Тексерілді
Әдіскер_____
«02» 09 2024-2025 жж.

2024-2025 жж. 02-06 қыркүйек аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата – аналарымен жеке ақыл-кеңес жұмыстарын жүргізу.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына дене тәрбиесінің маңыздылығын түсіндіру	08.40 – 08.50 «Балапан» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Құлагер» тобы ата- аналарына балалардың сабаққа деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Саптық жаттығулары мен қимыл-қозғалыс ойындары бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Саптық жаттығулары мен қимыл-қозғалыс ойындары бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Саптық жаттығулары мен қимыл-қозғалыс ойындары бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Саптық жаттығулары мен қимыл-қозғалыс ойындары бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Саптық жаттығулары мен қимыл-қозғалыс ойындары бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.

ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық мазмұны:	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» 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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар	**09.00 – 09.25** **«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 толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55**

	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. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» 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	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. **10.30-10.55** **«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	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. **10.00-10.25** **«Балдәурен» 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.	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. **10.00-10.25** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру.	**«Қарлығаш» 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.

	жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны.	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.	Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	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.	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45

	Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	Бауытқелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	«Балақай» тобы Тәрбиешілерімен балалардың өзіндік ерекшеліктері туралы сөйлесу.	«Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге дене шынықтырудың маңыздылығы жайлы түсіндіру.	«Қонжық» тобы Тәрбиешілерге қимыл – қозғалыс ойындарын көрсету.	«Балдәурен» тобы Тәрбиешілерге қауіпсіздік ережелерін түсіндіру.	«Ақбота» тобы Тәрбиешілерге балалардың сабаққа деген қызығушылығын әңгімелеу.
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	

Тексерілді
Әдіскер_____
«_9_»_09_____ 2024-2025 жж.

2024-2025 жж 9-13 қыркүйек аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күп тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40-08.50 «Достық» тобы ата-аналарына дене шынықтыру сабағының мақсатын түсіндіру.	08.40-08.50 «Қонжық» тобы ата – аналарына балалардың ерекше қасиеттерін әңгімелеу.	08.40-08.50 «Балақай» тобы ата – аналарына дене шынықтыру сабағына қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу.	08.40-08.50 «Ақбота» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру.	08.40-08.50 «Балапан» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Балалардың дене жаттығуларын жасауға деген қызығушылықтарын арттыру.	08.50 – 09.00 Кедергілерді дайындау жүру сабағы барысына	08.50 – 09.00 Кіші доптарды лақтыруға дайындау,доптарды шығару.	08.50 – 09.00 Тақырып керекті құралдарды дайындыу.	08.50 – 09.00 Жүру сабағына жүйелі түрде дайындық жүргізу.
	09.00 – 09.25 «Қонжық» тобы	**09.30 – 09.55 «Балдәурен» тобы**	**09.00 – 09.25 «Ақбота» тобы**	**09.00 – 09.25 «Қонжық» тобы**	**09.00 – 09.25 «Ақбота» тобы**

ҰІӘ өткізу	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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық мазмұны: 1. Көлбеу қойылған	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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын	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. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді -	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. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді -	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. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар

	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. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» 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	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. **10.30-10.55** **«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	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. **10.00-10.25** **«Балдәурен» 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-	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. **10.00-10.25** **«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	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.

	аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозға	үйрету; балалардың бір-біріне көңіл аударуына, ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	қозгалыс ойыны.	ойыны.	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару.	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бауытқелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед

	дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	«Балдәурен» тобы Тәрбиешілерімен балалардың дене шынықтыруға деген қабілеттерін әңгімелеу.	«Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	«Ақбота» тобы Тәрбиешілерді спорт зал алаңымен таныстыру.	«Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	«Балакай» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
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	

Тексерілді
Әдіскер _____
«16» 09 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж. 16-20 қыркүйек аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Достық» тобы ата-аналарына дене шынықтыру сабағының мақсатын түсіндіру.	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата –аналарына балалардың ерекше қасиеттерін әңгімелеу.	08.40 – 08.50 «Балақай» тобы ата – аналарына дене шынықтыру сабағына қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу.	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру.	08.40 – 08.50 «Балапан» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Балалардың дене жаттығуларын жасауға деген қызығушылықтарын арттыру.	08.50 – 09.00 Кіші доптарды лақтыруға дайындау,доптарды шығару.	08.50 – 09.00 Тақырып бойынша керекті құралдарды дайындыу	08.50 – 09.00 Жүру сабағына жүйелі түрде дайындық жүргізу.	08.50 – 09.00 Сабаққа керек гимнастикалық бөренені,гимнастикалық қабырғаны дайындау.
	09.00 – 09.25 «Қонжық» тобы	**09.30 – 09.55 «Балдәурен» тобы**	**09.00 – 09.25 «Ақбота» тобы**	**09.00 – 09.25 «Қонжық» тобы**	**09.00 – 09.25 «Ақбота» тобы**

ҰІӘ өткізу	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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық мазмұны:	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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын	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. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді -	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. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны:	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. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық

	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. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» 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	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. **10.30-10.55** **«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	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. **10.00-10.25** **«Балдәурен» 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-	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. **10.00-10.25** **«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	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.

	қайталамалы (челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны.	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.	қозғалыс ойыны.	метрге дейін қайталамалы (челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны.	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету.	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бақтыкелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00

	лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	«Балдәурен» тобы Тәрбиешілерімен балалардың дене шынықтыруға деген қабілеттерін әңгімелеу.	«Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	«Ақбота» тобы Тәрбиешілерді спорт зал алаңымен таныстыру.	«Балақай» тобы Тәрбиешілерге дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	«Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Мен билеймін		15.00-15.20 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Семицветик» тобы Тақырыбы: Мен билеймін	

=

Тексерілді
Әдіскер
«23» 09 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж. 23-27 қыркүйек аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарына дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына балалардың өз шама-шарқында жаттығу жасауды жетілдіруді айту.	08.40 – 08.50 «Балақай» тобы ата – аналарына дене шынықтыру сабағына қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу.	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру.	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру сабағы бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Ұзындыққа секіретін алаңды белгілеу, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Тыныс алу тақырыбына жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Сабақ бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.
	09.00 – 09.25	**09.30 – 09.55**	**09.00 – 09.25**	**09.00 – 09.25**	**09.00 – 09.25**

ҰІӘ **өткізу**	**«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық мазмұны: 1. Көлбеу қойылған тақтай үстінде жүруге	**«Балдәурен» 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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық	**«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық	**«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру.	**«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 толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар

	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. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» 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	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. **10.30-10.55** **«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.	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. **10.00-10.25** **«Балдәурен» 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.	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: 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	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.

	жаса» қимыл-қозғалыс ойыны.	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.	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.	ойыны.	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бауытқелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед

	Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир 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.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Мен		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Мен билеймін	

Тексерілді
Әдіскер _____
« 30 **»** 09 **2024-2025 ж.ж.**

2024-2025 ж.ж 30-04 қыркүйек-қазан аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарымен « ұлттық ойындар» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата – аналарымен ақыл-кеңес жұмыстарын жүргізу.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына балалардың жұмыстары жайында әңгімелесу.	08.40 – 08.50 «Балақай» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына балалардың сабаққа деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Тыныс алу тақырыбына жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру сабағы бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Ұзындыққа секіретін алаңды белгілеу, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Сабақ бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.
	09.00 – 09.25	**09.30 – 09.55**	**09.00 – 09.25**	**09.00 – 09.25**	**09.00 – 09.25**

ҰІӘ **өткізу**	**«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық мазмұны:	**«Балдәурен» 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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны:	**«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық	**«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді -	**«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 толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар

	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. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» 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	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. **10.30-10.55** **«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	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. **10.00-10.25** **«Балдәурен» 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.	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. **10.00-10.25** **«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	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.

	(челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны.	алысқа лақтыруға үйрету; балалардың бір-біріне көңіл аударуына, ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	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.	ойыны.	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету.	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бақтыкелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед

Тексерілді
Әдіскер _____
«07» 10 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж. 07-11 қазан аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата – аналарымен көңілді ойындар туралы мәліметтер беру.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Балақай» тобы ата-аналарына балалардың сабаққа деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Жүру тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру сабағы бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Ұзындыққа секіретін алаңды белгілеу, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Сабақ бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.

ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» 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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны:	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен	**09.00 – 09.25** **«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 толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын

	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. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» 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	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. **10.30-10.55** **«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	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. **10.00-10.25** **«Балдәурен» 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	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. **10.00-10.25** **«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	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.

	қайталамалы (челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны.	үйрету; балалардың бір-біріне көңіл аударуына, ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	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.	жаса» қимыл-қозғалыс ойыны.	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету.	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бауытқелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00

	үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	«Балдәурен» тобы Тәрбиешілерге ұлттық ойын бойынша кеңес беру.	«Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	«Ақбота» тобы Тәрбиешілерге қимыл – қозғалыс ойындарын үйрету.	«Балақай» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	«Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Мен билеймін		15.00-15.20 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Семицветик» тобы Тақырыбы: Мен билеймін	

Тексерілді
Әдіскер _____
« 14 **»** 10 _____ **2024-2025 ж.ж.**

2024-2025 ж.ж 14-18 қазан аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата – аналарына асық ату ойыны туралы мәліметтер беру.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40 – 08.50 «Балақай» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата- аналарына балалардың сабаққа деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Ұлттық ойындар тақырыбына бойынша	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру сабағы	08.50 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе	08.50 – 09.00 Сабақ бойынша тыныс жүйесін

	жоспар құру.		бойынша, дәптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	дәптарын, секіртпені дайындау.	жақсартатын жаттығуларды орындау.
ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.255** **«Қоңжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту:	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» 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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту:	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қоңжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру	**09.00 – 09.25** **«Қоңжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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!» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық

	Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек аланқайында 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. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға, солға бұрылу Бағдарламалық мазмұны: Сапқа тұру, шашырап жүгіру, сапта өз орнын	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. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек аланқайында тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. 2. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 3. Алға қарай екі аяқпен	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. **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек аланқайында тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. 2. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 3. Алға қарай екі аяқпен секіріп жүруге үйрету;	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. **10.00-10.25** **«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	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» иреленделп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Ұстап ал» қимыл-қозғалыс ойыны.

	таба жүгіру, белгілі қашықтыққа жүгіруге жаттықтыру. Заттардан аттап жүруде тепе-теңдік сақтау. Секіртпемен еркін секіруге үйрету. Ойын түрі: «Жұбыңды тап!» қимыл-қозғалыс ойыны.	секіріп жүруге үйрету; кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай лақтырып, оны қағып алу. Ойын түрі: «Аттар» қимыл-қозғалыс ойыны.	кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай лақтырып, оны қағып алу. Ойын түрі: «Аттар» қимыл-қозғалыс ойыны.	ойыны.	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар.	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бақтыкелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру.

	Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	«Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге ұлттық ойын бойынша кеңес беру.	«Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	«Ақбота» тобы Тәрбиешілерге ұлттық ойындарын көрсету..	«Балдәурен» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мумкіндік беру.	«Балақай» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетемі		15.00-15.20 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 «Балдәурен» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз	

Тексерілді
Әдіскер _____
«_11_» _10_ 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 21 – 25 қазан аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата – аналарымен жеке ақыл-кеңес жұмыстарын жүргізу.	08.40 – 08.50 «Балақай» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына дене тәрбиесінің маңыздылығын түсіндіру	
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Допты лақтыру тақырыбы бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Тақырып бойынша әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	
ҰІӘ	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы**	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» тобы**	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы**	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы**	

өткізу	Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Белгі бойынша тоқтап, жүру және жүгіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап, жүгіруге және жүруге үйрету. 2. Лақтыру күшін және көзбен мөлшерлей білуді дамыту. 3. Көлденең тұрған нысанаға қапшықтарды лақтыруға жаттықтыру; заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Белгі бойынша тоқтап, жүру және жүгіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап, жүгіруге және жүруге	Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Белгі бойынша тоқтап, жүру және жүгіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап, жүгіруге және жүруге үйрету. 2. Лақтыру күшін және көзбен мөлшерлей білуді дамыту. 3. Көлденең тұрған нысанаға қапшықтарды лақтыруға жаттықтыру; заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі қатар сапқа тұру, орында бұрылу. Бағдарламалық мазмұны:	Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Белгі бойынша тоқтап, жүру және жүгіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап, жүгіруге және жүруге үйрету. 2. Лақтыру күшін және көзбен мөлшерлей білуді дамыту. 3. Көлденең тұрған нысанаға қапшықтарды лақтыруға жаттықтыру; заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі қатар сапқа тұру, орында бұрылу. Бағдарламалық мазмұны:	Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Белгі бойынша тоқтап, жүру және жүгіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап, жүгіруге және жүруге үйрету. 2. Лақтыру күшін және көзбен мөлшерлей білуді дамыту. 3. Көлденең тұрған нысанаға қапшықтарды лақтыруға жаттықтыру; заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.30 – 10.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі қатар сапқа тұру, орында бұрылу. Бағдарламалық	

	үйрету. 2. Лақтыру күшін және көзбен мөлшерлей білуді дамыту. 3. Көлденең тұрған нысанаға қапшықтарды лақтыруға жаттықтыру; заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі қатар сапқа тұру, орында бұрылу. Бағдарламалық мазмұны: Екі қатар сапқа тұру, бір орында тұрып бұрылу, баяу жүру, нұсқаушының белгісі бойынша бағытты өзгерте алға, артқа аяқты-аяққа таяп қойып, бүйірмен жүру. Еңкейтілген таяқ үстінен кедергілерді биіктігі 10см тақтайшаларды аттай жүгіру. Ойын түрі: «Фигура	Екі қатар сапқа тұру, бір орында тұрып бұрылу, баяу жүру, нұсқаушының белгісі бойынша бағытты өзгерте алға, артқа аяқты-аяққа таяп қойып, бүйірмен жүру. Еңкейтілген таяқ үстінен кедергілерді биіктігі 10см тақтайшаларды аттай жүгіру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қлзғалыс ойыны. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Белгі бойынша тоқтап, жүру және жүгіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап, жүгіруге және жүруге үйрету. 2. Лақтыру күшін және көзбен мөлшерлей білуді дамыту. 3. Көлденең тұрған	Екі қатар сапқа тұру, бір орында тұрып бұрылу, баяу жүру, нұсқаушының белгісі бойынша бағытты өзгерте алға, артқа аяқты-аяққа таяп қойып, бүйірмен жүру. Еңкейтілген таяқ үстінен кедергілерді биіктігі 10см тақтайшаларды аттай жүгіру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қлзғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Белгі бойынша тоқтап, жүру және жүгіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап, жүгіруге және жүруге үйрету. 2. Лақтыру күшін және көзбен мөлшерлей білуді дамыту. 3. Көлденең тұрған	мазмұны: Екі қатар сапқа тұру, бір орында тұрып бұрылу, баяу жүру, нұсқаушының белгісі бойынша бағытты өзгерте алға, артқа аяқты-аяққа таяп қойып, бүйірмен жүру. Еңкейтілген таяқ үстінен кедергілерді биіктігі 10см тақтайшаларды аттай жүгіру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«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 шашырап жүгіруге, сапқа тұру, саптан екі	

	жаса» қимыл-қлзғалыс ойыны.	нысанаға қапшықтарды лақтыруға жаттықтыру; заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны.	нысанаға қапшықтарды лақтыруға жаттықтыру; заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны.	шеңбер құруға жаттықтыру. Ойын түрі: «Асықтар» қимыл-қозғалыс ойыны.	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдәурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру.	

	жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	алымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	
Педагогтармен ақыл – кеңес	«Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерімен балалардың өзіндік ерекшеліктері туралы сөйлесу.	«Балақай» тобы Тәрбиешілерге дене шынықтырудың маңыздылығы жайлы түсіндіру.	«Ақбота» тобыТәрбиешілерге қауіпсіздік ережелерін түсіндіру.	«Балдәурен» тобы Тәрбиешілерге балалардың сабаққа деген қызығушылығын әңгімелеу.	
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз		15.00-15.20 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 «Балдәурен» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз	

Тексерілді
Әдіскер
«28» 10 2024-2025 ж.ж

2024-2025 ж.ж 28-01 қазан, қараша аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40-08.50 «Балақай» тобы ата-аналарына дене шынықтыру сабағының мақсатын түсіндіру.	08.40-08.50 «Қонжық» тобы ата – аналарына балалардың ерекше қасиеттерін әңгімелеу.	08.40-08.50 «Балдәурен» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру.	08.40-08.50 «Ақбота» тобы ата – аналарына дене шынықтыру сабағына қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу.	08.40-08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Балалардың дене жаттығуларын жасауға деген қызығушылықтарын арттыру.	08.50 – 09.00 Кедергілерді дайындау жүру сабағы барысына	08.50 – 09.00 Кіші доптарды лақтыруға дайындау, доптарды шығару.	08.50 – 09.00 Тақырып керекті құралдарды дайындыу.	08.50 – 09.00 Жүру сабағына жүйелі түрде дайындық жүргізу.

ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Аттракциондар Бағдарламалық мазмұны: 1. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. 2. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ойын ережелерін сақтауға үйрету Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Аттракциондар	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Аттракциондар Бағдарламалық мазмұны: 1. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. 2. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ойын ережелерін сақтауға үйрету Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Музыкалық ырғақты жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір қалыпты жартылай отыруды және жеңіл секірулерді үйрету.	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Аттракциондар Бағдарламалық мазмұны: 1. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. 2. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ойын ережелерін сақтауға үйрету Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Музыкалық ырғақты жаттығулар Бағдарламалық мазмұны:	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Аттракциондар Бағдарламалық мазмұны: 1. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. 2. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ойын ережелерін сақтауға үйрету Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Музыкалық ырғақты жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір қалыпты жартылай отыруды және жеңіл секірулерді үйрету.	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Музыкалық ырғақты жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір қалыпты жартылай отыруды және жеңіл секірулерді үйрету. 2. Белгіге жауап беру білігін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету, белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қлзғалыс ойыны.. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Музыкалық ырғақты жаттығулар Бағдарламалық мазмұны:

	Бағдарламалық мазмұны: 1. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. 2. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ойын ережелерін сақтауға үйрету Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Музыкалық ырғақты жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір қалыпты жартылай отыруды және жеңіл секірулерді үйрету. 2. Белгіге жауап беру білігін дамыту.	2. Белгіге жауап беру білігін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету, белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Аттракциондар Бағдарламалық мазмұны: 1. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. 2. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ойын ережелерін сақтауға үйрету Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойыны.	1. Бір қалыпты жартылай отыруды және жеңіл секірулерді үйрету. 2. Белгіге жауап беру білігін дамыту./ 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету, белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Аттракциондар Бағдарламалық мазмұны: 1. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. 2. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ойын ережелерін	2. Белгіге жауап беру білігін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету, белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Музыкалық ырғақты жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір қалыпты жартылай отыруды және жеңіл секірулерді үйрету. 2. Белгіге жауап беру білігін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету, белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны.	1. Бір қалыпты жартылай отыруды және жеңіл секірулерді үйрету. 2. Белгіге жауап беру білігін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету, белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны.

	3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету, белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қлзғалыс ойыны.		сақтауға үйрету Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойыны.		
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Акан Айару.	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру.	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бақтыкелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою

	Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: кардан аққала жасауды үйрету.	Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	«Балдәурен» тобы Тәрбиешілерімен балалардың дене шынықтыруға деген қабілеттерін әңгімелеу.	«Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	«Ақбота» тобы Тәрбиешілерді спорт зал алаңымен таныстыру.	«Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	«Балақай» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 «Балдәурен» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз		15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетем	

Тексерілді
Әдіскер_____

«_04_» _11_____ 2024-2025 ж.ж

2024-2025 жж 04 - 08 қараша аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата-анамен жұмыс	08.40-08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына дене шынықтыру оқу қызметінің мақсатын түсіндіру.	08.40-08.50 «Қонжық» тобы ата – аналарына балалардың ерекше қасиеттерін әңгімелеу.	08.40-08.50 «Семицветик» тобы ата – аналарына дене шынықтыру оқу қызметіне қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу.	08.40-08.50 «Балдәурен» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру	08.40-08.50 «Ақбота» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Балалардың дене жаттығуларын жасауға деген	08.50 – 09.00 Кіші доптарды лақтыруға дайындау,доптарды шығару.	08.50 – 09.00 Тақырып бойынша керекті құралдарды дайындыу	08.50 – 09.00 Жүру сабағына жүйелі түрде дайындық жүргізу.	08.50– 09.00 Сабаққа керек гимнастикалық бөренені,гимнастикалық қабырғаны дайындау.

	қызығушылықтарын арттыру.				
ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Командалық ойындар Бағдарламалық мазмұны: 1. Ойындарды ойнау және жаттығуларды орындау барысында ұжымдық қимыл-әрекеттердің үйлесімділігін дамыту. 2. Ұжым болып әрекет етуге, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. 3. Шапшаңдық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерді дамыту. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Командалық ойындар	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Командалық ойындар Бағдарламалық мазмұны: 1. Ойындарды ойнау және жаттығуларды орындау барысында ұжымдық қимыл-әрекеттердің үйлесімділігін дамыту. 2. Ұжым болып әрекет етуге, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. 3. Шапшаңдық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерді дамыту. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту:	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Командалық ойындар Бағдарламалық мазмұны: 1. Ойындарды ойнау және жаттығуларды орындау барысында ұжымдық қимыл-әрекеттердің үйлесімділігін дамыту. 2. Ұжым болып әрекет етуге, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. 3. Шапшаңдық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерді дамыту. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны:	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Командалық ойындар Бағдарламалық мазмұны: 1. Ойындарды ойнау және жаттығуларды орындау барысында ұжымдық қимыл-әрекеттердің үйлесімділігін дамыту. 2. Ұжым болып әрекет етуге, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. 3. Шапшаңдық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерді дамыту. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру

	Бағдарламалық мазмұны: 1. Ойындарды ойнау және жаттығуларды орындау барысында ұжымдық қимыл-әрекеттердің үйлесімділігін дамыту. 2. Ұжым болып әрекет етуге, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. 3. Шапшаңдық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерді дамыту. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек аланқайында тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. 2. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға	Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек аланқайында 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. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Дене шынықтыру Тақырыбы: Командалық ойындар Бағдарламалық	1. Кіші тірек аланқайында 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 **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Командалық ойындар Бағдарламалық мазмұны: 1. Ойындарды ойнау және жаттығуларды орындау барысында ұжымдық қимыл-әрекеттердің үйлесімділігін дамыту. 2. Ұжым болып әрекет етуге, ұйымшылдыққа тәрбиелеу.	Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек аланқайында 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. **10.00-10.25** **«Балақай» тобы** Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек аланқайында тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. 2. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға	Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру\ Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек аланқайында 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.

	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. Ойындарды ойнау және жаттығуларды орындау барысында ұжымдық қимыл-әрекеттердің үйлесімділігін дамыту. 2. Ұжым болып әрекет етуге, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. 3. Шапшаңдық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерді дамыту. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны.	3. Шапшаңдық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерді дамыту. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны.	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.	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен

	дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: кардан аққала жасауды үйрету.	таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бауғыкелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
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 «Балақай» тобы Тәрбиешілерге дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	12.30-13.00 «Семицветик» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.

Үйірме жұмысы		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» тобыТақырыбы: Мысық пен қыз15.20-15.40 «Балдәурен» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз	

Тексерілді
Әдіскер _____
«11» 11 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 11- 15 қараша аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40-08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40-08.50 «Балақай» тобы ата – аналарына асық ату ойыны туралы мәліметтер беру.	08.40-08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40-08.50 «Ақбота» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40-08.50 «Семицветик» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50– 09.00 Ұлттық ойындар тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.
	09.00 – 09.25 **«Қонжық» тобы**	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» тобы**	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы**	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы**	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы**

ҮІӘ **өткізу**	Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық немесе бөрене үстінде еңбектеп жүруге және шеңбер бойымен жүгіруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді-шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен құм толтырылған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу Бағдарламалық мазмұны:	Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық немесе бөрене үстінде еңбектеп жүруге және шеңбер бойымен жүгіруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді-шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен құм толтырылған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сылдырмақтар» ойыны Бағдарламалық мазмұны:	Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық немесе бөрене үстінде еңбектеп жүруге және шеңбер бойымен жүгіруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді-шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен құм толтырылған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сылдырмақтар» ойыны Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру және жүгіруге жаттықтыру; «Сылдырмақтар»	Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық немесе бөрене үстінде еңбектеп жүруге және шеңбер бойымен жүгіруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді-шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен құм толтырылған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.30 – 10.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сылдырмақтар» ойыны Бағдарламалық мазмұны:	Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сылдырмақтар» ойыны Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру және жүгіруге жаттықтыру; «Сылдырмақтар» ойынының шартын түсіндіру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Еңбектеуге және еденде қырымен тұрған баспалдақ таяқшаларының арасынан еңбектеп өтуге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтыр! Қағып ал!», «Жүгіріс» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сылдырмақтар»

	1. Гимнастикалық орындық немесе бөрене үстінде еңбектеп жүруге және шеңбер бойымен жүгіруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді-шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен құм толтырылған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сылдырмақтар» ойыны Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру және жүгіруге жаттықтыру; «Сылдырмақтар»	1. Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру және жүгіруге жаттықтыру; «Сылдырмақтар» ойынының шартын түсіндіру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Еңбектеуге және еденде қырымен тұрған баспалдақ таяқшаларының арасынан еңбектеп өтуге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтыр! Қағып ал!», «Жүгіріс» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық немесе бөрене үстінде еңбектеп жүруге және	ойынының шартын түсіндіру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Еңбектеуге және еденде қырымен тұрған баспалдақ таяқшаларының арасынан еңбектеп өтуге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтыр! Қағып ал!», «Жүгіріс» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық немесе бөрене үстінде еңбектеп жүруге және шеңбер бойымен жүгіруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді-шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен құм толтырылған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту Ойын түрі: «Лақтырам,	1. Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру және жүгіруге жаттықтыру; «Сылдырмақтар» ойынының шартын түсіндіру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Еңбектеуге және еденде қырымен тұрған баспалдақ таяқшаларының арасынан еңбектеп өтуге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтыр! Қағып ал!», «Жүгіріс» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сылдырмақтар» ойыны Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру және	ойыны Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру және жүгіруге жаттықтыру; «Сылдырмақтар» ойынының шартын түсіндіру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Еңбектеуге және еденде қырымен тұрған баспалдақ таяқшаларының арасынан еңбектеп өтуге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтыр! Қағып ал!», «Жүгіріс» қимыл-қозғалыс ойыны.

	ойынының шартын түсіндіру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Еңбектеуге және еденде қырымен тұрған баспалдақ таяқшаларының арасынан еңбектеп өтуге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтыр! Қағып ал!», «Жүгіріс» қимыл-қозғалыс ойыны.	шеңбер бойымен жүгіруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді-шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен құм толтырылған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны.	қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны.	жүгіруге жаттықтыру; «Сылдырмақтар» ойынының шартын түсіндіру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Еңбектеуге және еденде қырымен тұрған баспалдақ таяқшаларының арасынан еңбектеп өтуге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтыр! Қағып ал!», «Жүгіріс» қимыл-қозғалыс ойыны.	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдәурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар.	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболаткызы	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран

	Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Дәулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бауытқелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
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.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы		15.00-15.20 «Ақбота» тобы	

		Тақырыбы: Мысық пен қыз 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз		Тақырыбы: Мысық пен қыз 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз	

Тексерілді
Әдіскер_____
«_18_» _11_____2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 18-22 қараша аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата – аналарымен көңілді ойындар туралы мәліметтер беру.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40 – 08.50 «Семицветик» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Жүру тақырыбы бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Ұзындыққа секіретін алаңды белгілеу, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.

ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.25** **«Қоңжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1.Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту.	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» 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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар сапқа тұру, тізені сәл бүге жүру,	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қоңжық» 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» иреленděп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта	**09.00 – 09.25** **«Қоңжық» 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. **10.30 – 10.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар сапқа тұру, тізені сәл бүге жүру,	**09.00 – 09.25** **«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» иреленděп 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 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру

	2.Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. 3. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке»қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» 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» ireлендеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру.	қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру, заттардың арасынан «жыланша» ireлендеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Аюдың апаны» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.30-10.55** **«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	жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Аюдың апаны» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балдәурен» 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.	қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру, заттардың арасынан «жыланша» ireлендеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Аюдың апаны» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«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» ireлендеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен	Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар сапқа тұру, тізені сәл бүге жүру, қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру, заттардың арасынан «жыланша» ireлендеп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Аюдың апаны» қимыл-қозғалыс ойыны.

	Ойын түрі: «Аюдың апаны» қимыл-қозғалыс ойыны.	қабілетін дамыту Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке»қимыл-қозғалыс ойыны.		жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Аюдың апаны» қимыл-қозғалыс ойыны.	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдәурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету.	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету.	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар.	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бауытқелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед

	11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Саңдыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	12.30-13.00 «Балдәурен» тобы Тәрбиешілерге ұлттық ойын бойынша кеңес беру.	12.30-13.00 «Қоңжық» 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.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Қоңжық» тобы Тақырыбы: Мен билеймін		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Мен билеймін	

Тексерілді
Әдіскер_____
«25» 11 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 25-29 қараша аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 – 08.50 «Балақай» тобы ата – аналарымен жеке ақыл-кеңес жұмыстарын жүргізу.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына дене тәрбиесінің маңыздылығын түсіндіру	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Допты лақтыру тақырыбы бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Тақырып бойынша әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Оқу қызметі бойынша доппен орындалатын жаттығуларды орындау.

ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.25** **«Қоңжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қашықтыққа секіру Бағдарламалық мазмұны: Балалардың дене шынықтыру маманының жас ерекшеліктеріне сәйкес ұсынып, бір қалыпты дұрыс қозғалудағы іс әрекеттеріне бағытталып берілген нұсқаулықтарын орындау қабілеттерін тексеру. Ойын түрі: Орнында тұрып қашықтыққа секір» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қашықтыққа секіру Бағдарламалық мазмұны:	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қашықтыққа секіру Бағдарламалық мазмұны: Балалардың дене шынықтыру маманының жас ерекшеліктеріне сәйкес ұсынып, бір қалыпты дұрыс қозғалудағы іс әрекеттеріне бағытталып берілген нұсқаулықтарын орындау қабілеттерін тексеру. Ойын түрі: Орнында тұрып қашықтыққа секір» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта жасалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Орындықта отырып	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қашықтыққа секіру Бағдарламалық мазмұны: Балалардың дене шынықтыру маманының жас ерекшеліктеріне сәйкес ұсынып, бір қалыпты дұрыс қозғалудағы іс әрекеттеріне бағытталып берілген нұсқаулықтарын орындау қабілеттерін тексеру. Ойын түрі: Орнында тұрып қашықтыққа секір» қимыл-қозғалыс ойыны.. **09.30 – 09.55** **«Қоңжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта жасалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Орындықта отырып орындалатын жаттығу түрлерін үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді -	**09.00 – 09.25** **«Қоңжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қашықтыққа секіру Бағдарламалық мазмұны: Балалардың дене шынықтыру маманының жас ерекшеліктеріне сәйкес ұсынып, бір қалыпты дұрыс қозғалудағы іс әрекеттеріне бағытталып берілген нұсқаулықтарын орындау қабілеттерін тексеру. Ойын түрі: Орнында тұрып қашықтыққа секір» қимыл-қозғалыс ойыны.. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта жасалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Орындықта отырып орындалатын жаттығу түрлерін үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді -	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобыФизикалық** қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта жасалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Орындықта отырып орындалатын жаттығу түрлерін үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Допты қабырғаға лақтырып, ырғыған допты қайта қағып алу біліктерін үйрету. Ойын түрі: «Асықтар» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта жасалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Орындықта отырып орындалатын жаттығу түрлерін үйрету.

	Балалардың дене шынықтыру маманының жас ерекшеліктеріне сәйкес ұсынып, бір калыпты дұрыс қозғалудағы іс әрекеттеріне бағытталып берілген нұсқаулықтарын орындау қабілеттерін тексеру. Ойын түрі: Орнында тұрып қашықтыққа секір» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта жасалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Орындықта отырып орындалатын жаттығу түрлерін үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Допты қабырғаға лақтырып, ыршыған допты қайта қағып алу біліктерін үйрету.	орындалатын жаттығу түрлерін үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Допты қабырғаға лақтырып, ыршыған допты қайта қағып алу біліктерін үйрету. Ойын түрі: «Асықтар» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қашықтыққа секіру Бағдарламалық мазмұны: Балалардың дене шынықтыру маманының жас ерекшеліктеріне сәйкес ұсынып, бір қалыпты дұрыс қозғалудағы іс әрекеттеріне бағытталып берілген нұсқаулықтарын орындау қабілеттерін тексеру. Ойын түрі: Орнында тұрып қашықтыққа	шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Допты қабырғаға лақтырып, ыршыған допты қайта қағып алу біліктерін үйрету. Ойын түрі: «Асықтар» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қашықтыққа секіру Бағдарламалық мазмұны: Балалардың дене шынықтыру маманының жас ерекшеліктеріне сәйкес ұсынып, бір қалыпты дұрыс қозғалудағы іс әрекеттеріне бағытталып берілген нұсқаулықтарын орындау қабілеттерін тексеру. Ойын түрі: Орнында тұрып қашықтыққа секір» қимыл-қозғалыс ойыны.	шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Допты қабырғаға лақтырып, ыршыған допты қайта қағып алу біліктерін үйрету. Ойын түрі: «Асықтар» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта жасалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Орындықта отырып орындалатын жаттығу түрлерін үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Допты қабырғаға лақтырып, ыршыған допты қайта қағып алу біліктерін үйрету. Ойын түрі: «Асықтар» қимыл-қозғалыс ойыны.	2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Допты қабырғаға лақтырып, ыршыған допты қайта қағып алу біліктерін үйрету. Ойын түрі: «Асықтар» қимыл-қозғалыс ойыны.

	Ойын түрі: «Асықтар» қимыл-қозғалыс ойыны.	секір» қимыл-қозғалыс ойыны			
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдәурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қоңжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қоңжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Акан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София.	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғануды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру.	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бақтыкелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен

	Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	12.30-13.00 Балдәурен» тобы Тәрбиешілерімен балалардың өзіндік ерекшеліктері туралы сөйлесу.	12.30-13.00 «Ақбота» тобы Тәрбиешілерге дене шынықтырудың маңыздылығы жайлы түсіндіру.	12.30-13.00 «Балақай» тобы Тәрбиешілерге қимыл – қозғалыс ойындарын көрсету.	12.30-13.00 «Қонжық» тобы Тәрбиешілерге қауіпсіздік ережелерін түсіндіру.	12.30-13.00 «Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге балалардың оқу қызметіне деген қызығушылығын әңгімелеу.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз		15.00-15.20 «Балдәурен» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз	

Тексерілді
Әдіскер_____
«02» 12 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж. 02 – 06 желтоқсан аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата – аналарына асық ату ойыны туралы мәліметтер беру.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40 – 08.50 «Балақай» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Ұлттық ойындар тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.

ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бастаушыны (жүргізушіні) ауыстырып жүру және секіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір орында тұрып секіруге жаттықтыру. 2. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам әрекет етуге үйрету. 3. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеуді қайталау. Ойын түрі: «Қонжықтар» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бастаушыны (жүргізушіні) ауыстырып жүру және секіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір орында тұрып секіруге жаттықтыру. 2. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам әрекет етуге үйрету. 3. Гимнастикалық	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бастаушыны (жүргізушіні) ауыстырып жүру және секіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір орында тұрып секіруге жаттықтыру. 2. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам әрекет етуге үйрету. 3. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеуді қайталау. Ойын түрі: «Қонжықтар» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу мен доға немесе білте таяқтың (рейка) астынан өту Бағдарламалық мазмұны:	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бастаушыны (жүргізушіні) ауыстырып жүру және секіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір орында тұрып секіруге жаттықтыру. 2. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам әрекет етуге үйрету. 3. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеуді қайталау. Ойын түрі: «Қонжықтар» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу мен доға немесе білте таяқтың (рейка) астынан өту Бағдарламалық мазмұны: 1. Еңбектеу мен доғаның астынан өтуді кезектестіріп орындауды үйрету; бір орында тұрып, ұзындыққа	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бастаушыны (жүргізушіні) ауыстырып жүру және секіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір орында тұрып секіруге жаттықтыру. 2. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам әрекет етуге үйрету. 3. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеуді қайталау. Ойын түрі: «Қонжықтар» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу мен доға немесе білте таяқтың (рейка) астынан өту Бағдарламалық мазмұны: 1. Еңбектеу мен доғаның астынан өтуді кезектестіріп орындауды үйрету; бір орында тұрып, ұзындыққа	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу мен доға немесе білте таяқтың (рейка) астынан өту Бағдарламалық мазмұны: 1. Еңбектеу мен доғаның астынан өтуді кезектестіріп орындауды үйрету; бір орында тұрып, ұзындыққа секіруді жетілдіру. 2. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам жауап беруге үйрету. 3. Көлденең тұрған нысанаға затты лақтырып жаттықтыру. Ойын түрі: «Кегельді құлат!» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.50** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру

	орындық үстінде еңбектеуді қайталау. Ойын түрі: «Қонжықтар» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу мен доға немесе білте таяқтың (рейка) астынан өту Бағдарламалық мазмұны: 1. Еңбектеу мен доғаның астынан өтуді кезектестіріп орындауды үйрету; бір орында тұрып, ұзындыққа секіруді жетілдіру. 2. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам жауап беруге үйрету. 3. Көлденең тұрған нысанаға затты лақтырып жаттықтыру. Ойын түрі: «Кегельді құлат!» қимыл-қозғалыс ойыны.	1. Еңбектеу мен доғаның астынан өтуді кезектестіріп орындауды үйрету; бір орында тұрып, ұзындыққа секіруді жетілдіру. 2. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам жауап беруге үйрету. 3. Көлденең тұрған нысанаға затты лақтырып жаттықтыру. Ойын түрі: «Кегельді құлат!» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бастаушыны (жүргізушіні) ауыстырып жүру және секіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір орында тұрып секіруге жаттықтыру. 2. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам әрекет етуге үйрету. 3. Гимнастикалық	секіруді жетілдіру. 2. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам жауап беруге үйрету. 3. Көлденең тұрған нысанаға затты лақтырып жаттықтыру. Ойын түрі: «Кегельді құлат!» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бастаушыны (жүргізушіні) ауыстырып жүру және секіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір орында тұрып секіруге жаттықтыру. 2. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам әрекет етуге үйрету. 3. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеуді қайталау. Ойын түрі: «Қонжықтар» қимыл-қозғалыс ойыны.	секіруді жетілдіру. 2. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам жауап беруге үйрету. 3. Көлденең тұрған нысанаға затты лақтырып жаттықтыру. Ойын түрі: «Кегельді құлат!» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бастаушыны (жүргізушіні) ауыстырып жүру және секіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір орында тұрып секіруге жаттықтыру. 2. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам әрекет етуге үйрету. 3. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеуді қайталау. Ойын түрі: «Қонжықтар» қимыл-қозғалыс ойыны.	Тақырыбы: Еңбектеу мен доға немесе білте таяқтың (рейка) астынан өту Бағдарламалық мазмұны: 1. Еңбектеу мен доғаның астынан өтуді кезектестіріп орындауды үйрету; бір орында тұрып, ұзындыққа секіруді жетілдіру. 2. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам жауап беруге үйрету. 3. Көлденең тұрған нысанаға затты лақтырып жаттықтыру. Ойын түрі: «Кегельді құлат!» қимыл-қозғалыс ойыны.

		орындық үстінде еңбектеуді қайталау. Ойын түрі: «Қонжықтар» қимыл-қозғалыс ойыны.			
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет.	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу.	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Улкен доппен	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бауыткелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы:

	Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
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.
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	

Тексерілді
Әдіскер _____
«_9_» _12_ 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 9-13 желтоқсан аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40-08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40-08.50 «Семицветик» тобы ата –аналарымен көңілді ойындар туралы мәліметтер беру.	08.40-08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40-08.50 «Балақай» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40-08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Жүру тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Ұзындыққа секіретін алаңды белгілеу, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.

ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Аттракциондар Бағдарламалық мазмұны: 1. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. 2. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ойын ережелерін сақтауға үйрету Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Аттракциондар Бағдарламалық мазмұны:	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Аттракциондар Бағдарламалық мазмұны: 1. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. 2. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ойын ережелерін сақтауға үйрету Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Музыкалық ырғақты жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір қалыпты	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Аттракциондар Бағдарламалық мазмұны: 1. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. 2. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ойын ережелерін сақтауға үйрету Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Музыкалық ырғақты жаттығулар Бағдарламалық	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Аттракциондар Бағдарламалық мазмұны: 1. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. 2. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ойын ережелерін сақтауға үйрету Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Музыкалық ырғақты жаттығулар Бағдарламалық мазмұны:	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Музыкалық ырғақты жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір қалыпты жартылай отыруды және жеңіл секірулерді үйрету. 2. Белгіге жауап беру білігін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету, белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қлзғалыс ойыны.. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Музыкалық ырғақты жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір қалыпты жартылай отыруды және жеңіл секірулерді үйрету. 2. Белгіге жауап беру білігін дамыту.

	1. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. 2. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ойын ережелерін сақтауға үйрету Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Музыкалық ырғақты жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір қалыпты жартылай отыруды және жеңіл секірулерді үйрету. 2. Белгіге жауап беру білігін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету, белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру.	жартылай отыруды және жеңіл секірулерді үйрету. 2. Белгіге жауап беру білігін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету, белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Аттракциондар Бағдарламалық мазмұны: 1. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. 2. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ойын ережелерін сақтауға үйрету Ойын	мазмұны: 1. Бір қалыпты жартылай отыруды және жеңіл секірулерді үйрету. 2. Белгіге жауап беру білігін дамыту./ 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету, белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Аттракциондар Бағдарламалық мазмұны: 1. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. 2. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін	1. Бір қалыпты жартылай отыруды және жеңіл секірулерді үйрету. 2. Белгіге жауап беру білігін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету, белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Музыкалық ырғақты жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір қалыпты жартылай отыруды және жеңіл секірулерді үйрету. 2. Белгіге жауап беру білігін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету, белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру.	3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету, белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны.

	Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қлзғалыс ойыны.	түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойыны.	дамыту. 3. Ойын ережелерін сақтауға үйрету Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойыны.	Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны.	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару.	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Таргын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бауытқелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15

	дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
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 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.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетемі		15.00-15.20 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 Балдәурен» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз	

Тексерілді
Әдіскер _____
«16» 12 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж. 16 - 20 желтоқсан аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу		08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата-анамен жұмыс		08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата – аналарына балалардың ерекше қасиеттерін әңгімелеу.	08.40 – 08.50 «Балақай» тобы ата – аналарына дене шынықтыру оқу қызметіне қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру	08.40 – 08.50 «Семицветик» тобы ата- аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.
ҰІӘ дайындық		08.50 – 09.00 Кіші доптарды лақтыруға дайындау,доптарды шығару.	08.50 – 09.00 Тақырып бойынша керекті құралдарды дайындыу	08.50 – 09.00 Жүру сабағына жүйелі түрде дайындық жүргізу.	08.50– 09.00 Сабаққа керек гимнастикалық бөренені,гимнастикалық қабырғаны дайындау.

ҰІӘ өткізу		**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» 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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен	**09.00 – 09.25** **«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 толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын

		дамыту. 3. Үш метрден он метрге дейін қайталамалы (челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.30-10.55** **«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, ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	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. **10.00-10.25** **«Балдәурен» 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.	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. **10.00-10.25** **«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	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.

			Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	жаса» қимыл-қозғалыс ойыны.	
Топпен жұмыс		10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс		11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғануды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таягымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр.	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бауытқелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру.

		Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
Педагогтармен ақыл – кеңес		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.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетемі		15.00-15.20 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 «Балдәурен» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз	

Тексерілді
Әдіскер_____
«23» 12 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 23- 27 желтоқсан аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күп тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40-08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40-08.50 «Семицветик» тобы ата – аналарына асық ату ойыны туралы мәліметтер беру.	08.40-08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40-08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40-08.50 «Ақбота» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50– 09.00 Ұлттық ойындар тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.

ҰІӘ **өткізу**	**09.00 – 09.55** **«Қоңжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» 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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға, солға бұрылу	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қоңжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға, солға	**09.00 – 09.25** **«Қоңжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға, солға бұрылу Бағдарламалық мазмұны:	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» 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

	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. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға, солға бұрылу Бағдарламалық мазмұны: Сапқа тұру, шашырап жүгіру, сапта өз орнын	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. **10.30-10.55** **«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 алу.	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. **10.00-10.25** **«Балдәурен» 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	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. **10.00-10.25** **«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.	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.

	таба жүгіру, белгілі қашықтыққа жүгіруге жаттықтыру. Заттардан аттап жүруде тепе-теңдік сақтау. Секіртпемен еркін секіруге үйрету. Ойын түрі: «Жұбыңды тап!» қимыл-қозғалыс ойыны.	Ойын түрі: «Аттар» қимыл-қозғалыс ойыны.	секіріп жүруге үйрету; кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай лақтырып, оны қағып алу. Ойын түрі: «Аттар» қимыл-қозғалыс ойыны.		
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету.	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам.	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бақтыкелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед

	11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
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.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетемі		15.00-15.20 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 Балдәурен» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз	

Тексерілді
Әдіскер_____
«06» 01 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 06-10 қаңтар аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары		08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.		08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40 – 08.50 «Балақай» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Жүру тақырыбына бойынша жоспар құру.		08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Ұзындыққа секіретін алаңды белгілеу, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.

ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен		**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді -	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру.	**09.00 – 09.25** **«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 толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» 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. **10.00-10.25** **«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		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. **10.00-10.25** **«Балдәурен» 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.	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. **10.00-10.25** **«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.	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.

	көңіл бөлу. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.				
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны		10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға		11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру.	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бауытыкелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30

	үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.		12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	12.30-13.00 «Балдәурен» тобы Тәрбиешілерге ұлттық ойын бойынша кеңес беру.		12.30-13.00 «Семицветик» 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.
Үйірме жұмысы				15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Мен билеймі	

Тексерілді
Әдіскер _____
«13» 01 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж. 13 - 17 қаңтар аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
ҰІӘ дайындық	08.40 -08.50 Балалардың дене жаттығуларын жасауға деген қызығушылықтарын арттыру.	08.40 -08.50 Кіші доптарды лақтыруға дайындау,доптарды шығару.	08.40 -08.50 Тақырып бойынша керекті құралдарды дайындыу	08.40 -08.50 Жүру сабағына жүйелі түрде дайындық жүргізу.	08.40 -08.50 Сабаққа керек гимнастикалық бөренені,гимнастикалық қабырғаны дайындау.
ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық мазмұны: 1. Көлбеу қойылған	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық мазмұны:	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық мазмұны:	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру Бағдарламалық мазмұны: 1. Көлбеу қойылған	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып орындайтын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны:

	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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» 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,	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. **10.00-10.25** **«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	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. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» 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	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. **09.30 – 09.55** **«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 жаттықтыру.	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 – 09.55** **«Қарлығаш» 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

	ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» 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.	толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.30-10.55** **«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, ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	(челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балдәурен» 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.	Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«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.	метрге дейін қайталамалы (челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны.

Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек.	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бауытқелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен

	Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	аққала жасауды үйрету.	Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы		затты лақтыру.
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.
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 «Семицветик» тобы Тақырыбы: Мен билеймін	

Тексерілді
Әдіскер _____
«20» 01 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 20- 24 қаңтар аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 – 08.50 «Семицветик» тобы ата –аналарына асық ату ойыны туралы мәліметтер беру.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50– 09.00 Ұлттық ойындар тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды

					орындау.
ҰІӘ **өткізу**	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық немесе бөрене үстінде еңбектеп жүруге және шеңбер бойымен жүгіруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді-шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен құм толтырылған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55**	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық немесе бөрене үстінде еңбектеп жүруге және шеңбер бойымен жүгіруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді-шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен құм толтырылған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25**	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық немесе бөрене үстінде еңбектеп жүруге және шеңбер бойымен жүгіруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді-шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен құм толтырылған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55**	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық немесе бөрене үстінде еңбектеп жүруге және шеңбер бойымен жүгіруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді-шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен құм толтырылған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы**	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сылдырмақтар» ойыны Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру және жүгіруге жаттықтыру; «Сылдырмақтар» ойынының шартын түсіндіру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Еңбектеуге және еденде қырымен тұрған баспалдақ таяқшаларының арасынан еңбектеп өтуге жаттықтыру.

	«Ақбота» тобы Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық немесе бөрене үстінде еңбектеп жүруге және шеңбер бойымен жүгіруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді-шапшаңдық,ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен құм толтырылған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту:	**«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сылдырмақтар» ойыны Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру және жүгіруге жаттықтыру; «Сылдырмақтар» ойынының шартын түсіндіру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық,ептілікті дамыту. 3. Еңбектеуге және еденде қырымен тұрған баспалдақ таяқшаларының арасынан еңбектеп өтуге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтыр! Қағып ал!», «Жүгіріс» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.30-10.55**	**«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сылдырмақтар» ойыны Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру және жүгіруге жаттықтыру; «Сылдырмақтар» ойынының шартын түсіндіру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық,ептілікті дамыту. 3. Еңбектеуге және еденде қырымен тұрған баспалдақ таяқшаларының арасынан еңбектеп өтуге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтыр! Қағып ал!», «Жүгіріс» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25**	Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сылдырмақтар» ойыны Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру және жүгіруге жаттықтыру; «Сылдырмақтар» ойынының шартын түсіндіру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық,ептілікті дамыту. 3. Еңбектеуге және еденде қырымен тұрған баспалдақ таяқшаларының арасынан еңбектеп өтуге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтыр! Қағып ал!», «Жүгіріс» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді	Ойын түрі: «Лақтыр! Қағып ал!», «Жүгіріс» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.50** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сылдырмақтар» ойыны Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру және жүгіруге жаттықтыру; «Сылдырмақтар» ойынының шартын түсіндіру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық,ептілікті дамыту. 3. Еңбектеуге және еденде қырымен тұрған баспалдақ

	Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сылдырмақтар» ойыны Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру және жүгіруге жаттықтыру; «Сылдырмақтар» ойынының шартын түсіндіру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық,ептілікті дамыту. 3. Еңбектеуге және еденде қырымен тұрған баспалдақ таяқшаларының арасынан еңбектеп өтуге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтыр! Қағып ал!», «Жүгіріс» қимыл-қозғалыс ойыны.	**«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық немесе бөрене үстінде еңбектеп жүруге және шеңбер бойымен жүгіруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді-шапшаңдық,ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен құм толтырылған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны.	**«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық немесе бөрене үстінде еңбектеп жүруге және шеңбер бойымен жүгіруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді-шапшаңдық,ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен құм толтырылған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны.	дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сылдырмақтар» ойыны Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру және жүгіруге жаттықтыру; «Сылдырмақтар» ойынының шартын түсіндіру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық,ептілікті дамыту. 3. Еңбектеуге және еденде қырымен тұрған баспалдақ таяқшаларының арасынан еңбектеп өтуге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтыр! Қағып ал!», «Жүгіріс» қимыл-қозғалыс ойыны.	таяқшаларының арасынан еңбектеп өтуге жаттықтыру. Ойын түрі: «Лақтыр! Қағып ал!», «Жүгіріс» қимыл-қозғалыс ойыны.
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық»	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар.	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса»

	ойыны	«Тышқан мен мысық» ойыны.	«Қарлығаш» ойыны		ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бауыткелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.

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.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз		15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз	

Тексерілді
Әдіскер_____
«27» 01 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж. 27 – 31 қаңтар аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 - 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 - 08.50 «Ақбота» тобы ата – аналарына асық ату ойыны туралы мәліметтер беру.	08.40 - 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40 - 08.50 «Балақай» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 - 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Ұлттық ойындар тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.

ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: 200-300 метр қашықтықта сырғанау Бағдарламалық мазмұны: 1. Таяқпен адымдап сырғануды қайталау; бір қатар сапқа тұруға жаттықтыру. 2. Ойын ережелерін білу және нақты орындауға дағдыландыру. 3. Аяқты қайшылап секіруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: 200-300 метр қашықтықта сырғанау Бағдарламалық мазмұны: 1. Таяқпен адымдап сырғануды қайталау; бір қатар сапқа тұруға жаттықтыру.	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: 200-300 метр қашықтықта сырғанау Бағдарламалық мазмұны: 1. Таяқпен адымдап сырғануды қайталау; бір қатар сапқа тұруға жаттықтыру. 2. Ойын ережелерін білу және нақты орындауға дағдыландыру. 3. Аяқты қайшылап секіруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Сап түзеп, екі қатарға тұру Бағдарламалық мазмұны: Екі қатар сапқа тұру, бірінің артынан бірі	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: 200-300 метр қашықтықта сырғанау Бағдарламалық мазмұны: 1. Таяқпен адымдап сырғануды қайталау; бір қатар сапқа тұруға жаттықтыру. 2. Ойын ережелерін білу және нақты орындауға дағдыландыру. 3. Аяқты қайшылап секіруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Сап түзеп, екі қатарға тұру Бағдарламалық мазмұны: Екі қатар сапқа тұру, бірінің артынан бірі аяқты жоғары көтере алға соза жүру, шапшаң	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: 200-300 метр қашықтықта сырғанау Бағдарламалық мазмұны: 1. Таяқпен адымдап сырғануды қайталау; бір қатар сапқа тұруға жаттықтыру. 2. Ойын ережелерін білу және нақты орындауға дағдыландыру. 3. Аяқты қайшылап секіруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Сап түзеп, екі қатарға тұру Бағдарламалық мазмұны: Екі қатар сапқа тұру, бірінің артынан бірі аяқты жоғары көтере алға соза жүру, шапшаң жылдамдықта шашырап, белгі бойынша тоқтай	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Сап түзеп, екі қатарға тұру Бағдарламалық мазмұны: Екі қатар сапқа тұру, бірінің артынан бірі аяқты жоғары көтере алға соза жүру, шапшаң жылдамдықта шашырап, белгі бойынша тоқтай жүгіру, ұлттық би элементтерін орындау. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Сап түзеп, екі қатарға тұру Бағдарламалық мазмұны: Екі қатар сапқа тұру, бірінің артынан бірі аяқты жоғары көтере алға соза жүру, шапшаң

	2. Ойын ережелерін білу және нақты орындауға дағдыландыру. 3. Аяқты қайшылап секіруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Сап түзеп, екі қатарға тұру Бағдарламалық мазмұны: Екі қатар сапқа тұру, бірінің артынан бірі аяқты жоғары көтере алға соза жүру, шапшаң жылдамдықта шашырап, белгі бойынша тоқтай жүгіру, ұлттық би элементтерін орындау. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	аяқты жоғары көтере алға соза жүру, шапшаң жылдамдықта шашырап, белгі бойынша тоқтай жүгіру, ұлттық би элементтерін орындау. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: 200-300 метр қашықтықта сырғанау Бағдарламалық мазмұны: 1. Таяқпен адымдап сырғанауды қайталау; бір қатар сапқа тұруға жаттықтыру. 2. Ойын ережелерін білу және нақты орындауға дағдыландыру. 3. Аяқты қайшылап секіруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны.	жылдамдықта шашырап, белгі бойынша тоқтай жүгіру, ұлттық би элементтерін орындау. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: 200-300 метр қашықтықта сырғанау Бағдарламалық мазмұны: 1. Таяқпен адымдап сырғанауды қайталау; бір қатар сапқа тұруға жаттықтыру. 2. Ойын ережелерін білу және нақты орындауға дағдыландыру. 3. Аяқты қайшылап секіруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны.	жүгіру, ұлттық би элементтерін орындау. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: 200-300 метр қашықтықта сырғанау Бағдарламалық мазмұны: 1. Таяқпен адымдап сырғанауды қайталау; бір қатар сапқа тұруға жаттықтыру. 2. Ойын ережелерін білу және нақты орындауға дағдыландыру. 3. Аяқты қайшылап секіруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны.	жылдамдықта шашырап, белгі бойынша тоқтай жүгіру, ұлттық би элементтерін орындау. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.30 – 10.55** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Сап түзеп, екі қатарға тұру Бағдарламалық мазмұны: Екі қатар сапқа тұру, бірінің артынан бірі аяқты жоғары көтере алға соза жүру, шапшаң жылдамдықта шашырап, белгі бойынша тоқтай жүгіру, ұлттық би элементтерін орындау. Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.

Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғануды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек.	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бауыткелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен

	Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	аққала жасауды үйрету.	Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы		затты лақтыру.
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.
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	

Тексерілді
Әдіскер_____
«_03_»_02_____ 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 03- 07 ақпан аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 – 08.50 «Балақай» тобы ата – аналарына асық ату ойыны туралы мәліметтер беру.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Семицветик» тобы ата- аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50– 09.00 Ұлттық ойындар тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін	08.50 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды

			дайындау.		орындау.
ҰІӘ **өткізу**	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Шаңғымен сырғанап адымдауды үйрету Бағдарламалық мазмұны: 1. Оңға және солға адымдап жүрумен таныстыру; сырғанап адымдауды қайталау. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық,ептілікті дамыту. 3. Бір орында тұрып аяқты ауыстырып басып бұрылуды қайталау. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Шаңғымен сырғанап адымдауды үйрету Бағдарламалық мазмұны: 1. Оңға және солға адымдап жүрумен таныстыру; сырғанап адымдауды қайталау. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық,ептілікті дамыту. 3. Бір орында тұрып аяқты ауыстырып басып бұрылуды қайталау. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Таза ауадағы қысқы ойындар Бағдарламалық мазмұны: 1. Таза ауада	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Шаңғымен сырғанап адымдауды үйрету Бағдарламалық мазмұны: 1. Оңға және солға адымдап жүрумен таныстыру; сырғанап адымдауды қайталау. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, епті лікті дамыту. 3. Бір орында тұрып аяқты ауыстырып басып бұрылуды қайталау. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Шаңғымен сырғанап адымдауды үйрету Бағдарламалық мазмұны: 1. Оңға және солға адымдап жүрумен таныстыру; сырғанап адымдауды қайталау. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, епті лікті дамыту. 3. Бір орында тұрып аяқты ауыстырып басып бұрылуды қайталау. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Таза ауадағы қысқы ойындар Бағдарламалық мазмұны: 1. Таза ауада ойнатылатын қысқы ойындармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, епті лікті дамыту. 3. Ойын ережесімен таныстыру және оларды орындауға жаттықтыру; жүру түрлерін жаттықтыру. Ойын түрі: «Еденде қалма» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55**

	Тақырыбы: Шаңғымен сырғанап адымдауды үйрету Бағдарламалық мазмұны: 1. Оңға және солға адымдап жүрумен таныстыру; сырғанап адымдауды қайталау. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Бір орында тұрып аяқты ауыстырып басып бұрылуды қайталау. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Таза ауадағы қысқы ойындар Бағдарламалық мазмұны: 1. Таза ауада ойнатылатын қысқы	ойнатылатын қысқы ойындармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Ойын ережесімен таныстыру және оларды орындауға жаттықтыру; жүру түрлерін жаттықтыру. Ойын түрі: «Еденде қалма» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Шаңғымен сырғанап адымдауды үйрету Бағдарламалық мазмұны: 1. Оңға және солға адымдап жүрумен таныстыру; сырғанап адымдауды қайталау. 2. Негізгі қасиеттерді -	дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Таза ауадағы қысқы ойындар Бағдарламалық мазмұны: 1. Таза ауада ойнатылатын қысқы ойындармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Ойын ережесімен таныстыру және оларды орындауға жаттықтыру; жүру түрлерін жаттықтыру. Ойын түрі: «Еденде қалма» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Шаңғымен сырғанап адымдауды үйрету Бағдарламалық мазмұны: 1. Оңға және солға	дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Таза ауадағы қысқы ойындар Бағдарламалық мазмұны: 1. Таза ауада ойнатылатын қысқы ойындармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Ойын ережесімен таныстыру және оларды орындауға жаттықтыру; жүру түрлерін жаттықтыру. Ойын түрі: «Еденде қалма» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Шаңғымен сырғанап адымдауды үйрету Бағдарламалық мазмұны: 1. Оңға және солға адымдап жүрумен	**«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Таза ауадағы қысқы ойындар Бағдарламалық мазмұны: 1. Таза ауада ойнатылатын қысқы ойындармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Ойын ережесімен таныстыру және оларды орындауға жаттықтыру; жүру түрлерін жаттықтыру. Ойын түрі: «Еденде қалма» қимыл-қозғалыс ойыны.

	ойындармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Ойын ережесімен таныстыру және оларды орындауға жаттықтыру; жүру түрлерін жаттықтыру. Ойын түрі: «Еденде қалма» қимыл-қозғалыс ойыны.	шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Бір орында тұрып аяқты ауыстырып басып бұрылуды қайталау. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны.	адымдап жүрумен таныстыру; сырғанап адымдауды қайталау. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Бір орында тұрып аяқты ауыстырып басып бұрылуды қайталау. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны.	таныстыру; сырғанап адымдауды қайталау. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Бір орында тұрып аяқты ауыстырып басып бұрылуды қайталау. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны.	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45

	Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Таргын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Улкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	Бауытқелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
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 мумкіндік беру.	12.30-13.00 «Балақай» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
Үйірме жұмысы		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 «Балдәурен» тобы Тақырыбы: Мен билеймін	

Тексерілді
Әдіскер_____
«__10__»__02____ 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 10-14 ақпан аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата – аналарымен көңілді ойындар туралы мәліметтер беру.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40 – 08.50 «Семицветик» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата- аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Жүру тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Ұзындыққа секіретін алаңды белгілеу, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды

					орындау.
ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Алға қарай баспен домалау Бағдарламалық мазмұны: 1. Алға домалауды үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Допты лақтыруды және қағып алуды бірнеше рет қайталау; бір орында тұрып биіктікке секіруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы**	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Алға қарай баспен домалау Бағдарламалық мазмұны: 1. Алға домалауды үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Допты лақтыруды және қағып алуды бірнеше рет қайталау; бір орында тұрып биіктікке секіруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту:	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Алға қарай баспен домалау Бағдарламалық мазмұны: 1. Алға домалауды үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Допты лақтыруды және қағып алуды бірнеше рет қайталау; бір орында тұрып биіктікке секіруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Алға қарай баспен домалау Бағдарламалық мазмұны: 1. Алға домалауды үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Допты лақтыруды және қағып алуды бірнеше рет қайталау; бір орында тұрып биіктікке секіруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту:	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Белгі бойынша тоқтап, жүру және жүгіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап, жүгіруге және жүруге үйрету. 2. Лақтыру күшін және көзбен мөлшерлей білуді дамыту. 3. Көлденең тұрған нысанаға қапшықтарды лақтыруға жаттықтыру; заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: ««Лақтырам, қағып

	Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Алға қарай баспен домалау Бағдарламалық мазмұны: 1. Алға домалауды үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Допты лақтыруды және қағып алуды бірнеше рет қайталау; бір орында тұрып биіктікке секіруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Белгі	Дене шынықтыру Тақырыбы: Белгі бойынша тоқтап, жүру және жүгіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап, жүгіруге және жүруге үйрету. 2. Лақтыру күшін және көзбен мөлшерлей білуді дамыту. 3. Көлденең тұрған нысанаға қапшықтарды лақтыруға жаттықтыру; заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: ««Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Алға қарай баспен домалау Бағдарламалық мазмұны:	дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Белгі бойынша тоқтап, жүру және жүгіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап, жүгіруге және жүруге үйрету. 2. Лақтыру күшін және көзбен мөлшерлей білуді дамыту. 3. Көлденең тұрған нысанаға қапшықтарды лақтыруға жаттықтыру; заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: ««Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Алға қарай	Дене шынықтыру Тақырыбы: Белгі бойынша тоқтап, жүру және жүгіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап, жүгіруге және жүруге үйрету. 2. Лақтыру күшін және көзбен мөлшерлей білуді дамыту. 3. Көлденең тұрған нысанаға қапшықтарды лақтыруға жаттықтыру; заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: ««Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Белгі бойынша тоқтап, жүру және жүгіру Бағдарламалық мазмұны:	ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Алға қарай баспен домалау Бағдарламалық мазмұны: 1. Алға домалауды үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Допты лақтыруды және қағып алуды бірнеше рет қайталау; бір орында тұрып биіктікке секіруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс

	бойынша тоқтап, жүру және жүгіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап, жүгіруге және жүруге үйрету. 2. Лақтыру күшін және көзбен мөлшерлей білуді дамыту. 3. Көлденең тұрған нысанаға қапшықтарды лақтыруға жаттықтыру; заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: ««Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны.	1. Алға домалауды үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Допты лақтыруды және қағып алуды бірнеше рет қайталау; бір орында тұрып биіктікке секіруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны.	баспен домалау Бағдарламалық мазмұны: 1. Алға домалауды үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Допты лақтыруды және қағып алуды бірнеше рет қайталау; бір орында тұрып биіктікке секіруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны.	1. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап, жүгіруге және жүруге үйрету. 2. Лақтыру күшін және көзбен мөлшерлей білуді дамыту. 3. Көлденең тұрған нысанаға қапшықтарды лақтыруға жаттықтыру; заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: ««Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны.	ойыны.
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін	11.00-11.15 «Қонжық» тобы.	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы

жеке жұмыс	Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бауытқелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	12.30-13.00 «Балдәурен» тобы Тәрбиешілерге ұлттық ойын бойынша кеңес	12.30-13.00 «Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын	12.30-13.00 «Балақай» тобы Тәрбиешілерге қимыл – қозғалыс ойындарын	12.30-13.00 «Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық	12.30-13.00 «Ақбота» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен

	беру.	көрсету.	үйрету.	жасауға мүмкіндік беру.	таныстыру.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз		15.00-15.20 «Семицветик» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз 15.20-15.40 «Балдәурен» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз	

Тексерілді
Әдіскер_____
«17» 02 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж. 17 - 21 ақпан аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына дене шынықтыру оқу қызметінің мақсатын түсіндіру.	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата – аналарына балалардың ерекше қасиеттерін әңгімелеу.	08.40 – 08.50 «Балақай» тобы ата – аналарына дене шынықтыру оқу қызметіне қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру	08.40 – 08.50 «Семицветик» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Балалардың дене жаттығуларын жасауға деген қызығушылықтарын арттыру.	08.50 – 09.00 Кіші доптарды лақтыруға дайындау, доптарды шығару.	08.50 – 09.00 Тақырып бойынша керекті құралдарды дайындау.	08.50 – 09.00 Жүру сабағына жүйелі түрде дайындық жүргізу.	08.50– 09.00 Сабаққа керек гимнастикалық бөренені, гимнастикалық қабырғаны дайындау.

ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.25** **«Қоңжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Акробатика. Бағдарламалық мазмұны: 1. Балаларға дұрыс тыныс алу туралы әңгімелеу. 2.Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3.Таңертеңгі гимнастика кешенін орындау білігін тексеру; артқа және алға домалауды қайталау Ойын түрі: «Еденде қалма» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Акробатика. Бағдарламалық мазмұны: 1. Балаларға дұрыс тыныс алу туралы әңгімелеу. 2.Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3.Таңертеңгі гимнастика кешенін орындау білігін тексеру; артқа және алға домалауды қайталау Ойын түрі: «Еденде қалма» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту:	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Акробатика. Бағдарламалық мазмұны: 1. Балаларға дұрыс тыныс алу туралы әңгімелеу. 2.Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3.Таңертеңгі гимнастика кешенін орындау білігін тексеру; артқа және алға домалауды қайталау Ойын түрі: «Еденде қалма» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қоңжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру	**09.00 – 09.25** **«Қоңжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Акробатика. Бағдарламалық мазмұны: 1. Балаларға дұрыс тыныс алу туралы әңгімелеу. 2.Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3.Таңертеңгі гимнастика кешенін орындау білігін тексеру; артқа және алға домалауды қайталау Ойын түрі: «Еденде қалма» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту:	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қысқа секіртпемен секіру. Бағдарламалық мазмұны: 1. Өз жүрісін қадағалау тәсілдерін қайталау. 2. Алға қарай домалауды қайталау. 3. Қысқа секіртпе арқылы секірулерді қайталау. Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қысқа

	Тақырыбы: Акробатика. Бағдарламалық мазмұны: 1. Балаларға дұрыс тыныс алу туралы әңгімелеу. 2.Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3.Таңертеңгі гимнастика кешенін орындау білігін тексеру; артқа және алға домалауды қайталау Ойын түрі: «Еденде қалма» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қысқа секіртпемен секіру. Бағдарламалық мазмұны: 1. Өз жүрісін қадағалау тәсілдерін қайталау. 2. Алға қарай домалауды	Дене шынықтыру Тақырыбы: Қысқа секіртпемен секіру. Бағдарламалық мазмұны: 1. Өз жүрісін қадағалау тәсілдерін қайталау. 2. Алға қарай домалауды қайталау. 3. Қысқа секіртпе арқылы секірулерді қайталау. Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Акробатика. Бағдарламалық мазмұны: 1. Балаларға дұрыс тыныс алу туралы әңгімелеу.	Тақырыбы: Қысқа секіртпемен секіру. Бағдарламалық мазмұны: 1. Өз жүрісін қадағалау тәсілдерін қайталау. 2. Алға қарай домалауды қайталау. 3. Қысқа секіртпе арқылы секірулерді қайталау. Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Акробатика. Бағдарламалық мазмұны: 1. Балаларға дұрыс тыныс алу туралы әңгімелеу. 2.Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті	Дене шынықтыру Тақырыбы: Қысқа секіртпемен секіру. Бағдарламалық мазмұны: 1. Өз жүрісін қадағалау тәсілдерін қайталау. 2. Алға қарай домалауды қайталау. 3. Қысқа секіртпе арқылы секірулерді қайталау. Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Акробатика. Бағдарламалық мазмұны: 1. Балаларға дұрыс тыныс алу туралы	секіртпемен секіру. Бағдарламалық мазмұны: 1. Өз жүрісін қадағалау тәсілдерін қайталау. 2. Алға қарай домалауды қайталау. 3. Қысқа секіртпе арқылы секірулерді қайталау. Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны.

	қайталау. 3. Қысқа секіртпе арқылы секірулерді қайталау. Ойын түрі: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойыны.	2.Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3.Таңертеңгі гимнастика кешенін орындау білігін тексеру; артқа және алға домалауды қайталау Ойын түрі: «Еденде қалма» қимыл-қозғалыс ойыны.	дамыту. 3.Таңертеңгі гимнастика кешенін орындау білігін тексеру; артқа және алға домалауды қайталау Ойын түрі: «Еденде қалма» қимыл-қозғалыс ойыны.	әңгімелеу. 2.Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3.Таңертеңгі гимнастика кешенін орындау білігін тексеру; артқа және алға домалауды қайталау Ойын түрі: «Еденде қалма» қимыл-қозғалыс ойыны	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру.	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ.	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру.	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бақтыкелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру.

	Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
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.
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 «Семицветик» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз 15.20-15.40 «Балдәурен» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз	

Тексерілді
Әдіскер_____
«24» 02 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 24- 28 ақпан аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 – 08.50 «Семицветик» тобы ата – аналарына асық ату ойыны туралы мәліметтер беру.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50– 09.00 Ұлттық ойындар тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.

ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Лақтыруға үйрету. Бағдарламалық мазмұны: 1. Лақтыру тәсілдерін үйрету. 2. Күштілік, ептілік, жылдамдық тәрізді қимыл қасиеттерін дамыту. 3. Көзбен мөлшерлей білу қасиеттерін дамыту. Ойын түрі: «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Лақтыруға	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Лақтыруға үйрету. Бағдарламалық мазмұны: 1. Лақтыру тәсілдерін үйрету. 2. Күштілік, ептілік, жылдамдық тәрізді қимыл қасиеттерін дамыту. 3. Көзбен мөлшерлей білу қасиеттерін дамыту. Ойын түрі: «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Лақтыруға үйрету. Бағдарламалық мазмұны: 1. Лақтыру тәсілдерін үйрету. 2. Күштілік, ептілік, жылдамдық тәрізді қимыл қасиеттерін дамыту. 3. Көзбен мөлшерлей білу қасиеттерін дамыту. Ойын түрі: «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Лақтыруға үйрету. Бағдарламалық мазмұны: 1. Лақтыру тәсілдерін үйрету. 2. Күштілік, ептілік, жылдамдық тәрізді қимыл қасиеттерін дамыту. 3. Көзбен мөлшерлей білу қасиеттерін дамыту. Ойын түрі: «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық

	үйрету. Бағдарламалық мазмұны: 1. Лақтыру тәсілдерін үйрету. 2. Күштілік, ептілік, жылдамдық тәрізді қимыл қасиеттерін дамыту. 3. Көзбен мөлшерлей білу қасиеттерін дамыту. Ойын түрі: «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1.Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту. 2.Қозғалыс	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. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Лақтыруға үйрету. Бағдарламалық мазмұны: 1. Лақтыру тәсілдерін үйрету. 2. Күштілік, ептілік, жылдамдық тәрізді қимыл қасиеттерін	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. **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Лақтыруға үйрету. Бағдарламалық мазмұны: 1. Лақтыру тәсілдерін үйрету. 2. Күштілік, ептілік, жылдамдық тәрізді қимыл қасиеттерін	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. **10.00-10.25** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Лақтыруға үйрету. Бағдарламалық мазмұны: 1. Лақтыру тәсілдерін үйрету. 2. Күштілік, ептілік, жылдамдық тәрізді қимыл қасиеттерін дамыту.	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.

	белсенділігінің уақытын кеңейту. 3. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту. Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойыны.	дамыту. 3. Көзбен мөлшерлей білу қасиеттерін дамыту. Ойын түрі: «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны.	дамыту. 3. Көзбен мөлшерлей білу қасиеттерін дамыту. Ойын түрі: «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны.	3. Көзбен мөлшерлей білу қасиеттерін дамыту. Ойын түрі: «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны.	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету.	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам.	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Ізбасарқызы Асылым Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Тукешов Алихан Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Серік Мұхаммед. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00

	11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Улкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	Нұрболат Али Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Ербулек Сая Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Алибек Руфина Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
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.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Балдәурен» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз		15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз	

Тексерілді
Әдіскер_____
«03» 03 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж. 03 – 07 наурыз аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40-08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40-08.50 «Ақбота» тобы ата – аналарына асық ату ойыны туралы мәліметтер беру.	08.40-08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40-08.50 «Балақай» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40-08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Ұлттық ойындар тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.

ҰІӘ **өткізу**	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеп жүру. Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету. 2. Еңбектеп жүруге үйрету арқылыептілік, шапшаңдық сияқты қасиеттерді дамыту. 3. Допты бастан асырып, екі қолмен лақтыру Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту:	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеп жүру. Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету. 2. Еңбектеп жүруге үйрету арқылыептілік, шапшаңдық сияқты қасиеттерді дамыту. 3. Допты бастан асырып, екі қолмен лақтыру Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту:	**09.00 – 09.25** **«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. **09.30-09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеп жүру. Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету. 2. Еңбектеп жүруге үйрету арқылы епті лік, шапшаңдық сияқты қасиеттерді дамыту. 3. Допты бастан асырып, екі қолмен лақтыру Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру	**09.00 – 09.25** **«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. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Сапқа тұру, 2 шеңбер құру

	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. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеп жүру. Бағдарламалық мазмұны:	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. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеп жүру. Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге	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. **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеп жүру. Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық	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. **10.00-10.25** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеп жүру. Бағдарламалық мазмұны: 1. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету. 2. Еңбектеп жүруге үйрету арқылы ептілік,	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. **10.00-10.25** **«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.

	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.	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.	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.	шапшаңдық сияқты қасиеттерді дамыту. 3. Допты бастан асырып, екі қолмен лақтыру Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны.	3. Допты бастан асырып, екі қолмен лақтыру Ойын түрі: «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойыны.
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Ізбасарқызы Асылым Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Тукешов Алихан Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Серік Мұхаммед. Тақырыбы: кеудені

	жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Улкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	көтеру. 11.45-12.00 Нұрболат Али Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Ербулек Сая Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Алибек Руфина Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
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.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 «Балдәурен» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз	

Тексерілді
Әдіскер_____
«10» 03 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 10- 14 наурыз аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу		08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата-анамен жұмыс		08.40 – 08.50 «Балақай» тобы ата – аналарына асық ату ойыны туралы мәліметтер беру.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Семицветик» тобы ата- аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық		08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесінжақсартатын жаттығуларды орындау.

ҰІӘ **өткізу**		**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» 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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Допты домалату Бағдарламалық	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30-09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір орында тұрып ұзындыққа секіру Бағдарламалық мазмұны: 1. Бір орында тұрып,	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Допты домалату Бағдарламалық мазмұны:	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Дене

		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. **10.30-10.55** **«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	ұзындыққа секіруге үйрету. 2. Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимылдарын реттеу. Ойын түрі: «Жалаушаны асыра лақтыр» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балдәурен» 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.	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. **10.00-10.25** **«Балақа» 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.	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.

		асыра лақтыр» қимыл-қозғалыс ойыны.			
Топпен жұмыс		10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	..	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Ізбасарқызы Асылым Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Тукешов Алихан Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Серік Мұхаммед. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Нұрболат Али Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Ербулек Сая Тақырыбы: кедергілердің

		Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	астымен жүру. 12.15 – 12.30 Алибек Руфина Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
Педагогтармен ақыл – кеңес		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.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Балдәурен» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз	

Тексерілді
Әдіскер_____
«____»_____ 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 17-21 наурыз аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	
Ата – анамен жұмыс	08.40 - 08.50 «Қонжыю» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 - 08.50 «Ақбота» тобы ата – аналарымен көңілді ойындар туралы мәліметтер беру.	08.40 - 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40 - 08.50 «Семицветик» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Жүру тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Ұзындыққа секіретін алаңды белгілеу, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	

ҰІӘ **өткізу**	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұру, қолды шетке соза сап түзеу Бағдарламалық мазмұны:	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» 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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұру, қолды шетке соза сап түзеу	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұру, қолды шетке соза сап түзеу	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар	

	Қолды екі жаққа созып, бір қатар сапқа тұру, аяқты-аяққа 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» **10.00-10.25** **«Қарлығаш» 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.	Бағдарламалық мазмұны: Қолды екі жаққа созып, бір қатар сапқа тұру, аяқты-аяққа 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. **10.30-10.55** **«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	Бағдарламалық мазмұны: Қолды екі жаққа созып, бір қатар сапқа тұру, аяқты-аяққа 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» **10.00-10.25** **«Балдәурен» 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	сапқа тұру, қолды шетке соза сап түзеу Бағдарламалық мазмұны: Қолды екі жаққа созып, бір қатар сапқа тұру, аяқты-аяққа 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	

		орындық үстімен жүруге үйрету Ойын түрі: «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны.	үйрету Ойын түрі: «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны.	сынды қасиеттерді дамыту. 3. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету Ойын түрі: «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары.	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу.	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15	

	12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Адиев Бақтияр Тақырыбы:Улкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	
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.	
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Қарлығаш» 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	

Тексерілді
Әдіскер_____
«24» 03 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж. 24 - 28 наурыз аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу			08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс			08.40 - 08.50 «Балақай» тобы ата – аналарына дене шынықтыру оқу қызметіне қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу.	08.40 - 08.50 «Балдәурен» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру	08.40 - 08.50 «Семицветик» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.
ҰІӘ дайындық			08.50 – 09.00 Тақырып бойынша керекті құралдарды дайындыу	08.50 – 09.00 Жүру сабағына жүйелі түрде дайындық жүргізу.	08.50– 09.00 Сабаққа керек гимнастикалық бөренені,гимнастикалық қабырғаны дайындау.

ҰІӘ **өткізу**			**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Тігінен тұрған нысанаға лақтыру	**09.00 – 09.25** **«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. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» 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. **10.00-10.25** **«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	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. **10.00-10.25** **«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	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.

			Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	
Топпен жұмыс			10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс			11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Улкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Ізбасарқызы Асылым Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Тукешов Алихан Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Серік Мұхаммед. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Нұрболат Али Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Ербулек Сая Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Алибек Руфина Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.

Педагогтармен ақыл – кеңес			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.
Үйірме жұмысы				15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз 15.20-15.40 «Балапан» тобы Тақырыбы: Мысық пен қыз	

Тексерілді
Әдіскер
«31» 03 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 31 наурыз- 04 сәуір аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 – 08.50 «Семицветик» тобы ата –аналарына асық ату ойыны туралы мәліметтер беру.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50– 09.00 Ұлттық ойындар тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.

ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.20** **«Қоңжық» 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. **09.30 – 09.50** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту:	**09.30 – 09.50** **«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. **10.00-10.20** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту:	**09.00 – 09.20** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.50** **«Қоңжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту:	**09.00 – 09.20** **«Қоңжық» 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. **09.30 – 09.50** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту:	**09.00 – 09.20** **«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. **09.30 – 09.50** **«Қарлығаш» 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** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Бунамамен	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** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны:	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** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын	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 жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын	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. Ойын түрі: «Бақташы мен табын» қимыл-қозғалыс ойыны.

	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.	жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. .	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс.	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза.	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар.	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Ізбасарқызы Асылым Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Тукешов Алихан Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Серік Мұхаммед.

	Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикага үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	11.30 – 11.45 Амангосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Таргын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Нұрболат Али Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Ербулек Сая Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Алибек Руфина Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
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 мумкіндік беру.	12.30-13.00 «Семицветик» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Сиқырлы гүл 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Сиқырлы гүл		15.00-15.20 «Балақай» тобы Тақырыбы: Сиқырлы гүл 15.20-15.40 «Балдәурен» тобы Тақырыбы: Сиқырлы гүл	

Тексерілді
Әдіскер
«07» 04 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 07-11 сәуір аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 – 08.50 «Семицветик» тобы ата – аналарымен көңілді ойындар туралы мәліметтер беру.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40 – 08.50 «Балақай» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Жүру тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Ұзындыққа секіретін алаңды белгілеу, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.

ҰІӘ **өткізу**	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту:	**09.30 – 09.55** **«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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту:	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық	**09.00 – 09.25** **«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. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» 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. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық	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. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын	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. **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты	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. **10.00-10.25** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: 1. Бунамамен	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. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл	жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. .	орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Ойын түрі: «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Ізбасарқызы Асылым Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Тукешов Алихан Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Серік Мұхаммед. Тақырыбы: кеудені

	жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	көтеру. 11.45-12.00 Нұрболат Али Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Ербулек Сая Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Алибек Руфина Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
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 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.
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	

Тексерілді
Әдіскер _____
«14» 04 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж. 14 - 18 сәуір аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына дене шынықтыру оқу қызметінің мақсатын түсіндіру.	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата – аналарына балалардың ерекше қасиеттерін әңгімелеу.	08.40 – 08.50 /«Балақай» тобы ата – аналарына дене шынықтыру оқу қызметіне қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру	08.40 – 08.50 «Семицветик» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Балалардың дене жаттығуларын жасауға деген қызығушылықтарын арттыру.	08.50 – 09.00 Кіші доптарды лақтыруға дайындау,доптарды шығару.	08.50 – 09.00 Тақырып бойынша керекті құралдарды дайындыу	08.50 – 09.00 Жүру сабағына жүйелі түрде дайындық жүргізу.	08.50– 09.00 Сабаққа керек гимнастикалық бөренені,гимнастикалық қабырғаны дайындау.

ҰІӘ **өткізу**	**09.00 – 09.25** **«Қоңжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы**	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» 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.	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қоңжық» тобы** Физикалық қасиеттерді	**09.00 – 09.25** **«Қоңжық» 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.	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру

	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. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту:	**10.00-10.25** **«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 тап!» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру	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!» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек алаңқайында тепе-теңдік сақтап жүруге	**09.30 – 09.55** **«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 тап!» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«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» иреленделп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Ұстап ал» қимыл-қозғалыс ойыны.

	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!» қимыл-қозғалыс ойыны.	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.	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.	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!» қимыл-қозғалыс ойыны.	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны

Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Таргын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Ізбасарқызы Асылым Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Тукешов Алихан Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Серік Мұхаммед. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Нұрболат Али Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Ербулек Сая Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Алибек Руфина Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	12.30-13.00 «Балдәурен» тобы Тәрбиешілерімен балалардың дене шынықтыруға деген	12.30-13.00 «Қонжық» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын	12.30-13.00 «Ақбота» тобы Тәрбиешілерді спорт зал алаңымен таныстыру.	12.30-13.00 «Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге дене шынықтыру сабағының	12.30-13.00 «Балақай» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.

	қабілеттерін әңгімелеу.	көрсету.		маңыздылығын түсіндіру.	
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Мен билеймін		15.00-15.20 «Балақай» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Балдәурен» тобы Тақырыбы: Мен билеймін	

Тексерілді
Әдіскер
«11» 04 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 21- 25 сәуір аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 – 08.50 «Семицветик» тобы ата – аналарына асық ату ойыны туралы мәліметтер беру.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҮІӘ дайындық	08.50– 09.00 Ұлттық ойындар тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, дәптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе дәптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.

ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек аланқайында 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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы**	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек аланқайында 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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы**	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек аланқайында 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. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек аланқайында 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. **09.30 – 09.55**	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру

	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. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға, солға бұрылу Бағдарламалық мазмұны:	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. **10.30-10.55** **«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	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. **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Екі аяқпен секіріп тұру Бағдарламалық мазмұны: 1. Кіші тірек алаңқайында тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету.	**«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: «Жұбыңды тап!» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Бір қатар сапқа тұрып, оңға,	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» иреленіп жүгіруге жаттықтыру. Бекіту. Орта жылдамдықпен жүгіру. Үйрету: гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру; тақтайша, жіп, заттардан секіру. Ойын түрі: «Ұстап ал» қимыл-қозғалыс ойыны.

	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.	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.	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.	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	
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс.	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза.	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар.	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Ізбасарқызы Асылым Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Тукешов Алихан Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Серік Мұхаммед.

	Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	11.30 – 11.45 Амангосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Таргын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Нұрболат Али Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Ербулек Сая Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Алибек Руфина Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
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.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз		15.00-15.20 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 Балдәурен» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз	

Тексерілді
Әдіскер _____
«22» 04 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж. 28 - 02 сәуір, мамыр аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары		08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына дене шынықтыру оқу қызметінің мақсатын түсіндіру.	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата – аналарына балалардың ерекше қасиеттерін әңгімелеу.	08.40 – 08.50 «Балақай» тобы ата – аналарына дене шынықтыру оқу қызметіне қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу.		08.40 – 08.50 «Семицветик» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Балалардың дене жаттығуларын жасауға деген қызығушылықтарын арттыру.	08.50 – 09.00 Кіші доптарды лақтыруға дайындау,доптарды шығару.	08.50 – 09.00 Тақырып бойынша керекті құралдарды дайындыу		08.50– 09.00 Сабаққа керек гимнастикалық бөренені,гимнастикалық қабырғаны дайындау.

ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.25** **«Қоңжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» 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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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- **09.30 – 09.55** **«Қоңжық» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру Бағдарламалық мазмұны:		**09.00 – 09.25** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар салқа тұру, тізені сәл бүге жүру, қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру, заттардың арасынан «оқыланша» ірелеңдеп 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 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы**

	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. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» 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,	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. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар 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. **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1.Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту. 2.Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту.		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.

	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.	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.	3. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке»қимыл-қозғалыс ойыны.		
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны		10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғануды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45		11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Ізбасарқызы Асылым Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Тукешов Алихан Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Серік Мұхаммед. Тақырыбы: кеудені

	жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы		көтеру. 11.45-12.00 Нұрболат Али Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Ербулек Сая Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Алибек Руфина Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
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 «Балақай» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Балақай» тобы Тақырыбы: Мен билеймін			

Тексерілді
Әдіскер_____
«__05__»__05____ 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 05- 09 мамыр аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары		08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына дене шынықтыру оқу қызметінің мақсатын түсіндіру.	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата –аналарына балалардың ерекше қасиеттерін әңгімелеу.		08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру	
ҰІҚ дайындық	08.50– 09.00 Ұлттық ойындар тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.		08.50 – 09.00 Керекті арқан, доп, обруч, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	

ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: 1.Тепе-теңдікті сақтау қабілетін	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» 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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-бірден сапқа тұру Бағдарламалық мазмұны: Бір қатар сапқа тұру, тізені сәл		**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Қатардан бір-	

	дамыту. 2.Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. 3. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту Ойын түрі: «Төмпешіктен-төмпешікке»қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» 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.	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. **10.30-10.55** **«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-төмпешікке»қимыл-қозғалыс ойыны.		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. **10.00-10.25** **«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» иреленделп 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– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.		10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету.	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету.		11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру.	

	11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмағали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.		11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Улкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	
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 «Қарлығаш» тобы Тәрбиешілерге дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Мен билеймін		15.00-15.20 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз 15.20-15.40 Балдәурен» тобы Тақырыбы: Біз білеміз, біз көрсетеміз	

Тексерілді
Әдіскер_____
«12» 05 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 12-16 мамыр аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарымен «қимыл – қозғалыс ойындары» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 – 08.50 «Семицветик» тобы ата –аналарымен көңілді ойындар туралы мәліметтер беру.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына ұлттық спорттың маңыздылығын түсіндіру	08.40 – 08.50 «Балақай» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына балалардың оқу қызметіне деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Жүру тақырыбына бойынша жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру оқу қызметі бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Ұзындыққа секіретін алаңды белгілеу, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.

ҰІӘ өткізу	**09.00 – 09.25** **«Қоңжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы**	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» 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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы**	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қоңжық» тобы** Физикалық қасиеттерді	**09.00 – 09.25** **«Қоңжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы**	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Білім саласы:

	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. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту:	Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру Бағдарламалық мазмұны: 1. Қырымен жіптің үстінен аттап секіру. 2. Жылдамдық жәнеептіліктерін дамыту. 3. Ұзындыққа қапшықты лақтыруға жаттықтыру, жүрумен кезектестіре жүгіруді жетілдіру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлденең қойылған нысанаға	дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру Бағдарламалық мазмұны: Қырымен жіптің үстінен аттап секіру. 2. Жылдамдық жәнеептіліктерін дамыту. 3. Ұзындыққа қапшықты лақтыруға жаттықтыру, жүрумен кезектестіре жүгіруді жетілдіру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. 2. Жылдамдық жәнеептіліктерін дамыту. 3. Ұзындыққа қапшықты лақтыруға жаттықтыру, жүрумен кезектестіре жүгіруді жетілдіру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25**	Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру Бағдарламалық мазмұны: 1. Қырымен жіптің үстінен аттап секіру. 2. Жылдамдық жәнеептіліктерін дамыту. 3. Ұзындыққа қапшықты лақтыруға жаттықтыру, жүрумен кезектестіре жүгіруді жетілдіру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. **10.00-10.25** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жүруді жүгірумен, жүгіруді	Денсаулық Бөлімі: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру Бағдарламалық мазмұны: 1. Қырымен жіптің үстінен аттап секіру. 2. Жылдамдық жәнеептіліктерін дамыту. 3. Ұзындыққа қапшықты лақтыруға жаттықтыру, жүрумен кезектестіре жүгіруді жетілдіру. Ойын түрі: «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны.

	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.	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.	**«Балдәурен» 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.	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– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық»	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны

		ойыны.			
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету. 11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмагали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру. 11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Тарғын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бауытқелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир Тақырыбы: Сол қолмен затты лақтыру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	12.30-13.00 «Балдәурен» тобы	12.30-13.00 «Қонжық» тобы	12.30-13.00 «Семицветик» тобы	12.30-13.00 «Қарлығаш» тобы	12.30-13.00 «Ақбота» тобы

	Тәрбиешілерге ұлттық ойын бойынша кеңес беру.	Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	Тәрбиешілерге қимыл – қозғалыс ойындарын үйрету.	Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Мен билеймін		15.00-15.20 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Семицветик» тобы Тақырыбы: Мен билеймін	

Тексерілді
Әдіскер_____
«19» 05 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж. 19-23 мамыр аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарына дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына балалардың өз шама-шарқында жаттығу жасауды жетілдіруді айту.	08.40 – 08.50 «Балақай» тобы ата – аналарына дене шынықтыру сабағына қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу.	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру.	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата- аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру сабағы бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Ұзындыққа секіретін алаңды белгілеу, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Тыныс алу тақырыбына жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Сабақ бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.

ҰІӘ **өткізу**	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» 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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді	**09.00 – 09.25** **«Ақбота» 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. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Семицветик» тобы** Физикалық қасиеттерді	**09.00 – 09.25** **«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 толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура

	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. **10.00-10.25** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып	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. **10.30-10.55** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен	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. **10.00-10.25** **«Балдәурен» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен	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. **10.00-10.25** **«Балақай» тобы** Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру Тақырыбы: Жатып	жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.50** **«Қарлығаш» 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

	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	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.	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	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.	жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны.
Топпен жұмыс	10.30– 10.55 «Балақай» тобы Мақсаты: жүру. тәсілдерімен танысу. «Тышқан мен мысық» ойыны	10.30– 10.55 «Қарлығаш» тобы. Мақсаты: денені шынықтыруға арналған жаттығуларды көрсету. «Тышқан мен мысық» ойыны.	10.30– 10.55 «Балдаурен» тобы Мақсаты:кішкентай доппен орындалатын жаттығулар. «Қарлығаш» ойыны	10.30 – 10.55 «Қонжық» тобы. Мақсаты: жүгіру жаттығуларын орындау. «Мені қуып жет!» ойыны.	10.30-10.55 «Ақбота» тобы Мақсаты: Шеңбер бойымен жүру «Фигура жаса» ойыны
Балалармен жүргізілетін жеке жұмыс	11.00-11.15 «Қонжық» тобы. Абілжан Дінмұхаммед. Тақырыбы: Ептілікті дамытуға арналған	11.00 – 11.15 «Балақай» тобы Оңберген Сафия. Тақырыбы: шаңғыны алып жүруге үйрету.	11.00 – 11.15 «Қарлығаш» тобы Агилманов Дамир. Тақырыбы: шаңғыны таяғымен жинап,	11.00 – 11.15 «Балдәурен» тобы Амантай Алима Тақырыбы: допты жоғарыдан беру.	11.00 – 11.15 «Ақбота» тобы Сәлімжан Раяна Тақырыбы. Оң қолмен затты

	жаттығулар. Азамат Омар. Тақырыбы: допты қағып алуға үйрету. 11.30 – 11.45 Аманжай Бейбарыс. Тақырыбы: допты жылдамдықпен лақтыру. Допты лақтыруды үйрету. 11.45 – 12.00 Ақан Айару. Тақырыбы: күшті дамыту жаттығулары. 12.00 – 12.15 Болат София. Тақырыбы: гимнастикаға үйрету. Ойын түрі: бөрене үстімен жүргізу. 12.15 – 12.30 Исаев Әмірхан. Тақырыбы: кедергілер арасынан өтуді үйрету.	11.15 – 11.30 Темірболатқызы Инабат. Тақырыбы: шаңғымен сырғанауды үйрету. 11.30-11.45 Мурат Хамза. Тақырыбы: шаңғыны майлап тазалауды үйрету. 11.45 -12.00 Сайлау Нұрислам. Тақырыбы: шаңғымен адымдап жүруді үйрену 12.00 – 12.15 Сандыбаев Даулет. Тақырыбы: шаңғыны жинауды үйрену. 12.15 - 12.30 Жұмагали Ислам. Тақырыбы: қардан аққала жасауды үйрету.	шаңғыны тасу. 11.15 – 11.30 Аллабердиев Сырым. Тақырыбы: Гимнастикалық жаттығулар. 11.30 – 11.45 Аманғосов Ақәділ. Тақырыбы: Бір орында орындалатын жаттығулар. 11.45 – 12.00 Әбілқайыр Айару. Тақырыбы: Бөрене үстінде еңбектеу. 12.00 – 12.15 Әбіл Ахмедияр. Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. 12.15 – 12.30 Бакетов Батырбек. Тақырыбы: дене шынықтырудың маңыздылығы	11.15 – 11.30 Серік Альбар Тақырыбы:допты жерге соғу. 11.30 – 11.45 Болат Манат Тақырыбы:шеңбер бойымен жүру. 11.45 – 12.00 Таргын Зұлпыхар Тақырыбы:бір орында секіру. 12.00 – 12.15 Адиев Бақтияр Тақырыбы:Үлкен доппен секіру. 12.15 – 12.30 Клюмов Ашим Тақырыбы: допты кеуде тұсында лақтыру.	лақтыру. 11.15 – 11.30 Дауренұлы Имран Тақырыбы: қос аяқпен секіру жаттығулары. 11.30 – 11.45 Бауытқелді Шерхан. Тақырыбы: кеудені көтеру. 11.45-12.00 Жанабай Дінмұхаммед Тақырыбы: допты орнына апарып қою 12.00-12.15 Сембай Әлихан Тақырыбы: кедергілердің астымен жүру. 12.15 – 12.30 Марэн Амир 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	«Балдәурен» тобы Тәрбиешілерді ойын түрлерімен таныстыру.

				әңгімелеу.	
Үйірме жұмысы		15.00-15.20 «Ақбота» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Мен билеймін		15.00-15.20 «Қонжық» тобы Тақырыбы: Мен билеймін 15.20-15.40 «Семицветик» тобы Тақырыбы: Мен билеймін	

Тексерілді
Әдіскер_____
«_26_» _05_____ 2024-2025 ж.ж.

2024-2025 ж.ж 26-30 мамыр аралығындағы дене тәрбиесі жетекшісі Б.Сағындықовтың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары	08.20 – 08.30 «Қарлығаш» тобы. «Қонжық» тобы. «Семицветик» тобы. 08.30 – 08.40 Балдәурен тобы. Құлагер тобы. Гномики тобы. Жалпы дамыту жаттығулары
Ата – анамен жұмыс	08.40 – 08.50 «Қонжық» тобы ата-аналарымен « ұлттық ойындар» тақырыбында ақыл-кеңес өткізу.	08.40 – 08.50 «Ақбота» тобы ата – аналарымен ақыл-кеңес жұмыстарын жүргізу.	08.40 – 08.50 «Балдәурен» тобы ата – аналарына балалардың жұмыстары жайында әңгімелесу.	08.40 – 08.50 «Балақай» тобы ата-аналарына жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру.	08.40 – 08.50 «Қарлығаш» тобы ата-аналарына балалардың сабаққа деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу.
ҰІӘ дайындық	08.50 – 09.00 Тыныс алу тақырыбына жоспар құру.	08.50 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.50 – 09.00 Допты волейбол торына лақтыру сабағы бойынша, доптарды дайындау, әдістемесін дайындау.	08.50 – 09.00 Ұзындыққа секіретін алаңды белгілеу, секіртпе доптарын, секіртпені дайындау.	08.50 – 09.00 Сабақ бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.

ҰІӘ **өткізу**	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55** **«Ақбота» тобы** Физикалық қасиеттерді	**09.30 – 09.55** **«Балдәурен» 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. **10.00-10.25** **«Семицветик» тобы**	**09.00 – 09.25** **«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 толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қонжық» тобы** Физикалық қасиеттерді	**09.00 – 09.25** **«Қонжық» 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. **09.30 – 09.55**	**09.00 – 09.25** **«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 толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Ойын түрі: «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойыны. **09.30 – 09.55** **«Қарлығаш» тобы** Физикалық қасиеттерді