тартыс»бойынша оқу қызметін жоспарлау.	13.00-13.30 Спорт денсаулық – кепілі жарыс түрінде.	13.00-13.30 Екі топ бойынша көңілді ойындарды жоспарлау.
Ата – анамен жұмыс	13.30-14.00 «Қарлығаш» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	13.30-14.00 «Семицветик» тобы ата –аналарына асық ату ойыны туралы мәліметтер беру.	13.30-14.00 «Балдәурен» тобы ата –аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	13.30-14.00 «Қонжық» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	13.30-14.00 «Ақбота» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
Үйірме жұмысы	15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Сиқырлы гүл 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Сиқырлы гүл		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Сиқырлы гүл 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Сиқырлы гүл		15.00-15.20 «Гүлдер» тобы Тақырыбы: Сиқырлы гүл 15.20-15.40 «Балапан» тобы Тақырыбы: Сиқырлы гүл

Тексерілді
Әдіскер Ә.Мейіш
« 08 » Сәуір 2023-2024 ж.ж.

2023-2024 ж.ж 08-12 сәуір аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Бір шаңырақ астында				
Таңғы жаттығу	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Саптық жаттығуларды орындау. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Қысқа секіртпемен секіру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Терең дем алу. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Бунамамен орындалатын жаттығулар.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Оңға, солға иілу. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Допты тордан өткізу.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Бір орында секіру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Гимнастикалық жаттығуларды орындау.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Бір орында жүру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары.
ҰІҚ дайындық	08.30 – 09.00 Жүру тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.30 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.30 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.30 – 09.00 Ұзындыққа секіретін алаңды белгілеу, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.30 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.
ҮІӨ өткізу	09.00 – 09.20 «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру Бағдарламалық	09.00 – 09.20 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық	09.00 – 09.20 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны: 1.Тігінен тұрған

	мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. «Семпцветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны: 1.Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Ептілік қасиетін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді	мазмұны: 1.Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Ептілік қасиетін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50	мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны: 1.Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Ептілік қасиетін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен	нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Ептілік қасиетін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны. 09.30 – 09.50 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны: 1.Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Ептілік қасиетін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен
--	--	--	--	---	---

		дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	«Балдәурен» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.		(жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балдәурен» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны: 1. Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Ептілік қасиетін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны.
Топпен жұмыс					10.30-11.00 «Қонжық» тобы

					Максаты: гимнастикалық жаттығуларды орындау. «Өз орныңды тап» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абаев Д. Тақырыбы: Ептілікті дамыту. Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап!» 11.15 – 11.30 Акмажиев Д. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. Ойын түрі: «Кім жақсы секіреді?» 11.30 – 11.45 Акмажиев А. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. Ойын түрі: «Аңшылар» 11.45 – 12.00 Ергали К. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. Ойын түрі: «Аюдың апаны» 12.00 – 12.15 Сабыр Ө. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету.	11.00 – 11.15 «Семицветик» тобы Айтқұл А. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» 11.15 – 11.30 Амангелді Н. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. Ойын түрі: «Ұшты-ұшты» 11.30-11.45 Ганибай Қ. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. Ойын түрі: «Жаяу көкпар» ойыны 11.45 -12.00 Дүйсенова С. Тақырыбы: шаңғымен алымдап жүруді үйрену Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» ойыны 12.00 – 12.15 Жоламан А. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. Ойын түрі: «Торғайлар мен мысық».	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Әбдуәлиев Н. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. Ойын түрі: «Сақина» 11.15 – 11.30 Жанпулатов Р. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. Ойын түрі: «Көрінбейтін тақия» 11.30 – 11.45 Жүсіп Ж. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап». 11.45 – 12.00 Изтилеуов Т. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. Ойын түрі: «Ұлпа қарды үрлеу». 12.00 – 12.15 Сауытбаева Н. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру.	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Бектұрған.К Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр». 11.15 – 11.30 Бланов.Н Тақырыбы: допты жерге соғу. Ойын түрі: «Кім кетті?» қимыл-қозғалысы аз ойын 11.30 – 11.45 Бөгетбай.Е Тақырыбы: шеңбер бойымен жүру. Ойын түрі: «Құміс алу» 11.45 – 12.00 Ибрагим.И Тақырыбы: бір орында секіру. Ойын түрі: «Құстар мен мысық» 12.00 – 12.15 Искалиев.А Тақырыбы: Үлкен доппен секіру. Ойын түрі: «Аттар» қимыл – қозғалыс ойыны	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Дархан І. Тақырыбы: Оң қолмен затты лақтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл қозғалыс ойыны 11.15 – 11.30 Базарбаев.Н Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. Ойын түрі: «Сокыр тек» ойыны. 11.30 – 11.45 Балтабек.А Тақырыбы: кеудені көтеру. Ойын түрі: «Шанамен жарысу» ойыны 11.45-12.00 Ерболатова.А Тақырыбы: допты орнына апарып қою Ойын түрі: «Кегіңді құлат!» қимыл – қозғалыс ойыны 12.00-12.15 Исентаева А. Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру.

	Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» 12.15 – 12.30 Онгарова А. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету. Ойын түрі: «Ұшақтар»	12.15 - 12.30 Жақсылық М. Тақырыбы: қардан аккала жасауды үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр»	Ойын түрі: «Балапандар» 12.15 – 12.30 Төлеубай И. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы. Ойын түрі: «Кемпір-қосақ»	12.15 – 12.30 Қамбар. С Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» кимыл – қозғалыс ойыны.	Ойын түрі: «Қамалды қорға» 12.15 – 12.30 Қосдәулетов Е. Тақырыбы: Сол қолмен зағты лақтыру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр».
Педагогтармен ақыл – кеңес	12.30-13.00 «Балдәурен» тобы Тәрбиешілерге ұлттық ойын бойынша кеңес беру.	12.30-13.00 «Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	12.30-13.00 «Семицветик» тобы Тәрбиешілерге кимыл – қозғалыс ойындарын үйрету.	12.30-13.00 «Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	12.30-13.00 «Ақбота» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
ҮІҚ дайындық	13.00-13.30 Спорттық жарыстарды ұйымдастыру..	13.00-13.30 Көңілді эстафеталық жарыстарды жоспарлау.	13.00-13.30 Ұлттық спорт түрі «арқан тартыс»бойынша оқу қызметін жоспарлау.	13.00-13.30 Спорт денсаулық – кепілі жарыс түрінде.	13.00-13.30 Кім жылдам? Кім күшті? Екі топ бойынша көңілді ойындарды жоспарлау.
Ата – анамен жұмыс	13.30-14.00 «Қонжық» тобы ата-аналарымен «кимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	13.30-14.00 «Семицветик» тобы ата-аналарымен көңілді ойындар туралы мәліметтер беру.	13.30-14.00 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	13.30-14.00 «Балақай» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	13.30-14.00 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
Үйірме жұмысы	15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Жаз туралы ән 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Жаз туралы ән		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Жаз туралы ән 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Жаз туралы ән		15.00-15.20 «Гүлдер» тобы Тақырыбы: Жаз туралы ән 15.20-15.40 «Балапан» тобы Тақырыбы: Жаз туралы ән

Тексерілді
Әдіскер *О.Машақ*
« 15 » Сәуір 2023-2024 ж.ж.

2023-2024 ж.ж. 15 - 19 сәуір аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Бір шаңырақ астында				
Таңғы жаттығу	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Саптық жаттығуларды орындау. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Қысқа секіртпемен секіру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Шенбер бойымен киғаш жүру. Жартылай отырып жүру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Тыныс алу жаттығуларын орындау.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Қол жоғарыда, аяқ ұшымен жүру. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Қолды алға созып, тізені алақанға тигізіп жүгіру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Он қол жоғарыда, сол қол төменде, қолды артқа серпу. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Гномики тобы. Семицветик тобы. Жүгіру жаттығуларын орындау.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Аяқ арасы иық деңгейінде, басты оңға, солға, артқа, алға айналдыру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Гимнастикалық жаттығуларды орындау.
ҮІҚ дайындық	08.30 – 09.00 Балалардың дене жаттығуларын жасауға деген қызығушылықтарын арттыру.	08.30 – 09.00 Кіші доптарды лақтыруға дайындау, доптарды шығару.	08.30 – 09.00 Тақырып бойынша керекті құралдарды дайындау	08.30 – 09.00 Жүру сабағына жүйелі түрде дайындық жүргізу.	08.30 – 09.00 Сабаққа керек гимнастикалық бөренені, гимнастикалық қабырғаны дайындау.
ҮІӘ өткізу	09.00 – 09.20 «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны:	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны:	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға, солға бұрылу Бағдарламалық	09.00 – 09.20 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны:	09.00 – 09.20 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға, солға бұрылу Бағдарламалық мазмұны:

1. Кіші тірек алаңқайында тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. 2. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 3. Алға қарай екі аяқпен секіріп жүруге үйрету; кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай лақтырып, оны қағып алу. Ойын түрі: «Аттар» кимыл-қозғалыс ойыны.	1. Кіші тірек алаңқайында тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. 2. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 3. Алға қарай екі аяқпен секіріп жүруге үйрету; кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай лақтырып, оны қағып алу. Ойын түрі: «Аттар» кимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға, солға бұрылу Бағдарламалық мазмұны: Сапқа тұру, шашырап жүгіру, сапта өз орнын таба жүгіру, белгілі қашықтыққа жүгіруге жаттықтыру. Заттардан аттап жүруде тепе-теңдік сақтау. Секіртпемен еркін секіруге үйрету. Ойын түрі: «Жұбынды	мазмұны: Сапқа тұру, шашырап жүгіру, сапта өз орнын таба жүгіру, белгілі қашықтыққа жүгіруге жаттықтыру. Заттардан аттап жүруде тепе-теңдік сақтау. Секіртпемен еркін секіруге үйрету. Ойын түрі: «Жұбынды тап!» кимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек алаңқайында тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. 2. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 3. Алға қарай екі аяқпен секіріп жүруге үйрету; кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай лақтырып, оны қағып	1. Кіші тірек алаңқайында тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. 2. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 3. Алға қарай екі аяқпен секіріп жүруге үйрету; кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай лақтырып, оны қағып алу. Ойын түрі: «Аттар» кимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға, солға бұрылу Бағдарламалық мазмұны: Сапқа тұру, шашырап жүгіру, сапта өз орнын таба жүгіру, белгілі қашықтыққа жүгіруге жаттықтыру. Заттардан аттап жүруде тепе-теңдік сақтау. Секіртпемен еркін секіруге үйрету. Ойын түрі: «Жұбынды	Сапқа тұру, шашырап жүгіру, сапта өз орнын таба жүгіру, белгілі қашықтыққа жүгіруге жаттықтыру. Заттардан аттап жүруде тепе-теңдік сақтау. Секіртпемен еркін секіруге үйрету. Ойын түрі: «Жұбынды тап!» кимыл-қозғалыс ойыны. 09.30 – 09.50 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар сапқа тұру, тізені сәл бүте жүру, колды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру, заттардың арасынан «жыланша» ирелеңдеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Ұстап ал» кимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы
---	--	--	---	--

		тап!» кимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек алаңқайында тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. 2. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 3. Алға қарай екі аяқпен секіріп жүруге үйрету; кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай лақтырып, оны қағып алу. Ойын түрі: «Аттар» кимыл-қозғалыс ойыны.	алу. Ойын түрі: «Аттар» кимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Балдәурен» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек алаңқайында тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. 2. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 3. Алға қарай екі аяқпен секіріп жүруге үйрету; кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай лақтырып, оны қағып алу. Ойын түрі: «Аттар» кимыл-қозғалыс ойыны.	тап!» кимыл-қозғалыс ойыны.	Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға, солға бұрылу Бағдарламалық мазмұны: Сапқа тұру, шашырап жүгіру, сапта өз орнын таба жүгіру, белгілі қашықтыққа жүгіруге жаттықтыру. Заттардан аттап жүруде тепе-теңдік сақтау. Секіртпемен еркін секіруге үйрету. Ойын түрі: «Жұбынды тап!» кимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Балдәурен» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға, солға бұрылу Бағдарламалық мазмұны: Сапқа тұру, шашырап жүгіру, сапта өз орнын таба жүгіру, белгілі қашықтыққа жүгіруге жаттықтыру. Заттардан аттап жүруде тепе-теңдік сақтау. Секіртпемен еркін секіруге үйрету. Ойын түрі: «Жұбынды тап!» кимыл-қозғалыс
--	--	--	---	------------------------------------	---

Топпен жұмыс			10.30-11.00 «Балдәурен» тобы Мақсаты: гимнастикалық қабырғаға өрмелеу «Кім жылдам» ойыны		ойыны.
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абаев Д. Тақырыбы: Ептілікті дамыту. Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап!» 11.15 – 11.30 Ақмажиев Д. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. Ойын түрі: «Кім жақсы секіреді?» 11.30 – 11.45 Ақмажиев А. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. Ойын түрі: «Аңшылар» 11.45 – 12.00 Ергали К. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. Ойын түрі: «Аюдың апаны» 12.00 – 12.15 Сабыр Ө.	11.00 – 11.15 «Семицветик» тобы Айтқұл А. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» 11.15 – 11.30 Амангелді Н. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. Ойын түрі: «Ұшты-ұшты» 11.30-11.45 Ғанибай Қ. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. Ойын түрі: «Жаяу көкпар» ойыны 11.45 -12.00 Дүйсенова С. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» ойыны 12.00 – 12.15 Жоламан А. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену.	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Әбдуәлиев Н. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. Ойын түрі: «Сақина» 11.15 – 11.30 Жанпулатов Р. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. Ойын түрі: «Көрінбейтін тақия» 11.30 – 11.45 Жүсіп Ж. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап». 11.45 – 12.00 Изтилеуов Т. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. Ойын түрі: «Ұлпа қарды үрлеу». 12.00 – 12.15 Сауытбаева Н.	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Бектұрған.К Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр». 11.15 – 11.30 Бланов.Н Тақырыбы: допты жерге соғу. Ойын түрі: «Кім кетті?» кимыл-қозғалысы аз ойын 11.30 – 11.45 Бөгетбай.Е Тақырыбы: шеңбер бойымен жүру. Ойын түрі: «Күміс алу» 11.45 – 12.00 Ибрагим.И Тақырыбы: бір орында секіру. Ойын түрі: «Құстар мен мысық» 12.00 – 12.15 Искалиев.А Тақырыбы: Үлкен доппен секіру. Ойын түрі: «Аттар»	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Дархан І. Тақырыбы: Оң қолмен затты лақтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» кимыл қозғалыс ойыны 11.15 – 11.30 Базарбаев.Н Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. Ойын түрі: «Соқыр тексе» ойыны. 11.30 – 11.45 Балтабек.А Тақырыбы: кеудені көтеру. Ойын түрі: «Шанамен жарысу» ойыны 11.45-12.00 Ерболатова.А Тақырыбы: допты орнына апарып қою Ойын түрі: «Кеглиді құлат!» кимыл –қозғалыс ойыны 12.00-12.15 Исентаева А. Тақырыбы:

	Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» 12.15 – 12.30 Онгарова А. Тақырыбы: келергілер арасынан өтуді үйрету. Ойын түрі: «Ұшақтар»	Ойын түрі: «Торғайлар мен мысық». 12.15 - 12.30 Жаксылық М. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр»	Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. Ойын түрі: «Балапандар» 12.15 – 12.30 Төлеубай И. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы. Ойын түрі: «Кемпір-қосақ»	қимыл – қозғалыс ойыны 12.15 – 12.30 Қамбар. С Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл – қозғалыс ойыны.	келергілердің астымен жүру. Ойын түрі: «Қамалды қорға» 12.15 – 12.30 Қосдәулетов Е. Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр».
Педагогтармен ақыл – кеңес	12.30-13.00 «Балдәурен» тобы Тәрбиешілерімен балалардың дене шынықтыруға деген қабілеттерін әңгімелеу.	12.30-13.00 «Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	12.30-13.00 «Ақбота» тобы Тәрбиешілерді спорт зал алаңымен таныстыру.	12.30-13.00 «Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	12.30-13.00 «Балақай» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
ҮІҚ дайындық	13.00-13.30 Спорт залдың тазалығын қалай алау, керек құрал-жабдықтарды тексеру.	13.00-13.30 Технологиялық картаны жоспарлау, әдістемені дайындау.	13.00-13.30 Циклограмманы құру, әдістемені жоспарлау.	13.00-13.30 Ертенгі технологиялық картаны құру.	13.00-13.30 Допты тордан өткізу оқу қызметіне әдістемені жоспарлау.
Ата – анамен жұмыс	13.30-14.00 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына дене шынықтыру оқу қызметінің мақсатын түсіндіру.	13.30-14.00 «Қонжық» тобы ата – аналарына балалардың ерекше қасиеттерін әңгімелеу.	13.30-14.00 «Балақай» тобы ата – аналарына дене шынықтыру оқу қызметіне қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу.	13.30-14.00 «Балдәурен» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру	13.30-14.00 «Семицветик» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.
Үйірме жұмысы	15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Мен билеймін		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Мен билеймін		15.00-15.20 «Гүлдер» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Балапан» тобы Тақырыбы: Мен билеймін

2023-2024 ж.ж. 22- 26 сәуір аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Бір шаңырақ астында				
Таңғы жаттығу	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Тыныс алу жаттығулары. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Допты тігінен тұрған нысанаға лақтыру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Қол жоғарыда, аяқ ұшымен жүру. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Қолды алға созып, тізені алақанға тигізіп жүгіру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Оңға, солға иілу. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жүру мен жүгіру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Бір орында секіру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Гимнастикалық жаттығуларды орындау.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Бір орында жүру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары.
ҮІК дайындық	08.30– 09.00 Ұлттық ойындар тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.30 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.30 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.30 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.30 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.
ҮІӨ өткізу	09.00 – 09.20 «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға, солға бұрылу	09.00 – 09.20 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық	09.00 – 09.20 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға, солға бұрылу

мазмұны: 1. Кіші тірек алаңқайында тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. 2. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 3. Алға қарай екі аяқпен секіріп жүруге үйрету: кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай лақтырып, оны қағып алу. Ойын түрі: «Аттар» қимыл-қозғалыс ойыны.	мазмұны: 1. Кіші тірек алаңқайында тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. 2. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 3. Алға қарай екі аяқпен секіріп жүруге үйрету: кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай лақтырып, оны қағып алу. Ойын түрі: «Аттар» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға, солға бұрылу Бағдарламалық мазмұны: Сапқа тұру, шашырап жүгіру, сапта өз орнын таба жүгіру, белгілі қашықтыққа жүгіруге жаттықтыру. Заттардан аттап жүруде тепе-теңдік сақтау.	Бағдарламалық мазмұны: Сапқа тұру, шашырап жүгіру, сапта өз орнын таба жүгіру, белгілі қашықтыққа жүгіруге жаттықтыру. Заттардан аттап жүруде тепе-теңдік сақтау. Секіртпемен еркін секіруге үйрету. Ойын түрі: «Жұбынды тап!» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек алаңқайында тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. 2. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 3. Алға қарай екі аяқпен секіріп жүруге үйрету: кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай	мазмұны: 1. Кіші тірек алаңқайында тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. 2. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 3. Алға қарай екі аяқпен секіріп жүруге үйрету: кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай лақтырып, оны қағып алу. Ойын түрі: «Аттар» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға, солға бұрылу Бағдарламалық мазмұны: Сапқа тұру, шашырап жүгіру, сапта өз орнын таба жүгіру, белгілі қашықтыққа жүгіруге жаттықтыру. Заттардан аттап жүруде тепе-теңдік сақтау.	Бағдарламалық мазмұны: Сапқа тұру, шашырап жүгіру, сапта өз орнын таба жүгіру, белгілі қашықтыққа жүгіруге жаттықтыру. Заттардан аттап жүруде тепе-теңдік сақтау. Секіртпемен еркін секіруге үйрету. Ойын түрі: «Жұбынды тап!» қимыл-қозғалыс ойыны. 09.30 – 09.50 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар сапқа тұру, тізені сәл бүге жүру, қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру, заттардың арасынан «жыланша» ирелеңдеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру: тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Ұстап ал» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20
---	---	--	--	--

	Секіртпемен еркін секіруге үйрету. Ойын түрі: «Жұбыңды тап!» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Қарлы аң» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек алаңқайында тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. 2. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 3. Алға қарай екі аяқпен секіріп жүруге үйрету; кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай лақтырып, оны қағып алу. Ойын түрі: «Аттар» қимыл-қозғалыс ойыны.	лақтырып, оны қағып алу. Ойын түрі: «Аттар» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Балдәурен» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек алаңқайында тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. 2. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 3. Алға қарай екі аяқпен секіріп жүруге үйрету; кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай лақтырып, оны қағып алу. Ойын түрі: «Аттар» қимыл-қозғалыс ойыны.	Секіртпемен еркін секіруге үйрету. Ойын түрі: «Жұбыңды тап!» қимыл-қозғалыс ойыны.	«Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға, солға бұрылу Бағдарламалық мазмұны: Сапқа тұру, шашырап жүгіру, сапта өз орнын таба жүгіру, белгілі қашықтыққа жүгіруге жаттықтыру. Заттардан аттап жүруде тепе-теңдік сақтау. Секіртпемен еркін секіруге үйрету. Ойын түрі: «Жұбыңды тап!» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Балдәурен» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға, солға бұрылу Бағдарламалық мазмұны: Сапқа тұру, шашырап жүгіру, сапта өз орнын таба жүгіру, белгілі қашықтыққа жүгіруге жаттықтыру. Заттардан аттап жүруде тепе-теңдік сақтау. Секіртпемен еркін секіруге үйрету. Ойын түрі: «Жұбыңды
--	--	--	---	--

					тап!» кимыл-козгалыс ойыны.
Топпен жұмыс					10.03-11.00 «Қарлығаш» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абаев Д. Тақырыбы: Ептілікті дамыту. Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап!» 11.15 – 11.30 Ақмажиев Д. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. Ойын түрі: «Кім жақсы секіреді?» 11.30 – 11.45 Ақмажиев А. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. Ойын түрі: «Аңшылар» 11.45 – 12.00 Ерғали К. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. Ойын түрі: «Аюдың апаны» 12.00 – 12.15	11.00 – 11.15 «Семицветик» тобы Айтқұл А. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» 11.15 – 11.30 Амангелді Н. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. Ойын түрі: «Үшты-үшты» 11.30-11.45 Ғашибай Қ. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. Ойын түрі: «Жаяу көкпар» ойыны 11.45 -12.00 Дүйсенова С. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» ойыны 12.00 – 12.15 Жоламан А. Тақырыбы: шаңғыны	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Әбдуәлиев Н. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. Ойын түрі: «Сақина» 11.15 – 11.30 Жаннулатов Р. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. Ойын түрі: «Көрінбейтін тақия» 11.30 – 11.45 Жүсіп Ж. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап». 11.45 – 12.00 Изтилеуов Т. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. Ойын түрі: «Ұлпа қарды үрлеу». 12.00 – 12.15	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Бектұрған.К Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр». 11.15 – 11.30 Бланов.Н Тақырыбы: допты жерге соғу. Ойын түрі: «Кім кетті?» кимыл-козгалысы аз ойын 11.30 – 11.45 Бөгетбай.Е Тақырыбы: шеңбер бойымен жүру. Ойын түрі: «Күміс алу» 11.45 – 12.00 Ибрагим.И Тақырыбы: бір орында секіру. Ойын түрі: «Құстар мен мысық» 12.00 – 12.15 Искалиев.А Тақырыбы: Үлкен доппен секіру.	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Дархан І. Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» кимыл-козгалыс ойыны 11.15 – 11.30 Базарбаев.Н Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. Ойын түрі: «Соқыр теке» ойыны. 11.30 – 11.45 Балтабек.А Тақырыбы: кеудені көтеру. Ойын түрі: «Шанамен жарысу» ойыны 11.45-12.00 Ерболатова.А Тақырыбы: допты орнына апарып қою Ойын түрі: «Кеглиді құлат!» кимыл –козгалыс ойыны 12.00-12.15 Исентаева А.

	Сабыр Ө. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» 12.15 – 12.30 Онгарова А. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету. Ойын түрі: «Үшактар»	жинауды үйрену. Ойын түрі: «Торғайлар мен мысық». 12.15 - 12.30 Жаксылык М. Тақырыбы: кардан аккала жасауды үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр»	Сауытбаева Н. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. Ойын түрі: «Балапандар» 12.15 – 12.30 Төлеубай И. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы. Ойын түрі: «Кемпір-қосақ»	Ойын түрі: «Аттар» кимыл – қозғалыс ойыны 12.15 – 12.30 Қамбар. С Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» кимыл – қозғалыс ойыны.	Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. Ойын түрі: «Қамалды қорға» 12.15 – 12.30 Қосдәулетов Е. Тақырыбы: Сол қолмен зағты лақтыру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр».
Педагогтармен ақыл – кеңес	12.30-13.00 «Ақбота» тобы Тәрбиешілерге ұлттық ойын бойынша кеңес беру.	12.30-13.00 «Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	12.30-13.00 «Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге ұлттық ойындарын көрсету.	12.30-13.00 «Балдәурен» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	12.30-13.00 «Семицветик» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
ҮІҚ дайындық	13.00-13.30 Қазақтың ұлттық ойындары.	13.00-13.30 Асық ату ойынын жетілдіру.	13.00-13.30 Ұлттық спорт түрі «арқан тартыс»бойынша оқу қызметін жоспарлау.	13.00-13.30 Спорт денсаулық – кепілі жарыс түрінде.	13.00-13.30 Екі топ бойынша көңілді ойындарды жоспарлау.
Ата – анамен жұмыс	13.30-14.00 «Қарлығаш» тобы ата-аналарымен «кимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	13.30-14.00 «Семицветик» тобы ата –аналарына асық ату ойыны туралы мәліметтер беру.	13.30-14.00 «Балдәурен» тобы ата –аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	13.30-14.00 «Қонжық» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	13.30-14.00 «Ақбота» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
Үйірме жұмысы	15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40		15.00-15.20 «Гүлдер» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40

	«Қонжық» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетем		«Балақай» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетемі		Балапан» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз
--	---	--	---	--	---

2023-2024 ж.ж. 29 - 03 сәуір, мамыр аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Бір шаңырақ астында				
Таңғы жаттығу	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Саптық жаттығуларды орындау. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Қысқа секіртпемен секіру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Шеңбер бойымен кигаш жүру. Жартылай отырып жүру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Тыныс алу жаттығуларын орындау.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Қол жоғарыда, аяқ ұшымен жүру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Қолды алға созып, тізені алақанға тигізіп жүгіру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Оң қол жоғарыда, сол қол төменде, қолды артқа серпу. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Гномики тобы. Семицветик тобы. Жүгіру жаттығуларын орындау.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Аяқ арасы иық деңгейінде, басты оңға, солға, артқа, алға айналдыру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Гимнастикалық жаттығуларды орындау.
ҮІҚ дайындық	08.30 – 09.00 Балалардың дене жаттығуларын жасауға деген қызығушылықтарын арттыру.	08.30 – 09.00 Кіші доптарды лақтыруға дайындау, доптарды шығару.	08.30 – 09.00 Тақырып бойынша керекті құралдарды дайындау	08.30 – 09.00 Жүру сабағына жүйелі түрде дайындық жүргізу.	08.30 – 09.00 Сабакқа керек гимнастикалық бөренені, гимнастикалық қабырғаны дайындау.
ҮІӘ өткізу	09.00 – 09.20 «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны:	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны:	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар сапқа тұру,	09.00 – 09.20 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны:	09.00 – 09.20 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар сапқа тұру, тізені сәл бүге жүру,

1.Тепе-теңдікті сақтау кабілетін дамыту. 2.Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. 3. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету кабілетін дамыту Ойын түрі: «Төмпешіктен- төмпешікке» қимыл- қозғалыс ойыны.	1.Тепе-теңдікті сақтау кабілетін дамыту. 2.Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. 3. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету кабілетін дамыту Ойын түрі: «Төмпешіктен- төмпешікке» қимыл- қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Семцветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар сапқа тұру, тізені сәл бүге жүру, қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру, заттардың арасынан «жыланша» ирелендеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Аюдың апаны» қимыл-қозғалыс	тізені сәл бүге жүру, қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру. заттардың арасынан «жыланша» ирелендеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Аюдың апаны» қимыл- қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1.Тепе-теңдікті сақтау кабілетін дамыту. 2.Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. 3. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету кабілетін дамыту Ойын түрі:	1.Тепе-теңдікті сақтау кабілетін дамыту. 2.Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. 3. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету кабілетін дамыту Ойын түрі: «Төмпешіктен- төмпешікке» қимыл- қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар сапқа тұру, тізені сәл бүге жүру, қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру, заттардың арасынан «жыланша» ирелендеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Аюдың апаны» қимыл-қозғалыс	қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру, заттардың арасынан «жыланша» ирелендеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Аюдың апаны» қимыл-қозғалыс ойыны. 09.30 – 09.50 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар сапқа тұру, тізені сәл бүге жүру, қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру, заттардың арасынан «жыланша» ирелендеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру.
--	---	--	---	--

		ойыны. 10.30-10.50 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1.Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту. 2.Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. 3. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке»қимыл-қозғалыс ойыны.	«Төмпешіктен-төмпешікке»қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Балдәурен» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1.Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту. 2.Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. 3. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке»қимыл-қозғалыс ойыны.	ойыны.	Ойын түрі: «Аюдың апаны» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар сапқа тұру. тізені сәл бүге жүру. қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру. заттардың арасынан «жыланша» ирелеңдеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру: тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Аюдың апаны» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балдәурен» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар сапқа тұру.
--	--	--	--	---------------	--

					тізені сәл бүге жүру. қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру. заттардың арасынан «жыланша» ирелеңдеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тактайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Аюдың апаны» қимыл-қозғалыс ойыны.
Топпен жұмыс			10.30-11.00 «Балдәурен» тобы Максаты: гимнастикалық қабырғаға өрмелеу «Кім жылдам» ойыны		
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абаев Д. Тақырыбы: Ептілікті дамыту. Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап!» 11.15 – 11.30 Ақмажиев Д. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. Ойын түрі: «Кім жақсы секіреді?»	11.00 – 11.15 «Семицветик» тобы Айтқұл А. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» 11.15 – 11.30 Амангелді Н. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. Ойын түрі: «Ұшты- ұшты» 11.30-11.45 Ғанибай Қ.	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Әбдуәлиев Н. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. Ойын түрі: «Сақина» 11.15 – 11.30 Жанпулатов Р. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. Ойын түрі: «Көрінбейтін тақия» 11.30 – 11.45	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Бектұрған.К Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр». 11.15 – 11.30 Бланов.Н Тақырыбы: допты жерге соғу. Ойын түрі: «Кім кетті?» қимыл-қозғалысы аз ойын 11.30 – 11.45	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Дархан І. Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл қозғалыс ойыны 11.15 – 11.30 Базарбаев.Н Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. Ойын түрі: «Соқыр теке» ойыны. 11.30 – 11.45

	11.30 – 11.45 Ақмажиев А. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. Ойын түрі: «Аншылар» 11.45 – 12.00 Ергали К. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. Ойын түрі: «Аюдың апаны» 12.00 – 12.15 Сабыр Ө. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» 12.15 – 12.30 Онгарова А. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету. Ойын түрі: «Ұшақтар»	Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. Ойын түрі: «Жаяу көкпар» ойыны 11.45 -12.00 Дүйсенова С. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» ойыны 12.00 – 12.15 Жоламан А. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. Ойын түрі: «Торғайлар мен мысық». 12.15 - 12.30 Жаксылық М. Тақырыбы: кардан аккала жасауды үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр»	Жүсіп Ж. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап». 11.45 – 12.00 Изтилеуов Т. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. Ойын түрі: «Ұлапа қарды үрлеу». 12.00 – 12.15 Сауытбаева Н. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. Ойын түрі: «Балапандар» 12.15 – 12.30 Төлеубай И. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы. Ойын түрі: «Кемпір-қосақ»	Бөгетбай.Е Тақырыбы:шенбер бойымен жүру. Ойын түрі: «Күміс алу» 11.45 – 12.00 Ибрагим.И Тақырыбы:бір орында секіру. Ойын түрі: «Құстар мен мысық» 12.00 – 12.15 Искалиев.А Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. Ойын түрі: «Аттар» қимыл – қозғалыс ойыны 12.15 – 12.30 Қамбар. С Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл – қозғалыс ойыны.	Балтабек.А Тақырыбы: кеудені көтеру. Ойын түрі: «Шанамен жарысу» ойыны 11.45-12.00 Ерболатова.А Тақырыбы: допты орнына апарып қою Ойын түрі: «Кеглиді құлат!» қимыл –қозғалыс ойыны 12.00-12.15 Исентаева А. Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. Ойын түрі: «Қамалды қорға» 12.15 – 12.30 Қосдәулетов Е. Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр».
Педагогтармен ақыл – кеңес	12.30-13.00 «Балдәурен» тобы Тәрбиешілерімен балалардың дене шынықтыруға деген қабілеттерін әңгімелеу.	12.30-13.00 «Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	12.30-13.00 «Ақбота» тобы Тәрбиешілерді спорт зал алаңымен таныстыру.	12.30-13.00 «Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	12.30-13.00 «Балақай» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
ҮІҚ дайындық	13.00-13.30 Спорт залдың тазалығын қадағалау, керек құрал-жабдықтарды тексеру.	13.00-13.30 Технологиялық картаны жоспарлау, әдістемені дайындау.	13.00-13.30 Циклограмманы құру, әдістемені жоспарлау.	13.00-13.30 Ертеңгі технологиялық картаны құру.	13.00-13.30 Допты тордан өткізу оқу қызметіне әдістемені жоспарлау.
Ата – анамен	13.30-14.00	13.30-14.00	13.30-14.00	13.30-14.00	13.30-14.00

жұмыс	«Қарлығаш» тобы ата-аналарына дене шынықтыру оқу қызметінің максатын түсіндіру.	«Қонжық» тобы ата-аналарына балалардың ерекше қасиеттерін әңгімелеу.	«Балақай» тобы ата-аналарына дене шынықтыру оқу қызметіне қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу.	«Балдәурен» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру	«Семицветик» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.
Үйірме жұмысы	15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Мен билеймін		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Мен билеймін		15.00-15.20 «Гүлдер» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Балапан» тобы Тақырыбы: Мен билеймін

2023-2024 ж.ж. 06- 10 мамыр аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Бір шаңырақ астында				
Таңғы жаттығу	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Тыныс алу жаттығулары. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Допты тігінен тұрған нысанаға лақтыру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Қол жоғарыда, аяқ ұшымен жүру. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Қолды алға созып, тізені алақанға тигізіп жүгіру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Оңға, солға иілу. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жүру мен жүгіру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Бір орында секіру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Гимнастикалық жаттығуларды орындау.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Бір орында жүру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары.
ҰІҚ дайындық	08.30 – 09.00 Ұлттық ойындар тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.30 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.30 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.30 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.30 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.
ҰІӨ өткізу	09.00 – 09.20 «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру Бағдарламалық мазмұны:	09.00 – 09.20 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық	09.00 – 09.20 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар сапқа тұру.

	мазмұны: 1.Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту. 2.Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. 3. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойыны.	мазмұны: 1.Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту. 2.Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. 3. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Семницветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапка тұру Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар сапка тұру, тізені сәл бүге жүру, қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру, заттардың арасынан «жыланша» ирелендеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Аюдың	Бір қатар сапка тұру, тізені сәл бүге жүру, қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру, заттардың арасынан «жыланша» ирелендеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Аюдың апаны» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1.Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту. 2.Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. 3. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту Ойын түрі: «Төмпешіктен-	мазмұны: 1.Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту. 2.Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. 3. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапка тұру Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар сапка тұру, тізені сәл бүге жүру, қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру, заттардың арасынан «жыланша» ирелендеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Аюдың	тізені сәл бүге жүру, қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру, заттардың арасынан «жыланша» ирелендеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Аюдың апаны» қимыл-қозғалыс ойыны. 09.30 – 09.50 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапка тұру Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар сапка тұру, тізені сәл бүге жүру, қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру, заттардың арасынан «жыланша» ирелендеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан
--	--	---	---	---	--

		апаны» кимыл-козгалыс ойыны. 10.30-10.50 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1.Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту. 2.Козгалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. 3. Қимыл-козгалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» кимыл-козгалыс ойыны.	төмпешікке» кимыл-козгалыс ойыны. 10.30-10.50 «Балдәурен» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1.Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту. 2.Козгалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. 3. Қимыл-козгалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» кимыл-козгалыс ойыны.	апаны» кимыл-козгалыс ойыны.	секіру. Ойын түрі: «Аюдың апаны» кимыл-козгалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар сапқа тұру. тізені сәл бүте жүру. колды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру. заттардың арасынан «жыланша» ирелеңдеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүтіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру: тактайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Аюдың апаны» кимыл-козгалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балдәурен» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру Бағдарламалық мазмұны:
--	--	---	--	-------------------------------------	--

					Бір қатар сапқа тұру. тізені сәл бүге жүру. колды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру. заттардың арасынан «жыланша» ирелеңдеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру: тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Аюдың апаны» қимыл-қозғалыс ойыны.
Топпен жұмыс			10.30-11.00 «Балдәурен» тобы Максаты: гимнастикалық қабырғаға өрмелеу «Кім жылдам» ойыны		
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абаев Д. Тақырыбы: Ептілікті дамыту. Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап!» 11.15 – 11.30 Акмажиев Д. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. Ойын түрі: «Кім жақсы	11.00 – 11.15 «Семицветик» тобы Айтқұл А. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» 11.15 – 11.30 Амангелді Н. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. Ойын түрі: «Үшты-ұшты» 11.30-11.45	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Әбдуәлиев Н. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. Ойын түрі: «Сақина» 11.15 – 11.30 Жанпулатов Р. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. Ойын түрі: «Көріңбейтін тақия»	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Бектұрған.К Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр». 11.15 – 11.30 Бланов.Н Тақырыбы: допты жерге соғу. Ойын түрі: «Кім кетті?» қимыл-қозғалысы аз ойын	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Дархан І. Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл қозғалыс ойыны 11.15 – 11.30 Базарбаев.Н Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. Ойын түрі: «Соқыр теке» ойыны.

	секіреді?» 11.30 – 11.45 Ақмажинов А. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. Ойын түрі: «Аншылар» 11.45 – 12.00 Ерғали К. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. Ойын түрі: «Аюдың апаны» 12.00 – 12.15 Сабыр Ө. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» 12.15 – 12.30 Онгарова А. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету. Ойын түрі: «Ұшақтар»	Ганибай Қ. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. Ойын түрі: «Жаяу көкпар» ойыны 11.45 -12.00 Дүйсенова С. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр» ойыны 12.00 – 12.15 Жоламан А. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. Ойын түрі: «Торғайлар мен мысық». 12.15 - 12.30 Жаксылық М. Тақырыбы: қардан ақкала жасауды үйрету. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр»	11.30 – 11.45 Жүсіп Ж. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орнымды тап». 11.45 – 12.00 Изтилеуов Т. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. Ойын түрі: «Ұлап қарды үрлеу». 12.00 – 12.15 Сауытбаева Н. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. Ойын түрі: «Балапандар» 12.15 – 12.30 Төлеубай И. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы. Ойын түрі: «Кемпір-қосақ»	11.30 – 11.45 Бөгетбай.Е Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. Ойын түрі: «Күміс алу» 11.45 – 12.00 Ибрагим.И Тақырыбы:бір орында секіру. Ойын түрі: «Құстар мен мысық» 12.00 – 12.15 Искалиев.А Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. Ойын түрі: «Аттар» кимыл – қозғалыс ойыны 12.15 – 12.30 Қамбар. С Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» кимыл – қозғалыс ойыны.	11.30 – 11.45 Балтабек.А Тақырыбы: кеудені көтеру. Ойын түрі: «Шанамен жарысу» ойыны 11.45-12.00 Ерболатова.А Тақырыбы: допты орнына апарып қою Ойын түрі: «Кеглиді құлат!» кимыл –қозғалыс ойыны 12.00-12.15 Исентаева.А. Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. Ойын түрі: «Қамалды қорға» 12.15 – 12.30 Қосдәулетов Е. Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр».
Педагогтармен ақыл – кеңес	12.30-13.00 «Балдәурен» тобы Тәрбиешілерімен балалардың дене шынықтыруға деген қабілеттерін әңгімелеу.	12.30-13.00 «Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	12.30-13.00 «Ақбота» тобы Тәрбиешілерді спорт зал алаңымен таныстыру.	12.30-13.00 «Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	12.30-13.00 «Балақай» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
ҰІҚ дайындық	13.00-13.30 Спорт залдың тазалығын қадағалау, керек құрал-	13.00-13.30 Технологиялық картаны жоспарлау, әдістемені дайындау.	13.00-13.30 Циклограмманы құру, әдістемені жоспарлау.	13.00-13.30 Ертеңгі технологиялық картаны құру.	13.00-13.30 Допты тордан өткізу оқу қызметіне әдістемені жоспарлау.

	жабдыктарды тексеру.				
Ата – анамен жұмыс	13.30-14.00 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына дене шынықтыру оқу қызметінің мақсатын түсіндіру.	13.30-14.00 «Қонжық» тобы ата – аналарына балалардың ерекше қасиеттерін әңгімелеу.	13.30-14.00 «Балақай» тобы ата – аналарына дене шынықтыру оқу қызметіне қажетті құрал-жабдыктар туралы әңгімелеу.	13.30-14.00 «Балдәурен» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру	13.30-14.00 «Семицветик» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.
Үйірме жұмысы	15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Мен билеймін		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Мен билеймін		15.00-15.20 «Гүлдер» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Балапан» тобы Тақырыбы: Мен билеймін

2023-2024 ж.ж 13-17 мамыр аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Менің Қазақстаным!				
Таңғы жаттығу	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Саптық жаттығуларды орындау. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Қысқа секіртпемен секіру.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Терең дем алу. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Бунамамен орындалатын жаттығулар.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Оңға, солға иілу. 08.20 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Допты тордан өткізу.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Бір орында секіру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Гимнастикалық жаттығуларды орындау.	08.10 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Семицветик» тобы. Бір орында жүру. 08.20-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары.
ҮІҚ дайындық	08.30 – 09.00 Жүру тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.30 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.30 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.30 – 09.00 Ұзындыққа секіретін алаңды белгілеу, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.30 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.
ҮІӨ өткізу	09.00 – 09.20 «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлденең қойылған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны:	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлденең қойылған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны:	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру Бағдарламалық мазмұны:	09.00 – 09.20 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлденең қойылған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны:	09.00 – 09.20 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру Бағдарламалық мазмұны: 1. Қырымен жіптің

1. Көлбеу қойылған нысанаға дақтыруға жаттықтыру. 2. Көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту, нысанаға тигізуге үйрету. 3. Бір-бірлеп тізбекте жүру білігін және жүгіру дағдысын бекіту; бір орыннан ұзындыққа секіруді жетілдіру. Ойын түрі: «Түлкі тауық қорада» қимыл-қозғалыс ойыны.	1. Көлбеу қойылған нысанаға дақтыруға жаттықтыру. 2. Көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту, нысанаға тигізуге үйрету. 3. Бір-бірлеп тізбекте жүру білігін және жүгіру дағдысын бекіту; бір орыннан ұзындыққа секіруді жетілдіру. Ойын түрі: «Түлкі тауық қорада» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Семинцветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру Бағдарламалық мазмұны: 1. Қырымен жіптің үстінен аттап секіру. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ұзындыққа қапшықты дақтыруға жаттықтыру, жүрумен кезектестіре жүгіруді жетілдіру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны.	1. Қырымен жіптің үстінен аттап секіру. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ұзындыққа қапшықты дақтыруға жаттықтыру, жүрумен кезектестіре жүгіруді жетілдіру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлденең қойылған нысанаға дақтыру Бағдарламалық мазмұны: 1. Көлбеу қойылған нысанаға дақтыруға жаттықтыру. 2. Көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту, нысанаға тигізуге үйрету. 3. Бір-бірлеп тізбекте жүру білігін және жүгіру дағдысын бекіту; бір орыннан ұзындыққа секіруді жетілдіру. Ойын түрі: «Түлкі тауық қорада» қимыл-	1. Көлбеу қойылған нысанаға дақтыруға жаттықтыру. 2. Көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту, нысанаға тигізуге үйрету. 3. Бір-бірлеп тізбекте жүру білігін және жүгіру дағдысын бекіту; бір орыннан ұзындыққа секіруді жетілдіру. Ойын түрі: «Түлкі тауық қорада» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру Бағдарламалық мазмұны: 1. Қырымен жіптің үстінен аттап секіру. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ұзындыққа қапшықты дақтыруға жаттықтыру, жүрумен кезектестіре жүгіруді жетілдіру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-	үстінен аттап секіру. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ұзындыққа қапшықты дақтыруға жаттықтыру, жүрумен кезектестіре жүгіруді жетілдіру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. 09.30 – 09.50 «Ақбота» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру Бағдарламалық мазмұны: 1. Қырымен жіптің үстінен аттап секіру. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ұзындыққа қапшықты дақтыруға жаттықтыру, жүрумен кезектестіре жүгіруді жетілдіру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру
--	--	---	---	--

		10.30-10.50 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлденең қойылған нысанаға лақтыру Бағдарламалық мазмұны: 1. Көлбеу қойылған нысанаға лақтыруға жаттықтыру. 2. Көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту, нысанаға тигізуге үйрету. 3. Бір-бірлеп тізбекте жүру білігін және жүгіру дағдысын бекіту; бір орыннан ұзындыққа секіруді жетілдіру. Ойын түрі: «Түлкі тауық қорада» қимыл-қозғалыс ойыны.	қозғалыс ойыны.	қозғалыс ойыны.	Бағдарламалық мазмұны: 1. Қырымен жіптің үстінен аттап секіру. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ұзындыққа қапшықты лақтыруға жаттықтыру, жүрумен кезектестіре жүгіруді жетілдіру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балдәурен» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру Бағдарламалық мазмұны: 1. Қырымен жіптің үстінен аттап секіру. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ұзындыққа қапшықты лақтыруға жаттықтыру, жүрумен кезектестіре жүгіруді жетілдіру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны.
Топпен жұмыс				10.30-11.00 «Ақбота» тобы Мақсаты: гимнастикалық жаттығуларды	

				орындау. «Өз орныңды тап» ойыны	
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абасв Д. Тақырыбы: Ептілікті дамыту. Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Ойын түрі: «Өз орныңды тап!» 11.15 – 11.30 Ақмажиев Д. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. Ойын түрі: «Кім жақсы секіреді?» 11.30 – 11.45 Ақмажиев А. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. Ойын түрі: «Аңшылар» 11.45 – 12.00 Ергали К. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. Ойын түрі: «Аюдың апаны» 12.00 – 12.15 Сабыр Ө. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз»	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Шынтас С. Тақырыбы: көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру. Мақсаты: он және сол қолмен алысқа лақтыруды үйрету 11.15 – 11.30 Ұлықбекұлы А. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. Мақсаты: гимнастикалық таяқшамен орындалатын жаттығуларды меңгеру 11.30 – 11.45 Турежанов А. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. Мақсаты: шапшаңдық, ептілікті дамыту. 11.45 – 12.00 Сейфуллин Д. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. Мақсаты: балаларды еңбектеуге үйрету 12.00 – 12.15	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Шадманов Ә. Тақырыбы: Он қолмен затты лақтыру. Мақсаты: балалардың ептілігін дамыту 11.15 – 11.30 Тайжигитов А. Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. Мақсаты: секіру жаттығуларын орындау 11.30 – 11.45 Ұлан К. Тақырыбы: кеудені көтеру. Мақсаты: дене жаттығуларын орындау 11.45-12.00 Өтеген А. Тақырыбы: допты орнына апарып қою Мақсаты: доппен орындалатын ойындар ойнау 12.00-12.15 Онберген М. Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. Мақсаты: шапшаңдық	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Бектұрған.К Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр». 11.15 – 11.30 Бланов.Н Тақырыбы: допты жерге соғу. Ойын түрі: «Кім кетті?» қимыл-қозғалысы аз ойын 11.30 – 11.45 Бөгетбай.Е Тақырыбы: шеңбер бойымен жүру. Ойын түрі: «Күміс алу» 11.45 – 12.00 Ибрагим.И Тақырыбы: бір орында секіру. Ойын түрі: «Құстар мен мысық» 12.00 – 12.15 Искалиев.А Тақырыбы: Улкен доппен секіру. Ойын түрі: «Аттар» қимыл – қозғалыс ойыны 12.15 – 12.30 Қамбар. С	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Дархан І. Тақырыбы: Он қолмен затты лақтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл қозғалыс ойыны 11.15 – 11.30 Базарбаев.Н Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. Ойын түрі: «Соқыр теке» ойыны. 11.30 – 11.45 Балтабек.А Тақырыбы: кеудені көтеру. Ойын түрі: «Шанамен жарысу» ойыны 11.45-12.00 Ерболатова.А Тақырыбы: допты орнына апарып қою Ойын түрі: «Кеглиді құлат!» қимыл –қозғалыс ойыны 12.00-12.15 Исентаева А. Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. Ойын түрі: «Қамалды қорға»

	12.15 – 12.30 Онгарова А. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету. Ойын түрі: «Ұшақтар»	Рашид М. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Мәскеу Б. Тақырыбы: Еңбектеу және өрмелеу Мақсаты: дене шынықтырудың маңыздылығы түсіндіру.	қасиетін дамыту 12.15 – 12.30 Манас Ж. Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру. Мақсаты: гимнастикалық қабырғамен өрмелеуге үйрету.	Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» кимыл – қозғалыс ойыны.	12.15 – 12.30 Қосдәулетов Е. Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру. Ойын түрі: «Қоян мен қасқыр».
Педагогтармен ақыл – кеңес	12.30-13.00 «Балдәурен» тобы Тәрбиешілерге ұлттық ойын бойынша кеңес беру.	12.30-13.00 «Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	12.30-13.00 «Семицветик» тобы Тәрбиешілерге кимыл – қозғалыс ойындарын үйрету.	12.30-13.00 «Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	12.30-13.00 «Ақбота» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
ҮІК дайындық	13.00-13.30 Спорттық жарыстарды ұйымдастыру..	13.00-13.30 Көңілді эстафеталық жарыстарды жоспарлау.	13.00-13.30 Ұлттық спорт түрі «арқан тартыс» бойынша оқу қызметін жоспарлау.	13.00-13.30 Спорт денсаулық – кепілі жарыс түрінде.	13.00-13.30 Кім жылдам? Кім күшті? Екі топ бойынша көңілді ойындарды жоспарлау.
Ата – анамен жұмыс	13.30-14.00 «Қонжық» тобы ата-аналарымен «кимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	13.30-14.00 «Семицветик» тобы ата-аналарымен көңілді ойындар туралы мәліметтер беру.	13.30-14.00 «Балдәурен» тобы ата-аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	13.30-14.00 «Балақай» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	13.30-14.00 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.

2023-2024 ж.ж. 20-24 мамыр аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындыковтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Балабақша				
Таңғы жаттығу	08.15 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Гномики» тобы. Гимнастикалық атрибуттарды (шар, сакина) қолдануға үйрету. 08.25 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Семицветик тобы. Аюша қорбандап жүру.	08.15 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Гномики» тобы. Жыланша ирелеңдеп жүру. 08.25-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Семицветик тобы. Допты домалату.	08.15 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Гномики» тобы. Қол жоғарыда, аяқ ұшымен жүру. 08.25 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Семицветик тобы. Жанға иілу.	08.15 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Гномики» тобы. Оң қол жоғарыда, сол қол төменде, қолды артқа серпу. 08.25-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Семицветик тобы. Күнге созылу.	08.15 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Гномики» тобы. Аяқ арасы иық деңгейінде, басты оңға, солға, артқа, алға айналдыру. 08.25-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Семицветик тобы. Торғайларға ұқсап ұшамыз. (жеңіл – желпі жүгіру)
ҮІҚ дайындық	08.35 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру сабағы бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.35 – 09.00 Ұзындыққа секіретін алаңды белгілеу, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.35 – 09.00 Тыныс алу тақырыбына жоспар құру.	08.35 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Сабақ бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.
ҮІӨ өткізу	09.00 – 09.20 «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық	09.00 – 09.20 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық мазмұны:	09.00 – 09.20 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық

мазмұны: 1. Көлбеу қойылған тақтай үстінде жүруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету; балалардың бір-біріне көңіл аударуына, ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	мазмұны: 1. Көлбеу қойылған тақтай үстінде жүруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету; балалардың бір-біріне көңіл аударуына, ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Семнцетик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Үш метрден он метрге дейін қайталамалы (челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші	мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Үш метрден он метрге дейін қайталамалы (челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық мазмұны: 1. Көлбеу қойылған тақтай үстінде жүруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету; балалардың	1. Көлбеу қойылған тақтай үстінде жүруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету; балалардың бір-біріне көңіл аударуына, ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Үш метрден он метрге дейін қайталамалы (челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс	мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Үш метрден он метрге дейін қайталамалы (челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. 09.30 – 09.50 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Үш метрден он метрге дейін қайталамалы
--	---	---	---	---

		толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық мазмұны: 1. Көлбеу қойылған тақтай үстінде жүруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету; балалардың бір-біріне көңіл аударуына, ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	бір-біріне көңіл аударуына, ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	ойыны.	(челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Үш метрден он метрге дейін қайталамалы (челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балдәурен» тобы
--	--	---	---	---------------	--

					Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Үш метрден он метрге дейін қайталамалы (челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-козғалыс ойыны.
Топпен жұмыс			10.30-11.00 «Қарлығаш» тобы Мақсаты: жүру тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны		
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қарлығаш» тобы. Абаев Д. Тақырыбы: Ептілікті дамыту. Ептілікті дамытуға	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Айтқұл А. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30	11.00 – 11.15 «Қонжық» тобы Әбдуәлиев Н. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу.	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Бектұрған.К Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Дархан І. Тақырыбы: Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30

	арналған жаттығулар. 11.15 – 11.30 Ақмажиев Д. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Ақмажиев А. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ергали К. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Сабыр О. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Онгарова А. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	Амангелді Н. Тақырыбы: шаңғымен сырганауды үйрету. 11.30-11.45 Ғанибай Қ. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Дүйсенова С. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Жоламан А. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жаксылық М. Тақырыбы: кардан аккала жасауды үйрету.	11.15 – 11.30 Жанпулатов Р.Іе Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Жүсіп Ж. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Изтилеуов Т. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Сауытбаева Н. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Төлеубай И. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Бланов Н. Тақырыбы: допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Бөгетбай Е. Тақырыбы: шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Ибрагим И. Тақырыбы: бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Искашев А. Тақырыбы: Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Қамбар С. Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	Базарбаев Н. Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Балтабек А. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Ерболатова А. Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Исентаева А. Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Қосдаулетов Е. Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	«Балақай» тобы Тәрбиешілерімен балаларды ынтымақтастыққа тарту, көңілін көтеру туралы әңгімелеу.	«Қонжық» тобы Тәрбиешілерден балалардың қабылдау процесін анықтау үшін қандай жаттығулар орындауды сұрау.	«Ақбота» тобы Тәрбиешілерге дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	«Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге балалардың оқуға, еңбекке деген белсенділігін арттырудағы басты құрал дене шынықтыру екенін әңгімелеу.	«Балдәурен» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
ҮІҚ дайындық	Спорт залдың тазалығын қадағалау, керек құрал- жабдықтарды тексеру.	Технологиялық картаны жоспарлау, әдістемені дайындау.	Циклограмманы құру, әдістемені жоспарлау.	Ертеңгі технологиялық картаны құру.	Допты тордан өткізу сабағына әдістемені жоспарлау.

Ата – анамен жұмыс	«Қонжық» тобы ата-аналарына дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	«Балдәурен» тобы ата-аналарына балалардың өз шамал-шаркында жаттығу жасауды жетілдіруді айту.	«Балақай» тобы ата-аналарына дене шынықтыру сабағына қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу.	«Ақбота» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру.	«Қарлығаш» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.
--------------------	--	---	--	--	---

Тексерілді
Әдіскер Mellor
« 27 » 05 2023-2024 ж.ж.

2023-2024 ж.ж 27-31 мамыр аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындыковтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Жомарт күз				
Таңғы жаттығу	08.15 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Гномики» тобы. Тыныс алу жаттығулары. 08.25 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Семицветик тобы. Үйқыдан кейінгі жаттығулар.	08.15 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Гномики» тобы. Көзге арналған жаттығулар. 08.25-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Семицветик тобы. Жүгіру жаттығуларын орындау.	08.15 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Гномики» тобы. Қол жоғарыда, аяқ ұшымен жүру. 08.25 – 08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Семицветик тобы. Ертенгілік жаттығудың бала өміріндегі орны.	08.15 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Гномики» тобы. Оң қол жоғарыда, сол қол төменде, қолды артқа серпу. 08.25-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Семицветик тобы. Ұзындыққа секіру.	08.15 – 08.20 «Қарлығаш» тобы. «Балдәурен» тобы. «Гномики» тобы. Аяқ арасы иық деңгейінде, басты оңға, солға, артқа, алға айналдыру. 08.25-08.30 Қонжық тобы. Құлагер тобы. Семицветик тобы. Ертенгілік гимнастика.
ҮІК дайындық	08.35 – 09.00 Тыныс алу тақырыбына жоспар құру.	08.35 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру сабағы бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.35 – 09.00 Ұзындыққа секіретін алаңды белгілеу, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.35 – 09.00 Сабақ бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.
ҮІӘ өткізу	09.00 – 09.20 «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық мазмұны: 1. Көлбеу қойылған	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық мазмұны: 1. Көлбеу қойылған	09.30 – 09.50 «Қонжық» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын	09.00 – 09.20 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық мазмұны: 1. Көлбеу қойылған тақтай үстінде жүруге	09.00 – 09.20 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын

тақтай үстінде жүруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету; балалардың бір-біріне көңіл аударуына, ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	тақтай үстінде жүруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету; балалардың бір-біріне көңіл аударуына, ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Семицветик» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Үш метрден он метрге дейін қайталамалы (челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге	жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Үш метрден он метрге дейін қайталамалы (челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық мазмұны: 1. Көлбеу қойылған тақтай үстінде жүруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету; балалардың бір-біріне көңіл аударуына,	үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету; балалардың бір-біріне көңіл аударуына, ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Үш метрден он метрге дейін қайталамалы (челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны.	жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Үш метрден он метрге дейін қайталамалы (челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. 09.30 – 09.50 «Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Үш метрден он метрге дейін қайталамалы (челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші
---	--	--	---	---

		жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30-10.50 «Қарлығаш» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық мазмұны: 1. Көлбеу қойылған тақтай үстінде жүруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшандық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету; балалардың бір-біріне көңіл аударуына, ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.		толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.00-10.20 «Балақай» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындайтын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшандық, ептілікті дамыту. 3. Үш метрден он метрге дейін қайталамалы (челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. 10.30 – 10.50 «Балдәурен» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту:
--	--	--	--	--	--

					Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Үш метрден он метрге дейін қайталамалы (челночный) жүтіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны.
Топпен жұмыс				10.00 – 10.20 «Қарлығаш» тобы Төлеубай И. Урдабаев А. Аманай А. Максатов Н. Максаты: жалпы дамыту жаттығулары. «Тышқан мен мысық» ойыны	
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Балақай» тобы. Абаев Д. Тақырыбы: Ептілікті	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Айтқұл А. Тақырыбы: шаңғыны	11.00 – 11.15 «Қонжық» тобы Әбдуәлиев Н. Тақырыбы: шаңғыны	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Бектұрған.К Тақырыбы: допты	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Дархан І. Тақырыбы. Оң қолмен

	дамыту. Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. 11.15 – 11.30 Ақмажиев Д. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Ақмажиев А. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ергали К. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Сабыр Ө. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Онгарова А. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Амангелді Н. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Ганибай Қ. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Дүйсенова С. Тақырыбы: шаңғымен алымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Жоламан А. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жақсылық М. Тақырыбы: қардан ақкала жасауды үйрету.	таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Жанпулатов Р. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Жүсіп Ж. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Изтилеуов Т. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Сауытбаева Н. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Төлеубай И. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Бланов.Н Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Бөгетбай.Е Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Ибрагим.И Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Искалиев.А Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Қамбар. С Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Базарбаев.Н Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Балтабек.А Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Ерболатова.А Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Исентаева А. Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру 12.15 – 12.30 Қосаулетов Е. Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	«Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерімен балалардың дене шынықтыруға деген қабілеттерін әңгімелеу.	«Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	«Балақай» тобы Тәрбиешілерге балалардың іс-әрекетін баяндау, балаларды мақтау және мадақтау..	«Ақбота» тобы Тәрбиешілерге кеңес допты лақтыру бойынша тапсырмалар беру.	«Балдарен» тобы Тәрбиешілерге кеңес оң қолымен затты көтеріп келесі сол қолға ауыстыруды қадағалауға және топта қайта лауға.
ҮІҚ дайындық	Сабақтың мақсатын жоспарлау, керекті құрал-жабдықтарды	Ертеңгілік жатығуларды жоспарлау, доп, арқан құралдарын дайындау.	Көңілді сайыстар сабақ барысында өткізуге дайындалу жоспар	Қимыл – қозғалыс ойындарын жоспарлау..	Циклограмманы құру, әдістерімені жоспарлау.

	дайындау.		күру.		
Ата – анамен жұмыс	«Қонжық» тобы ата-аналарымен « ұлттық ойындар» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	«Ақбота» тобы ата – аналарымен ақыл-кеңес жұмыстарын жүргізу.	«Балдәурен» тобы ата – аналарына балалардың жұмыстары жайында әңгімелесу.	«Балақай» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден кайталауға кеңес беру.	«Қарлығаш» тобы ата-аналарына балалардың сабаққа деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.