

Бекітемін
МКҚК «Аққу» бөбекжай-балабақшас

меңгеруші:  А.Шойнбаева
№1 пед кеңес шешімімен

«27» тамыз 2021ж

**«Аққу» бөбекжай-балабақшасының
дене шынықтыру нұсқаушысының
2021-2022оқу жылындағы «Қызыл
телпек» ерте жас тобының
ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ**

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Қызыл телпек» ерте жас тобы
2021 -2022 оқу жылы
Қыркүйек айы
Өтпелі тақырып «Балабақша»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қыркүйек. «Балабақша»	1.Тақырыбы: «Доп» 2. Тақырыбы: «Нарғыз балабақшаға қонаққа келді»	Мақсаты: Допты бір қолмен және қос қолмен ұстай алады Мақсаты: жүру тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2–3 м және ені 30 см, ұзындығы 3–5 м) жүре алады.
	1.Тақырыбы: «Допты жоғары көтеріп алу және қағып алу» 2.Тақырыбы: «Сылдыр-сылдыр сылдырмақ» 3.Тақырыбы: «Сылдыр-сылдыр сылдырмақ»	Мақсаты: допты екі қолмен алға лақтыра алу. Мақсаты: ересектің көмегімен және көмегінсіз гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру Мақсаты: ересектің көмегімен және көмегінсіз гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру
	1.Тақырыбы: «Не көрдік?» 2.Тақырыбы: «Тауық пен балапандар» 3.Тақырыбы: «Тауық пен балапандар»	Мақсаты: табиғи жағдайда,айналасындағы,суреттегі заттарды атайды Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу
	1.Тақырыбы: «Баяу қарқынмен жүгіру» 2.Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз» 3.Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз»	Мақсаты: жүгірудің түрлі дағдыларын қалыптастыру Мақсаты: жүгірудің түрлі дағдыларын қалыптастыру: Мақсаты: жүгірудің түрлі дағдыларын қалыптастыру: жай, шашырап жүгіру.
	1.Тақырыбы: «Қос аяқпен заттың үстінен секіру» 2. Тақырыбы: «Тауық пен балапандар» 3.Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз»	Мақсаты: еденде жатқан лентадан (арқаннан, таяқтан) аттап өту Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу Мақсаты: жүгірудің түрлі дағдыларын қалыптастыру: жай, шашырап жүгіру.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Қызыл телпек» ерте жас тобы
2021 -2022 оқу жылы
Қазан айы
Өтпелі тақырып ««Қош келдің, Алтын күз!»»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қазан айы ««Қош келдің, Алтын күз!»»	1.Тақырыбы: « «Доп» 2.Тақырыбы: «Нарғыз балабақшаға қонаққа келді» 3.Тақырыбы: «Нарғызға қонаққа барамыз»	Мақсаты: Допты бір қолмен және қос қолмен ұстау; түрлі көлемдегі доптар мен шарларды жинау, Мақсаты: Орындықтың, үстелдің, астынан төрттағандап еңбектеп өту Мақсаты: арқанның (биіктігі 50 см), доғаның астынан төрттағандап еңбектеп өту
	1.Тақырыбы: «Допты алға домалату» 2.Тақырыбы: «Допты төменге лақтыру» 3.Тақырыбы: «Допты алысқа лақтыру»	Мақсаты: допты алға домалату (отырып, тұрып), Күтілетін нәтиже: допты отырып, тұрып алға домалата алады. Мақсаты: допты төменге, лақтыру Мақсаты: допты алысқа лақтыру
	1.Тақырыбы: «Менің тобым» 2.Тақырыбы: «Арқандар арасынан еңбектеу» 3.Тақырыбы: «Қашықтыққа еңбектеу»	Мақсаты: таныс заттарды атай алады Мақсаты: параллель жатқан арқандардың арасынан (жол бойымен) еңбектеу Мақсаты: 2 м қашықтыққа дейін еңбектеу,
	1.Тақырыбы: «Құрсаудан еңбектеп өту» 2.Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз» 3.Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз»	Мақсаты: құрсаудан еңбектеп өту. Мақсаты: Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу; Мақсаты: түрлі көлемдегі доптар мен шарларды жинау, оларды өздігінен себетке (жәшікке) салу,.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Қызыл телпек» ерте жас тобы
2021 -2022 оқу жылы
Қараша айы
Өтпелі тақырып «Менің отбасым»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қараша айы «Менің отбасым»	1.Тақырыбы: «Менің есімім» 2.Тақырыбы: «Нарқыз балабақшаға қонаққа келді» 3.Тақырыбы: «Нарқыз балабақшаға қонаққа келді»	Мақсты: өзінің, жақын туыстарының есімін атайды Мақсаты: Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу; Мақсаты: Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу;
	1.Тақырыбы: «Қу түлкі» 2.Тақырыбы: «Қу түлкі» 3.Тақырыбы: «Қу түлкі»	Мақсаты: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алу Мақсаты: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алу Мақсаты: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алу.
	1.Тақырыбы: ««Қос аяқпен заттың үстінен секіру» 2.Тақырыбы: ««Қос аяқпен заттың үстінен секіру» 3.Тақырыбы: ««Қос аяқпен заттың үстінен секіру»	Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу Күтілетін нәтиже:.. ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығып және одан түсе алады. Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу
	1.Тақырыбы: ««Баяу қарқынмен жүгіру» 2.Тақырыбы: ««Күшікке қонаққа барамыз» 3.Тақырыбы: ««Күшікке қонаққа барамыз»	Мақсаты: жай, шашырап жүгіру Мақсаты: жай, шашырап жүгіру Мақсаты: жай, шашырап жүгіру

Перспективалық жоспар
«Қызыл телпек» ерте жас тобы
2021 -2022 оқу жылы
Желтоқсан айы
Өтпелі тақырып «Менің Қазақстаным»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Желтоқсан айы «Менің Қазақстаным»	1.Тақырыбы: «Біз шынығудамыз!» 2.Тақырыбы: Белгі бойынша жүгіру 3.Тақырыбы: Секіру.	Мақсаты: Бағытты өзгерте отыра жүру. Мақсаты: Белгі бойынша тоқтап жүгіру Мақсаты: Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру.
	1.Тақырыбы: «Біз шынығудамыз!» 2.Тақырыбы: Біз көңілді балақай 3.Тақырыбы: Доппен ойнаймыз.	Мақсаты: Шағын топқа бөлініп жүгіру. Мақсаты Бір қатармен тізені жоғары көтеріп жүру. Құм салынған қапшықты нысанаға лақтыру. Мақсаты: . Допты алға домалату, қуып жету. Бір сызықтан қос аяқпен секіру.
	1.Тақырыбы: Кегельмен ойнау 2.Тақырыбы: Жүру	Мақсаты: Кегельдер арасымен допты көтеріп жүру. Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. Мақсаты:) Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру. Доға астынан допты домалатып өту.
	1.Тақырыбы: Қыс қызығы . 2.Тақырыбы: Лақтыру. 3.Тақырыбы: Қызықты ойындары	Мақсаты: . Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгіру.Допты қос қолдап лақтыру Мақсаты:) Бір қатармен тізені жоғары көтеріп жүру. Құм салынған қапшықты нысанаға лақтыру. Мақсаты:) Шеңберден шеңберге аттау. Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.
	1.Тақырыбы: Шынықсаң шымыр боласың. 2.Тақырыбы: Шеңбер бойлап жүру жүгіру. 3. Тақырыбы: Кім жылдам.	Мақсаты: Кегельдер арасымен допты көтеріп жүру.Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. Мақсаты:) Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру.Доға астынан допты домалатып өту. Мақсаты:) Шеңберден шеңберге аттау. Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Қызыл телпек» ерте жас тобы
2021 -2022 оқу жылы
Қаңтар айы
Өтпелі тақырып «Қызықты қыс мезгілі»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қаңтар айы «Қызықты қыс мезгілі»	1.Тақырыбы: Секіру Мен жүру	Мақсаты Бір қалыпты жүру. Бір орында тұрып бірқалыпты секіру
	1.Тақырыбы: Жүру мен жүгіруді алмастырамыз. 2.Тақырыбы:Күшік пен мысық 3.Тақырыбы: Қар түйіршіктері	Мақсаты: 1.Берілген бағыт бойынша аяқтың ұшымен жүру.Алаңда шашырап жүгіру. Мақсаты: Алға қарай ұмтыла затқа дейін екі аяқтап секіру. Кедергілі жазықтың бетімен нысанаға дейін еңбектеу. Мақсаты: .Қар түйіршіктерін себетке лақтыру.Еніс тактайдың үстімен жүру.
	1.Тақырыбы: Торғай мен машина 2.Тақырыбы: Жүру 3.Тақырыбы: Ұзындыққа секіру.	Мақсаты: ойын элементтерін түсініп ойнау. Мақсаты Шағын топқа бөлініп, бағытты өзгертіп жүру.20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өту.Күтілетін нәтиже: Шағын топқа бөлініп, бағытты өзгертіп жүреді.20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өтеді. Мақсаты Орнынан ұзындыққа секіру.(20-25 см)Бір және екі қолымен допты еденге ұру.
	1.Тақырыбы: Қарды домалат. 2.Тақырыбы: Аққалаға дейін еңбекте 3.Тақырыбы: Допты жағары лақтыру.	Мақсаты: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу Мақсаты Белгі бойынша шашырап жүгіру.Арқанның астымен еңбектеу. Мақсаты Түзу бағытта заттарды аттап өту. Допты жоғары лақтыру.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Балдәурен», «Бауырсақ», «Қарлығаш» кішкентайлар тобы
2021 -2022 оқу жылы
Ақпан айы
Өтпелі тақырып «Бізді қоршаған әлем»

Өтпелі тақырыптар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Ақпан айы. «Бізді қоршаған әлем»	1.Тақырыбы:Дене шынықтыру 2.Тақырыбы: Біздің қызықты тобымыз. 3.Тақырыбы. Мені қуып жет.	Мақсаты:берілген бағыт бойынша бағытты өзгертіп жүгіру Мақсаты:.Орнынан ұзындыққа секіру(25-30 см)Шеңберден шеңберге аттау. Мақсаты:Қарлы төмпешікке өрмелеу. (ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу)
	1Тақырыбы:Шашырап жүгіру 2Тақырыбы: Жол бойыен еңбектеу. 3Тақырыбы: Секіргеден секіру	Мақсаты:.Шашырап жүгіру. Еденде 10-20 см қашықтықта (екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру. Мақсаты:Жол бойымен еңбектеу. Ұсақ заттарды 1 м қашықтыққа лақтыру. Мақсаты:Гимнастикалық орындық үстінде бір орында баяу айналу. Секіргеден секіру.
	1Тақырыбы: Дене шынықтыру 2Тақырыбы: Түзу және ирек жолдармен жүгіру 3Тақырыбы: Шеңберден шеңберге аттау	Мақсаты:.Түзу және ирек жолдармен жүгіру. Жиіктері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Мақсаты:.Түзу және ирек жолдармен жүгіру. Жиіктері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Мақсаты:Шеңберден шеңберге аттау. Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.
	1Тақырыбы:Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру. 2Тақырыбы: Допен қызықты 3 Тақырыбы: Гимнастикалық үстел үстіндегі жаттығулар	Мақсаты:.Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру. Мақсаты:Допты алға домалату, қуып жету. Бір сызықтан қос аяқпен секіру. Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстінде тұру, қолын жоғары көтеру және түсіру.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР

«Балдәурен», «Бауырсақ», «Қарлығаш» кішкентайлар тобы

2021 -2022 оқу жылы

Наурыз айы

Өтпелі тақырып «Алғашқы тамшылар»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Наурыз айы. «Алғашқы тамшылар»	1Тақырыбы: «Кедергілерден аттап өту» 2Тақырыбы: «Кедергілерден аттап өту» 3Тақырыбы: «Құрсаудан өту»	Мақсаты: орындықтардың, текшелердің, таяқтардың, кегльдердің арасымен аттап жүру.. Мақсаты: текшелерден, құрсаулардан, таяқшалардан аттап жүру, Мақсаты: құрсаудан құрсауға өту.
	1.Тақырыбы: «Көлбеу тақтай үстімен жүру» 2. Тақырыбы: «Гимнастикалық тақтай үстімен жүру» 3. Тақырыбы: «Доптың астынан еңбектеу»	Мақсаты: жоғары, төмен қойылған көлбеу тақтай үстімен жүру; Мақсаты : тәрбиешімен бірге гимнастикалық орындықтың үстімен жүру; Мақсаты: домалаған доптың артынан еңбектеу
	1.Тақырыбы: «Еңбектеу» 2. .Тақырыбы: «Бөренеден асып өту»	мақсаты: жоғары қойылған көлбеу тақтайдың, гимнастикалық орындықтың бойымен еңбектеу Мақсаты: Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өту;
	1.Тақырыбы: «Жүру»	Мақсаты: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, шағын және бүкіл топпен жүру
	1.Тақырыбы: «Допты домалату» 2. Тақырыбы: «Допты тәрбиешіге домалату» 3. Тақырыбы: «Допты алға лақтыру»	Мақсаты: Допты шағын төбешіктен домалату Мақсаты: допты тәрбиешіге домалату және лақтыру Мақсаты: допты алға, жоғары лақтыру;

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
««Балдәурен», «Бауырсақ», «Қарлығаш»» кішкентайлар тобы
2021 -2022 оқу жылы
Сәуір айы
Өтпелі тақырып «Табиғаттың гүлденуі»

Өтпелі тақырыптар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Сәуір айы: Табиғаттың гүлденуі»	1.Тақырыбы: «Орнынан ұзындыққа секіру» 2.Тақырыбы: «Еркін жүру,еңбектеу» 3. Тақырыбы: «Допты домалату»	Мақсаты: Орнынан ұзындыққа секіру. (35-40см). Текшелерден аттап өту Мақсаты: Ирелендеген баудың бойымен еркін жүру.Нысанаға дейін еңбектеу. Мақсаты: Допты алдарындағы доғадан домалатып өткізу.Кеглилер арасымен қос аяқпен секіру.
	1.Тақырыбы: «Әр түрлі қарқынмен жүгіру» 2. Тақырыбы: «Өрмелеу,секіру» 3. Тақырыбы: «Допты домалату» .	Мақсаты: .Берілген бағытта әртүрлі қарқынмен жүгіру.Гимнастикалық орындық үстімен жүріп келіп,бір орнында баяу айналу Мақсаты: Шеңберден шеңберге секіру.Қабырғадағы гимнастикалық баспалдаққа өрмелеу. Мақсаты: Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру.Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтыру
	1.Тақырыбы: «Бөренеден аттау» 2. Тақырыбы: «Еркін жүру, гимнастикалық орындық үстімен жүру» 3. Тақырыбы: «Допты домалату»	Мақсаты: Бөренелерден аттап өту.Допты бір-біріне еңкейіп тұрып домалату. Мақсаты: Белгі бойынша тоқтап, жүгіру.Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту. Мақсаты: Кішкентай доппен кегельдер арасында ирелендеп жүгіру.Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту.
	Тақырыбы: «Әр түрлі заттар жүру» 2. Тақырыбы: «Бағытты өзгертіп жүгіру.,еңбектеп өту» 3. Тақырыбы: «Допты ойнаймыз»	Мақсаты: . Жуан арқан бойымен бір қырындап адымдай жүру.Допты нысанаға көздеп лақтыру. Мақсаты: Бағытты өзгертіп жүгіру.Доғаның астынан еңбектеп өту Мақсаты: Допты бір метр қашықтықтағы қақпаға домалату.Допты қос қолдап торға лақтыру.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Балдәурен», «Бауырсақ», «Қарлығаш» кішкентайлар тобы
2021 -2022 оқу жылы
Мамыр айы
Өтпелі тақырып «Әрқашан күн сөнбесін!»

Өтпелі тақырыптар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Мамыр айы «Әрқашан күн сөнбесін!»	1. Тақырыбы: «Еңбектеу» 2. тақырыбы: «Бөренеден асып өту» 3. тақырыбы: «Бөренеден асып өту»	мақсаты: жоғары қойылған көлбеу тақтайдың, гимнастикалық орындықтың бойымен еңбектеу мақсаты: Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өту. мақсаты: Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өту.
	1. Тақырыбы: «Допты лақтыру» 2. тақырыбы: «Тақырыбы: «Мен ептімін»	Мақсаты: баланың кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру Мақсаты орындыққа өзі отырып, одан өзі тұру;
	1. Тақырыбы: «Кім епті?» 2. Тақырыбы: «Өрмелеу» 3. Тақырыбы: «Еңбектеу түрлері»	Мақсаты :бөренелер арқылы өту, параллель жатқан арқандардың арасынан (жол бойымен) еңбектеу Мақсаты Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу; Мақсаты. 2 м қашықтыққа дейін еңбектеу, құрсаудан еңбектеп өту.
	1. Тақырыбы: «Міну, түсу, аттау» 2. Тақырыбы: «Кім жылдам еңбектейді?» .	Мақсаты ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу, еденде жатқан лентадан (арқаннан, таяқтан) аттап өту; Мақсаты Орындықтың, үстелдің, арқанның (биіктігі 50 см), доғаның астынан төрттағандап еңбектеп өту,

**«Аққу» бөбекжай балабақшасының
денешынықтыру нұсқаушысының 2021-
2022 оқу жылындағы «Қызыл телпек»
ерте жас тобының циклограммасы**

2021-2022 оқу жылы

01.09.2021ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Доп»

Мақсаты: Допты бір қолмен және қос қолмен ұстай алады.

Күтілетін нәтиже: допты бір қолмен және қос қолмен ұстайды.

Ұйымдастыру кезеңі:

Шаттық шеңберінде тұрып, сәлемдеседі.

Кіріспе бөлім:

Шеңбер бойлап жүру.

Негізгі бөлім:

1. Жалпы дамыту жаттығуларын жасату.

2. Допты бір қолмен, содан соң екі қолмен көтеріп ұстау.

Қорытынды

Қимылды ойын: «Кім жылдам?»

Миссия
Робот

03.09.2021ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Нарғыз балабақшаға қонаққа келді»

Мақсаты: жүру тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2-3 м және ені 30 см, ұзындығы 3-5 м) жүре алады. Күтілетін нәтиже: тура жолдың бойымен жүреді.

Ұйымдастыру кезеңі: шаттық шеңберінде тұрып сәлемдесу.

Қонаққа Нарғыз есімді қыз келеді. Ол өзінің қалай жүріп келгенін балаларға көрсткісі келетінін білдіреді.

Кіріспе

Шеңбер бойлап жүру

Негізгі бөлім

1. Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

2. Ені 25 см, ұзындығы 2-3 метр жолақшамен тура жүру

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

Қимылды ойын: «Кім тура жүре алады?»

Миссия
Робот

07.09.2021ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Допты жоғары көтеріп алу және қағып алу»

Мақсаты: допты екі қолмен алға лақтыра алу.

Күтілетін нәтиже: допты екі қолмен алға лақтырады.

Ұйымдастыру кезеңі:

Шаттық шеңберінде тұрып, көңілді әуенге әр түрлі қимылдар жасау.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату.

Негізгі бөлім

1. Допты екі қолмен алға, жоғары лақтыру
2. Қимылды ойын: «Допты қуып жет»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуын жасату

Мисериді Рәшит

08.09.2021ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Сылдыр-сылдыр сылдырмақ»

Мақсаты: ересектің көмегімен және көмегінсіз гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру

Күтілетін нәтиже: Сылдырмақтың дауысы арқылы ересектердің көмегімен ені 30 см тақтайдың бойымен жүреді.

Ұйымдастыру кезеңі :

Әр түрлі музыкалық аспаптардың дауысын тыңдатып балалардың көңілін көтеру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату.

Негізгі бөлім

-Сылдырмақтың дауысы арқылы тақтай бойымен ересектердің көмегі арқылы жүру

-сылдырмақтың дауысы тоқтаған кезде тоқтау.

Қимылды ойын : «Сылдыр-сылдыр-сылдырмақ»

Қорытынды:

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Мисериді Рәшит

10.09.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Сылдыр-сылдыр сылдырмақ»

*Мисериді
Рәшит*

Мақсаты: ересектің көмегімен және көмегінсіз гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру

Күтілетін нәтиже: Сылдырмақтың дауысы арқылы ересектердің көмегінсіз ені 30 см тақтайдың бойымен жүреді.

Ұйымдастыру кезеңі :

Әр түрлі музыкалық аспаптардың дауысын тыңдатып балалардың көңілін көтеру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату.

Негізгі бөлім

-Сылдырмақтың дауысы арқылы тақтай бойымен ересектердің көмегінсіз жүру

-сылдырмақтың дауысы тоқтаған кезде тоқтау.

Қимылды ойын : «Сылдыр-сылдыр-сылдырмақ»

Қорытынды:

Тыныс алу жаттығуларын жасату

14.09.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қос аяқпен заттың үстінен секіру»

*Мисериді
Рәшит*

Мақсаты: еденде жатқан лентадан (арқаннан, таяқтан) аттап өту

Күтілетін нәтиже :қос аяқпен еденде жатқан арқаннан аттап өтеді.

Ұйымдастыру кезеңі: әр түрлі әуен қойып ,сол әуеннің ырғығына қарай аңдардың қимылдарын жасату.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

Негізгі бөлім

1.Еденде жатқан арқан үстінен қос аяқтап секіру

2. «Қоян мен қасқыр» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

15.09.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Тауық пен балапандар»

Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу

Күтілетін нәтиже : ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығып одан түседі.

Ұйымдастыру кезеңі: әр түрлі әуен қойып ,сол әуеннің ырғығына қарай құстардың қимылдарын жасату.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

Негізгі бөлім

1.Ересектердің көмегімен биіктігі 10 см жәшікке шығу және түсу.
ойыны

2. «Құстар» қимылды

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Мисериді Рзыт

17.09.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Тауық пен балапандар»

Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу

Күтілетін нәтиже : ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығып одан түседі.

Ұйымдастыру кезеңі: әр түрлі әуен қойып ,сол әуеннің ырғығына қарай құстардың қимылдарын жасату.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

Негізгі бөлім

1.Ересектердің көмегімен биіктігі 15 см жәшікке шығу және түсу.

2. «Құстар» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

Мисериді Рзыт

21.09.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Баяу қарқынмен жүгіру»

*Мисериді
Рәшит*

Мақсаты: жүгірудің түрлі дағдыларын қалыптастыру

Күтілетін нәтиже : баяу қарқынмен жүгіреді.

Ұйымдастыру кезеңі: әр түрлі көліктердің дыбыстарын тыңдату, сол әуеннің ырғығына қарай қимылдарын жасату.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

Негізгі бөлім

1.Баяу қарқынмен жүгіру

2.. «Паравоз » қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

22.09.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз»

*Мисериді
Рәшит*

Мақсаты: жүгірудің түрлі дағдыларын қалыптастыру: жай, шашырап жүгіру.

Күтілетін нәтиже : жай ,шашырап жүгіреді

Ұйымдастыру кезеңі: шаттық шеңберінде сәлемдесу.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

Негізгі бөлім

1.Жай, шашырап жүгіреді.

2. «Қаздар-қаздар» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

24.09.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз»

*Мисериді
Рәшит*

Мақсаты: жүгірудің түрлі дағдыларын қалыптастыру: жай, шашырап жүгіру.

Күтілетін нәтиже : жай ,шашырап жүгіреді

Ұйымдастыру кезеңі: шаттық шеңберінде сәлемдесу.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

Негізгі бөлім

1.Жай, шашырап жүгіреді.

2. «Мысық пен тышқан» қимылды ойыны
Қорытынды
Тыныс алу жаттығуларын жасату

28.09.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Дене шынықтыру

(таза ауада)

Тақырыбы: «Қос аяқпен заттың үстінен секіру»

Мақсаты: еденде жатқан лентадан (арқаннан, таяқтан) аттап өту

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

Негізгі бөлім

1.Баяу қарқынмен жүгіру

2. «Паравоз » қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

*Мисериді
Рәуф*

29.09.2021ж

Дене шынықтыру

«Тақырыбы: «Тауық пен балапандар»

Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу

Ұйымдастыру кезеңі: шаттық шеңберінде сәлемдесу.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

Негізгі бөлім

1.Жай, шашырап жүгіреді.

2. «Қаздар-қаздар» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

*Мисериді
Рәуф*

01.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз»

Мақсаты: жүгірудің түрлі дағдыларын қалыптастыру: жай, шашырап жүгіру.

Күтілетін нәтиже : жай ,шашырап жүгіреді

Ұйымдастыру кезеңі: шаттық шеңберінде сәлемдесу.

Кіріспе

*Мисериді
Рәуф*

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

Негізгі бөлім

1. Жай, шашырап жүгіреді.

2. «Мысық пен тышқан» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

5.10.2021

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Доп»

Мақсаты: Допты бір қолмен және қос қолмен ұстау; түрлі көлемдегі доптар мен шарларды жинау,

Күтілетін нәтиже: допты бір қолмен, қос қолмен ұстайды, әр түрлі көлемдегі шарларды, доптарды жинайды.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру,

Негізгі бөлім

1. допты бір қолмен, қос қолмен ұстау, әр түрлі көлемдегі шарларды, доптарды жинау.

2. «Добым, добым домалақ» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Масериди Р.Б.

06.10.2021ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Нарғыз балабақшаға қонаққа келді»

Мақсаты: Орындықтың, үстелдің, астынан төрттағандап еңбектеп өту

Күтілетін нәтиже: Орындықтың, үстелдің, астынан төрттағандап еңбектеп өтеді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру..

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу,

Негізгі бөлім

1. Орындықтың, үстелдің, астынан төрттағандап еңбектеп өту

2. «Кім епті» қимылды

ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Масериди Р.Б.

08.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Нарғызға қонаққа барамыз»

Мақсаты: арқанның (биіктігі 50 см), доғаның астынан төрттағандап еңбектеп өту

Күтілетін нәтиже : арқанның (биіктігі 50 см), доғаның астынан төрттағандап еңбектеп өте алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру..

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою,

Негізгі бөлім

1. : арқанның (биіктігі 50 см), доғаның астынан төрттағандап еңбектеп өту

2. «Құстар» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

Мисериді Рәуф

12.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Допты алға домалату»

Мақсаты: допты алға домалату (отырып, тұрып), Күтілетін нәтиже: допты отырып, тұрып алға домалата алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру. Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу,

Негізгі бөлім

1. Допты отырып, тұрып алға домалата алу

2. «Автобус» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

Мисериді Рәуф

13.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Допты төменге лақтыру»

Мақсаты: допты төменге, лақтыру

Күтілетін нәтиже :допты төменге лақтыра алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңберде жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу.

Негізгі бөлім

1. допты төменге, лақтыру

Мисериді Рәуф

2. «Паравоз» қимылды ойыны
Қорытынды
Тыныс алу жаттығуларын жасату.

15.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Допты алысқа лақтыру»

Мақсаты: допты алысқа лақтыру .

Күтілетін нәтиже : допты алысқа лақтыра алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңберде тұрып жүру,жүгіру. Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу

Негізгі бөлім

1. допты алысқа лақтыру

2. «Допты қуып жет» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

*Мисериді
Рәуф*

19.10.2021

Білім беру саласы:Қатынас

Білім бөлімі: Сөйлеуді дамыту

Тақырыбы: «Менің тобым»

Мақсаты: таныс заттарды атай алады

Күтілетін нәтиже: топ ішіндегі заттарды атайды

Педагог жетекшілігімен жүргізілетін ойын: «Менің тобымдағы заттар»

Ұйымдастыру кезеңі:

Шаттық шеңберінде тұрып сәлемдесу.

Түстер арқылы топтарға бөлу.

Нұсқау беру:

-Балалар жан –жағымызға қарап ,жұптаса отырып ,топтың ішінен қалаған заттарыңды алып келіп ,атын атай қойыңдаршы.

Жаппай бақылау, диалог арқылы саралау.

Кері байланыс ұсыну: мақтау,мадақтау .

*Мисериді
Рәуф*

20.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Арқандар арасынан еңбектеу»

Мақсаты: параллель жатқан арқандардың арасынан (жол бойымен) еңбектеу.

Күтілетін нәтиже: параллель жатқан арқандардың арасынан (жол бойымен) еңбектейді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру.

Негізгі бөлім

*Мисериді
Рәуф*

1. : параллель жатқан арқандардың арасынан (жол бойымен) еңбектеу.

2. «Ұшақтар» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

22.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қашықтыққа еңбектеу»

Мақсаты: 2 м қашықтыққа дейін еңбектеу,

Күтілетін нәтиже:2 метр қашықтыққа дейін еңбектейді. **Ұйымдастыру кезеңі:** шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру

Негізгі бөлім

12 м қашықтыққа дейін еңбектеу,

2. «Ормандағы аю»» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

Мисериді
Рәшит

26.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы:«Құрсаудан еңбектеп өту»

Мақсаты: құрсаудан еңбектеп өту.

Күтілетін нәтиже: құрсаудан еңбектеп өте алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру. Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бұгу, ашу.

Негізгі бөлім

1. құрсаудан еңбектеп өту.

2. «Қояндар» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

Мисериді
Рәшит

27.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз»

Мақсаты: Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу;

Күтілетін нәтиже : Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелей алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңберде жүру,жүгіру.

Мисериді
Рәшит

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу,

Негізгі бөлім

1 Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу;

2. «Тауық пен балапандар» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

29.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз»

Мақсаты: түрлі көлемдегі доптар мен шарларды жинау, оларды өздігінен себетке (жәшікке) салу,.

Күтілетін нәтиже : түрлі көлемдегі доптар мен шарларды жинау, оларды өздігінен себетке (жәшікке) салуды үйренеді. **Ұйымдастыру кезеңі:** шеңберде тұрып жүру,жүгіру. Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу

Негізгі бөлім

1. түрлі көлемдегі доптар мен шарларды жинау, оларды өздігінен себетке (жәшікке) салу,.

2. «Допты қуып жет» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

Мисериді Рәшит

02.11.2021ж

Білім беру саласы:Қатынас

Білім бөлімі: Сөйлеуді дамыту

Тақырыбы: «Менің есімім»

Мақсты: өзінің, жақын туыстарының есімін атайды

Күтілетін нәтиже: өзінің, жақын адамдарының есімдерін біледі

Мисериді Рәшит

Педагог жетекшілігімен жүргізілетін ойын: «Сенің атың кім?»

Ұйымдастыру кезеңі:

Шаттық шеңберінде тұрып шеңберді айналып қол шапалақтап жүру.

Түстер арқылы топтарға бөлу.

Нұсқау беру:

-Балалар бізге қуыршақ Айша қонаққа келіпті .Айшаның сендермен танысқысы келеді. Кәне Айшаға бәріміз атымызды кезектесіп ,айтып берейік.

-Балалар ,кәне бір-бірімізге суреттердің ішінен ана, әке ,ата, апамыздың суреттерін көрсетейікші. Жаппай бақылау, диалог арқылы саралау.

Кері байланыс ұсыну: мақтау,мадақтау .

03.11.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Нарқыз балабақшаға қонаққа келді»

Мақсаты: Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу;

Күтілетін нәтиже: Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелей алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру Негізгі бөлім

1. Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу;

2. «Кім жылдам?» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Миссериді
Рәуф*

05.11.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Нарқыз балабақшаға қонаққа келді»

Мақсаты: Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу;

Күтілетін нәтиже: Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелей алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру Негізгі бөлім

1. Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу;

2. «Ағашқа кім бірінші жетеді?» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Миссериді
Рәуф*

09.11.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қу түлкі»

Мақсаты: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алу.

Күтілетін нәтиже: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бұғу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алу.

*Миссериді
Рәуф*

2. «Қу түлкі»қимылды ойыны
Қорытынды
Тыныс алу жаттығуларын жасату.

10.11.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қу түлкі»

Мақсаты: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алу.

Күтілетін нәтиже: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алу.

2. «Күн мен түн»қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Миссериді
Рәшит*

12.11.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қу түлкі»

Мақсаты: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алу.

Күтілетін нәтиже: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алу.

2. «Мысық тышқан»қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

*Миссериді
Рәшит*

16.11.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: ««Қос аяқпен заттың үстінен секіру»

*Миссериді
Рәшит*

Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу Күтілетін нәтиже: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығып және одан түсе алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу

2. «Құс болып ұшамыз» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

17.11.2021ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: ««Қос аяқпен заттың үстінен секіру»

Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу

Күтілетін нәтиже: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығып және одан түсе алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу

2. «Құс болып ұшамыз» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

19.11.2021ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: ««Қос аяқпен заттың үстінен секіру»

»Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу

Күтілетін нәтиже: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығып және одан түсе алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу

2. «Құс болып ұшамыз» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

23.11.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: ««Баяу қарқынмен жүгіру»

Мақсаты: жай, шашырап жүгіру

Күтілетін нәтиже: жай, шашырап жүгіреді

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. жай, шашырап жүгіру

2. «Мысық пен тышқан»қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Мисериді
Рәшит*

24.11.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: ««Күшікке қонаққа барамыз»

Мақсаты: жай, шашырап жүгіру

Күтілетін нәтиже: жай, шашырап жүгіреді

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. жай, шашырап жүгіру

2. «Мысық пен тышқан»қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Мисериді
Рәшит*

27.11.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: ««Күшікке қонаққа барамыз»

Мақсаты: жай, шашырап жүгіру

Күтілетін нәтиже: жай, шашырап жүгіреді

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

*Мисериді
Рәшит*

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. жай, шашырап жүгіру
2. «Мысық пен тышқан» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

30.11.2021ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Біз шынығудамыз!»

Мақсаты: Бағытты өзгерте отыра жүру.

Алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіртпемен секіру.

Күтілетін нәтиже: Бағытты өзгерте отыра жүріп, алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіртпемен секіре алады.

Мисериді Рәуф

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

- 1 Бағытты өзгерте отыра жүру.

Алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіртпемен секіру.

2. «Мен шыныққан баламын» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

01.12.2021ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: Белгі бойынша жүгіру

Мақсаты: Белгі бойынша тоқтап жүгіру.

Допты жоғарыға лақтыру (қағып алмай)

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Белгі бойынша тоқтап жүгіру.
2. Допты жоғарыға лақтыру (қағып алмай)
3. «Қимылды ойын: «Дәл түсір»

қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Мисериді Рәуф

03.12.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Секіру.

Мақсаты:Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру.

Арқанның астымен еңбектеп өту.

Қимылды ойын: «Бірге қонаққа барайықшы»

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1: Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру.

2.Арқанның астымен еңбектеп өту.

3. «Қимылды ойын: «Бірге қонаққа барайықшы» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Мәсерісгі
Р.Бит

07.12.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Біз шынығудамыз!»

Мақсаты: Шағын топқа бөлініп жүгіру.

Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдік сақтап жүру.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Шағын топқа бөлініп жүгіру.

2.Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдік сақтап жүру.

3. «Қимылды ойын: «Дәрумендер жолындағы кедергілер»

қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Мәсерісгі
Р.Бит

08.12.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Біз көңілді балақай

Мақсаты:

. Бір қатармен тізені жоғары көтеріп жүру.

Құм салынған қапшықты нысанаға лақтыру.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Бір қатармен тізені жоғары көтеріп жүру.

2.Құм салынған қапшықты нысанаға лақтыру

3. **«Қимылды ойын:** «Дәрумендерді тап»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Мисериді
Рәшит*

10.12.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Доппен ойнаймыз.

Мақсаты.: . Допты алға домалату, қуып жету.

Бір сызықтан қос аяқпен секіру.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Допты алға домалату, қуып жету.

2.Бір сызықтан қос аяқпен секіру

3. **«Қимылды ойын:** «Допты қуып жет»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Мисериді
Рәшит*

14.12.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Кегельмен ойнау

Мақсаты: Кегельдер арасымен допты көтеріп жүру.

Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

*Мисериді
Рәшит*

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу,

Негізгі бөлім

- 1.Кегельдер арасымен допты көтеріп жүру.
- 2.Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру
3. «**Қимылды ойын:** «Біз біргеміз»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Масерис
Р.Бит

15.12.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Жүру

Мақсаты:) Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру.

Доға астынан допты домалатып өту.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру.
- 2.Доға астынан допты домалатып өту
3. «**Қимылды ойын:** «Поезд»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Масерис
Р.Бит

21.12.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Қыс қызығы

Мақсаты: . Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгіру.

Допты қос қолдап лақтыру.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу,

Негізгі бөлім

- 1 Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгіру.
- . Допты қос қолдап лақтыру
3. «**Қимылды ойын:** : «Жалаушаға дейін жет»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

22.12.2021ж

Мисериді
Рәшит

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Лақтыру.

Мақсаты:) Бір қатармен тізені жоғары көтеріп жүру.

Құм салынған қапшықты нысанаға лақтыру.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Бір қатармен тізені жоғары көтеріп жүру.

Құм салынған қапшықты нысанаға лақтыру 3. «Қимылды ойын: **«Қимылды ойын:** «Дәрумендерді тап»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

24.12.2021ж

Мисериді
Рәшит

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Қызықты ойындар

Мақсаты:) Шеңберден шеңберге аттау.

Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.

Спорттық іс-шара: «Біз күштіміз, ептіміз»

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Шеңберден шеңберге аттау.

Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.

3. **«Спорттық іс-шара:** «Біз күштіміз, ептіміз.

Мисериді
Рәшит

28.12.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Шынықсаң шымыр боласың.

Мақсаты: Кегельдер арасымен допты көтеріп жүру.

Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу,

Негізгі бөлім

- 1.Кегельдер арасымен допты көтеріп жүру.
- 2.Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру
3. «Қимылды ойын: «Біз біргеміз»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

29.12.2021ж

Масериді Р.Бек

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Шеңбер бойлап жүру жүгіру.

Мақсаты:) Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру.

Доға астынан допты домалатып өту.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру.
- 2.Доға астынан допты домалатып өту
3. «Қимылды ойын: «Поезд»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

31.12.2021ж

Масериді Р.Бек

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Кім жылдам.

Мақсаты:) Шеңберден шеңберге аттау.

Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.

Спорттық іс-шара: «Біз күштіміз, ептіміз»

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Шеңберден шеңберге аттау.
- Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.
3. «Спорттық іс-шара: «Біз күштіміз, ептіміз.

05.01.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Секіру

Мен жүру

Мақсаты Бір қалыпты жүру.

Бір орында тұрып бірқалыпты секіру.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: Негізгі бөлім

1. Бір қалыпты жүру

2. Бір орында тұрып бірқалыпты секіру.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату. **Қимылды ойын:** «Ормандағы аю»

*Миссериді
Рәуф*

11.01.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Жүру мен жүгіруді алмастырамыз.

Мақсаты:1.Берілген бағыт бойынша аяқтың ұшымен жүру.

Алаңда шашырап жүгіру.

Қимылды ойын: «Түлкіні ұстап алайық»

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу,

Негізгі бөлім

1 Берілген бағыт бойынша аяқтың ұшымен жүру.

Алаңда шашырап жүгіру.

3 **Қимылды ойын:** «Түлкіні ұстап алайық»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Миссериді
Рәуф*

12.01.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы:Күшік пен мысық

.Мақсаты: Алға қарай ұмтыла затқа дейін екі аяқтап секіру.

Кедергілі жазықтың бетімен нысанаға дейін еңбектеу.

Қимылды ойын: «Ақ қоян»

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

*Миссериді
Рәуф*

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Алға қарай ұмтыла затқа дейін екі аяқтап секіру.
- Кедергілі жазықтың бетімен нысанаға дейін еңбектеу.

3. Қимылды ойын: «Ақ қоян»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Мисериді Рәшит

14.01.2022ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: Қар түйіршіктері

Мақсаты: Қар түйіршіктерін себетке лақтыру.

Еңіс тақтайдың үстімен жүру.

Қимылды ойын: «Қарды нысанаға лақтыру»

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Қар түйіршіктерін себетке лақтыру.

Еңіс тақтайдың үстімен жүру.

3. Қимылды ойын: «Қарды нысанаға лақтыру»

Мисериді Рәшит

18.01.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: Торғай мен машина

Мақсаты: ойын элементтерін түсініп ойнау.

Дене шынықтыру

(негізгі қимылдар)

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұгу және қайта жазу

Негізгі бөлім

1. Шеңбер бойымен қолдарымен әртүрлі қалыптар жасай жүру.
2. Доптарды бір-біріне домалату.
3. Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Торғайлар мен машина»

19.01.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Жүру

Мақсаты Шағын топқа бөлініп, бағытты өзгертіп жүру.

20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өту.

Күтілетін нәтиже: Шағын топқа бөлініп, бағытты өзгертіп жүреді.

20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өтеді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу

Негізгі бөлім

1 Шағын топқа бөлініп, бағытты өзгертіп жүру.

2.20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өту.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Жалаушаға дейін жет»

*Масериді
Р.Бек*

21.01.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Ұзындыққа секіру.

Мақсаты Орнынан ұзындыққа секіру.(20-25 см)

Бір және екі қолымен допты еденге ұру.

Күтілетін нәтиже. Орнынан ұзындыққа секіріп(20-25 см)

Бір және екі қолымен допты еденге ұрады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу

Негізгі бөлім

1 Орнынан ұзындыққа секіру.(20-25 см)

2.Бір және екі қолымен допты еденге ұру.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Көпірден өт»

*Масериді
Р.Бек*

*Мисериді
Рәуф*

25.01.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: Қарды домалат.

Мақсаты: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу

(негізгі қимылдар)

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу

Негізгі бөлім

1.Еңіс тақтайдың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру (ені 25 см, бір басы 15 см көтерілгенде).

Допты екі қолмен төменнен лақтыру.

Қимылды ойын: «Қарды домалат»

3.Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Торғайлар мен машина»

*Мисериді
Рәуф*

26.01.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Аққалаға дейін еңбекте

Мақсаты Белгі бойынша шашырап жүгіру.

Арқанның астымен еңбектеу.

Қимылды ойын: «Аққалаға дейін еңбекте»

.

Күтілетін нәтиже: Белгі бойынша шашырап жүгіреді

Арқанның астымен еңбектейді.

Қимылды ойын: «Аққалаға дейін еңбекте»

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу

Негізгі бөлім

1 Белгі бойынша шашырап жүгіру.

2Арқанның астымен еңбектеу.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Аққалаға дейін еңбекте»

28.01.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Мисериді Рәшит

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Допты жоғары лақтыру.

Мақсаты Түзу бағытта заттарды аттап өту.

Допты жоғары лақтыру.

Күтілетін нәтиже. Түзу бағытта заттарды аттап өтеді

Допты жоғары лақтырады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу

Негізгі бөлім

1 Түзу бағытта заттарды аттап өту.

2.Допты жоғары лақтыру.

.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату. **Спорттық іс-шара:**

«Шынықсаң шымыр

Мисериді Рәшит

01.02.2022ж

Тақырыбы:Дене шынықтыру

(негізгі қимылдар)

Мақсаты:берілген бағыт бойынша бағытты өзгертіп жүгіру

Күтілетін нәтиже: берілген бағыт бойынша бағытты өзгертіп жүгіреді.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұғу, қолдың саусақтарын бұғу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1.. берілген бағыт бойынша бағытты өзгертіп жүгіру

3.Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: Ғажайып кедергі» ойыны»

*Мисериді
Рәшит*

02.02.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Біздің қызықты тобымыз.

Мақсаты: Орнынан ұзындыққа секіру(25-30 см)

Шеңберден шеңберге аттау.

Күтілетін нәтиже: Орнынан ұзындыққа секіріп,(25-30 см)

Шеңберден шеңберге аттайды..

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1 Орнынан ұзындыққа секіру(25-30 см)

2.Шеңберден шеңберге аттау.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Қоянша секір»»

*Мисериді
Рәшит*

04.02.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы. Мені қуып жет.

Мақсаты:Қарлы төмпешікке өрмелеу. (ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу)

Қимылды ойын: «Мені қуып жет».

Күтілетін нәтиже. :Қарлы төмпешікке өрмелейді.(ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу)

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1 Қарлы төмпешікке өрмелеу. (ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу)

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Мені қуып жет».

08.02.2022ж

**Тақырыбы: Дене шынықтыру
(негізгі қимылдар)**

*Мисериді
Рәхмет*

Мақсаты: Шашырап жүгіру. Еденде 10-20 см қашықтықта (екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру.

Күтілетін нәтиже: Шашырап жүгіреді, Еденде 10-20 см қашықтықта (екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіреді.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу
Негізгі бөлім

1. Шашырап жүгіру. 2. Еденде 10-20 см қашықтықта (екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру 3. Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Торғайлар мен машина»

09.02.2022ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: Жол бойымен еңбектеу.

Мақсаты: Жол бойымен еңбектеу.

Ұсақ заттарды 1 м қашықтыққа лақтыру.

Күтілетін нәтиже: Жол бойымен еңбектеп,

ұсақ заттарды 1 м қашықтыққа лақтырады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1. Жол бойымен еңбектеу.

2. Ұсақ заттарды 1 м қашықтыққа лақтыру Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Паравоз»

*Мисериді
Рәхмет*

11.02.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Секіртпеден секіру.

Мақсаты:Гимнастикалық орындық үстінде бір орында баяу айналу.

Секіртпеден секіру.

Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінде бір орында баяу айналып, секіртпеден секіреді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1 Гимнастикалық орындық үстінде бір орында баяу айналу.

2.Секіртпеден секіру.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату. **Қимылды ойын:** «Кім жылдам?»

Мисериді Рәуф

15.02.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы:Дене шынықтыру
(негізгі қимылдар)

Мақсаты:Түзу және ирек жолдармен жүгіру. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.

Күтілетін нәтиже: Түзу және ирек жолдармен жүгіреді. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүреді

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1 Түзу және ирек жолдармен жүгіру.

2.Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру

3.Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын:

Ойын-жаттығу: «Көреміз, қайталаймыз»

(Экраннан көрсету және оны қайталау)

Мисериді Рәуф

16.02.2022ж

Мисериди
Рәшит

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Түзу және ирек жолдармен жүгіру

Мақсаты:Түзу және ирек жолдармен жүгіру. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.

Күтілетін нәтиже: Түзу және ирек жолдармен жүгіреді. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүреді...

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1 Түзу және ирек жолдармен жүгіру.

2.Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Музыкалық жаттығу: «Кірпілер билейді»

18.02.2022ж

Мисериди
Рәшит

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Шеңберден шеңберге аттау.

Мақсаты:Шеңберден шеңберге аттау. Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.

Күтілетін нәтиже. : Шеңберден шеңберге аттайды.Жүруден жүгіруге және керісінше ауысады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1 Шеңберден шеңберге аттау. 2.Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату. **Қимылды ойын:** «Көлшіктен аттап өт»

23.02.2022ж

Мисериди
Рәшит

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Дене шынықтыру

Тақырыбы:Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру. **(негізгі қимылдар)**

Мақсаты:..Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру.

Доға астынан допты домалатып өту.

Күтілетін нәтиже: Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүреді.

Доға астынан допты домалатып өтеді.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1. Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру.

2. Доға астынан допты домалатып өту 3. Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Доп шеңбер ішінде»

24.02.2022ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: Доппен қызықты ойындар.

Мақсаты: Допты алға домалату, қуып жету. Бір сызықтан қос аяқпен секіру.

Күтілетін нәтиже: Допты алға домалатып қуып жетеді. Бір сызықтан қос аяқпен секіреді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1. Допты алға домалату, қуып жету.

2. Бір сызықтан қос аяқпен секіру Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Допты домалат»

Мисериди
Рәшит

26.02.2022ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: Гимнастикалық үстел үстіндегі жаттығулар.

Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстінде тұру, қолын жоғары көтеру және түсіру.

Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінде тұрып, қолын жоғары көтеріп түсіреді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1 Гимнастикалық орындық үстінде тұру

2. қолын жоғары көтеру және түсіру Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату. **Скаймен музыкалық жаттығулар орындау**

Мисериди
Рәшит

01.03.2022ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Кедергілерден аттап өту»

Мақсаты: орындықтардың, текшелердің, таяқтардың, кегльдердің арасымен аттап жүру..

Күтілетін нәтиже: орындықтардың, текшелердің, таяқтардың, кегльдердің арасымен аттап жүреді.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1. орындықтардың, текшелердің, таяқтардың, кегльдердің арасымен аттап жүру..

3. Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Ормандағы аю»

Мисериді
Рәуф

02.03.2022ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Кедергілерден аттап өту»

Мақсаты: текшелерден, құрсаулардан, таяқшалардан аттап жүру,

Күтілетін нәтиже: текшелерден, құрсаулардан, таяқшалардан аттап жүреді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1. текшелерден, құрсаулардан, таяқшалардан аттап жүру,

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Музыкалық жаттығу: «Аюлар билейді»

Мисериді
Рәуф

04.03.2022ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Құрсаудан өту»

Мақсаты: құрсаудан құрсауға өту.

Күтілетін нәтиже: құрсаудан құрсауға өтеді..

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Мисериді
Рәуф

Негізгі бөлім

1 құрсаудан құрсауға өту.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Көлшіктен аттап өт»

09.03.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Көлбеу тақтай үстімен жүру»

Мақсаты: жоғары, төмен қойылған көлбеу тақтай үстімен жүру;

Күтілетін нәтиже: жоғары, төмен қойылған көлбеу тақтай үстімен жүреді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1. жоғары, төмен қойылған көлбеу тақтай үстімен жүру.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Жалаушаға кім бұрын жетеді?»

Мисерисәгі Рзыт

11.03.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Гимнастикалық тақтай үстімен жүру»

Мақсаты : тәрбиешімен бірге гимнастикалық орындықтың үстімен жүру;

Күтілетін нәтиже: тәрбиешімен бірге гимнастикалық орындықтың үстімен жүреді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1 тәрбиешімен бірге гимнастикалық орындықтың үстімен жүру

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Қимылды ойын : «Аққу-қаздар»

Мисерисәгі Рзыт

15.03.2022ж

Дене шынықтыру
(негізгі қимылдар)

Тақырыбы: «Доптың астынан еңбектеу»

Мақсаты: домалаған доптың артынан еңбектеу

Күтілетін нәтиже: домалаған доптың артынан еңбектейді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1. домалаған доптың артынан еңбектеу.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Допты қуып жет»

Масерис
Р.Биб

16.03.2022ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Еңбектеу»

мақсаты: жоғары қойылған көлбеу тақтайдың, гимнастикалық орындықтың бойымен еңбектеу

Күтілетін нәтиже: жоғары қойылған көлбеу тақтайдың, гимнастикалық орындықтың бойымен еңбектейді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1. жоғары қойылған көлбеу тақтайдың, гимнастикалық орындықтың бойымен еңбектеу

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Түлкі мен қояндар»

Масерис
Р.Биб

18.03.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Бөренеден асып өту»

Мақсаты: Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өту;

Мисериді Рәуф

Күтілетін нәтиже: Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өтеді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1 Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өту;

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Қимылды ойын : «Аққу-қаздар»

25.03.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Жүру»

Мақсаты: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, шағын және бүкіл топпен жүру, .

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1 бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, шағын және бүкіл топпен жүру

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын : «Добым менің домалақ»

Мисериді Рәуф

29.03.2022ж

Мисериді Рәшит

Дене шынықтыру
(негізгі қимылдар)

Тақырыбы: «Допты домалату»

Мақсаты: Допты шағын төбешіктен домалату

Күтілетін нәтиже: Допты шағын төбешіктен домалатады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1. Допты шағын төбешіктен домалату

. Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Допты қуып жет»

30.03.2022ж

Мисериді Рәшит

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Дене шынықтыру

. Тақырыбы: «Допты тәрбиешіге домалату»

Мақсаты: допты тәрбиешіге домалату және лақтыру;

Күтілетін нәтиже: допты тәрбиешіге домалатады және лақтырады..

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1. допты тәрбиешіге домалату және лақтыру

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Қасқырлар мен лақтар»

01.04.2022ж

*Мисериді
Рәшит*

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

. Тақырыбы: «Допты алға лақтыру»

Мақсаты: допты алға, жоғары лақтыру;

Күтілетін нәтиже: допты алға, жоғары лақтыру;

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1 допты алға, жоғары лақтыру;;

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Қимылды ойын : «Жүзік салу»

*Мисериді
Рәшит*

05..04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Орнынан ұзындыққа секіру»

Мақсаты:Орнынан ұзындыққа секіру. (35-40см).

Текшелерден аттап өту.

Күтілетін нәтиже: Орнынан ұзындыққа секіреді. (35-40см).

Текшелерден аттап өтеді..

Күтілетін нәтиже: Допты шағын төбешіктен домалатады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1. Орнынан ұзындыққа секіру. (35-40см).

2.Текшелерден аттап өту

. Қорытынды

Қимылды ойын: «Гүлдерді жинайық

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

06.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Еркін жүру,еңбектеу»

Мақсаты:Ирелендеген баудың бойымен еркін жүру.

Нысанаға дейін еңбектеу.

Күтілетін нәтиже: Ирелендеген баудың бойымен еркін жүреді

Нысанаға дейін еңбектейді.

Қимылды ойын: «Құмыраны толтыр»

;

Күтілетін нәтиже: допты тәрбиешіге домалатады және лақтырады..

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1. Ирелендеген баудың бойымен еркін жүру.

2.Нысанаға дейін еңбектеу

Қорытынды

Қимылды ойын: «Құмыраны толтыр»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

«Өтеш»

Миссериді Рәшит

08.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Допты домалату»

Мақсаты: Допты алдарындағы доғадан домалатып өткізу.

Кеглилер арасымен қос аяқпен секіру.

Күтілетін нәтиже: Допты алдарындағы доғадан домалатып өткізеді.

Кеглилер арасымен қос аяқпен секіреді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1 Допты алдарындағы доғадан домалатып өткізу.

2.Кеглилер арасымен қос аяқпен секіру.

Қорытынды

Қимылды ойын : «Жүзік салу»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Миссериді Рәшит

12.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Әр түрлі қарқынмен жүгіру»

Мақсаты: .Берілген бағытта әртүрлі қарқынмен жүгіру.

Гимнастикалық орындық үстімен жүріп келіп,бір орнында баяу айналу.

Күтілетін нәтиже: Берілген бағытта әртүрлі қарқынмен жүгіреді

Гимнастикалық орындық үстімен жүріп келіп,бір орнында баяу айналады...

Күтілетін нәтиже: Допты шағын төбешіктен домалатады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1. Берілген бағытта әртүрлі қарқынмен жүгіру.

Гимнастикалық орындық үстімен жүріп келіп,бір орнында баяу айналу.

Қорытынды

Қимылды ойын: «Жолдан шықпа»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Масерина Р.Вит

13.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Өрмелеу,секіру»

Мақсаты: Шеңберден шеңберге секіру.

Қабырғадағы гимнастикалық баспалдаққа өрмелеу.

Күтілетін нәтиже: Шеңберден шеңберге секіреді.

Қабырғадағы гимнастикалық баспалдаққа өрмелейді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1. Шеңберден шеңберге секіру.

Қабырғадағы гимнастикалық баспалдаққа өрмелеу.

Қорытынды

Қимылды ойын: «Төбешікке мінеміз»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

«Гүлдер»

Масерина Р.Вит

15.04.2022ж

ілім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Допты домалату»

Мақсаты: Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру.

Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтыру.

Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүреді

Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтырады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1.Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру.

2.Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтыру.

Қорытынды

Қимылды ойын: «Астық жинаймыз».

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

*Масерисі
Р.Б.Б.*

19.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Бөренеден аттау»

Мақсаты:Бөренелерден аттап өту.

Допты бір-біріне еңкейіп тұрып домалату.

Күтілетін нәтиже: Бөренелерден аттап өтеді

Допты бір-біріне еңкейіп тұрып домалатады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1. Бөренелерден аттап өту.

2.Допты бір-біріне еңкейіп тұрып домалату.

. Қорытынды

Қимылды ойын: «Ұсталған шыбындар»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Масерисі
Р.Б.Б.*

20.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Еркін жүру, гимнастикалық орындық үстімен жүру»

Мақсаты: Белгі бойынша тоқтап, жүгіру.

Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту.

Күтілетін нәтиже: Белгі бойынша тоқтап, жүгіреді.

Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүреді.

Күтілетін нәтиже: допты тәрбиешіге домалатады және лақтырады..

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1. Белгі бойынша тоқтап, жүгіру.

2.Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту

Қорытынды

Қимылды ойын: «Аралар»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

«Маса»

Мисериді Рзыт

21.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Допты домалату»

Мақсаты:Кішкентай доппен кегельдер арасында ирелендеп жүгіру.

Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту.

Күтілетін нәтиже: Кішкентай доппен кегельдер арасында ирелендеп жүгіру.

Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1 Кішкентай доппен кегельдер арасында ирелендеп жүгіру.

2.Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту.

Қорытынды

Қимылды ойын: «Тордағы құс». Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Мисериді Рзыт

26.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Әр түрлі заттар жүру»

Мақсаты: . Жуан арқан бойымен бір қырындап адымдай жүру.

Допты нысанаға көздеп лақтыру.

Күтілетін нәтиже: Жуан арқан бойымен бір қырындап адымдай жүреді.

Допты нысанаға көздеп лақтырады. .

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1. Жуан арқан бойымен бір қырындап адымдай жүру.

2.Допты нысанаға көздеп лақтыру.

.

. Қорытынды

Қимылды ойын: «Кубиктерді жинастыр»

.

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Мисериді Рәуф

27.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Бағытты өзгертіп жүгіру,еңбектеп өту»

Мақсаты: Бағытты өзгертіп жүгіру.

Доғаның астынан еңбектеп өту

Күтілетін нәтиже: Бағытты өзгертіп жүгіреді

Доғаның астынан еңбектеп өтеді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1. Бағытты өзгертіп жүгіру.

2.Доғаның астынан еңбектеп өту.

Қорытынды

Қимылды ойын: «Кім жылдам?»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

«Гүлдер»

Мисериді Рәуф

29.04.2022ж

Мисериді
Р.Бит

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Допты ойнаймыз»

Мақсаты: Допты бір метр қашықтықтағы қақпаға домалату.

Допты қос қолдап торға лақтыру.

Күтілетін нәтиже: Допты бір метр қашықтықтағы қақпаға домалатады..

Допты қос қолдап торға лақтырады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1. Допты бір метр қашықтықтағы қақпаға домалату.

2.Допты қос қолдап торға лақтыру.

Қорытынды

Спорттық іс-шара: «Ептілер, күштілер»Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

03.05.2022ж

Мисериді
Р.Бит

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Еңбектеу»

мақсаты:жоғары қойылған көлбеу тақтайдың, гимнастикалық орындықтың бойымен еңбектеу

Күтілетін нәтиже: жоғары қойылған көлбеу тақтайдың, гимнастикалық орындықтың бойымен еңбектейді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұғу, Негізгі бөлім

1. жоғары қойылған көлбеу тақтайдың, гимнастикалық орындықтың бойымен еңбектеу

. Қорытынды

Қимылды ойын: «Допты қуып жет»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

04.05.2022ж

*Мисериді
Рәшит*

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

тақырыбы: «Бөренеден асып өту»

мақсаты: Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өту.

Күтілетін нәтиже: Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өтеді.

..

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, Негізгі бөлім

1. Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өту

Қорытынды

Қимылды ойын: «Торғайлар»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

«Өтеш»

06.05.2022ж

*Мисериді
Рәшит*

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

тақырыбы: «Бөренеден асып өту»

мақсаты: Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өту.

Күтілетін нәтиже: Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өтеді.

..

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, Негізгі бөлім

1. Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өту

Қорытынды

Қимылды ойын: «Мысық пен тышқан»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

«Өтеш»

*Мисериді
Рәшит*

11.05.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Допты лақтыру»

Мақсаты: баланың кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру

Күтілетін нәтиже:

баланың кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыра алады..

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру,

Негізгі бөлім

1. баланың кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру

Қорытынды

Қимылды ойын: «Әткеншек»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

«Гүлді иіскеу»

*Мисериді
Рәшит*

13.05.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

тақырыбы: «Тақырыбы: «Мен ептімін»

Мақсаты орындыққа өзі отырып, одан өзі тұру;

Күтілетін нәтиже:

орындыққа өзі отырып, одан өзі тұрады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру,

Негізгі бөлім

1. орындыққа өзі отырып, одан өзі тұру;

Қорытынды

Қимылды ойын: «Аюлар мен қояндар»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

«Гүл иіскеу»

17.05.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Дене шынықтыру

. Тақырыбы: «Кім епті?»

Мақсаты :бөренелер арқылы өту, параллель жатқан арқандардың арасынан (жол бойымен) еңбектеу

Күтілетін нәтиже: бөренелер арқылы өтіп, параллель жатқан арқандардың арасынан (жол бойымен) еңбектейді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру,

Негізгі бөлім

1 бөренелер арқылы өту,

2. параллель жатқан арқандардың арасынан (жол бойымен) еңбектеу

. Қорытынды

Қимылды ойын: «Торғайлар мен балапандар»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Мәсерісгі Р.Бек

18.05.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Өрмелеу»

Мақсаты Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу;

.
Күтілетін нәтиже: Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелейді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, Негізгі бөлім

1. Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу;

Қорытынды

Қимылды ойын: «Мен ептімін!»

Тыныс алу жаттығуларын жасату. «Гүлді ніскеу»

Мәсерісгі Р.Бек

*Мисериді
Рәшит*

20.05.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Еңбектеу түрлері»

Мақсаты. 2 м қашықтыққа дейін еңбектеу, құрсаудан еңбектеп өту.

Күтілетін нәтиже: 2 м қашықтыққа дейін еңбектеп, құрсаудан еңбектеп өтеді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру.

Негізгі бөлім

1. 2 м қашықтыққа дейін еңбектеу, 2. Құрсаудан еңбектеп өту.

Қорытынды

Қимылды ойын: «Кедергілерден өту»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

«Әтеш»

*Мисериді
Рәшит*

24.05.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Дене шынықтыру

. Тақырыбы: «Міну, түсу, аттау»

Мақсаты ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу, еденде жатқан лентадан (арқаннан, таяқтан) аттап өту;

Күтілетін нәтиже: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу, еденде жатқан лентадан (арқаннан, таяқтан) аттап өту;

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру,

Негізгі бөлім 1 ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу, 2. еденде жатқан лентадан (арқаннан, таяқтан) аттап өту;

. Қорытынды

Қимылды ойын: «Допты қуып жет»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

25.05.2022ж

*Миссериді
Рәшит*

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Кім жылдам еңбектейді?»

Мақсаты Орындықтың, үстелдің, арқанның (биіктігі 50 см), доғаның астынан төрттағандап еңбектеп өту,

Күтілетін нәтиже: Орындықтың, үстелдің, арқанның (биіктігі 50 см), доғаның астынан төрттағандап еңбектеп өту,

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру,

Негізгі бөлім

1. Орындықтың, үстелдің, арқанның (биіктігі 50 см), доғаның астынан төрттағандап еңбектеп өту, Қорытынды

Қимылды ойын: «Қарлығаш» ойыны.

Тыныс алу жаттығуларын жасату. «Гүлді иіскеу»

Бекітемін

МКҚК «Аққу» бөбекжай-балабақшасы

меңгеруші:

№1 пед кеңес шешімімен

«27» тамыз 2021ж



**«Аққу» бөбекжай-балабақшасының
дене шынықтыру нұсқаушысының
2021-2022оқу жылындағы «Балдәурен»,
«Қарлығаш», «Бауырсақ» кіші
топтарының
ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ**

2021-2022 оқу жылы

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
««Балдәурен», «Бауырсақ», «Қарлығаш»» кіші топтары
2021 -2022 оқу жылы
Қыркүйек айы
Өтпелі тақырып «Балабақша»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қыркүйек. «Балабақша»	1.Тақырыбы: «Доп» 2. Тақырыбы: «Нарғыз балабақшаға қонаққа келді»	Мақсаты: Допты бір қолмен және қос қолмен ұстай алады Мақсаты: жүру тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2–3 м және ені 30 см, ұзындығы 3–5 м) жүре алады.
	1.Тақырыбы: «Допты жоғары көтеріп алу және қағып алу» 2.Тақырыбы: «Сылдыр-сылдыр сылдырмақ» 3.Тақырыбы: «Сылдыр-сылдыр сылдырмақ»	Мақсаты: допты екі қолмен алға лақтыра алу. Мақсаты: ересектің көмегімен және көмегінсіз гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру Мақсаты: ересектің көмегімен және көмегінсіз гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру
	1.Тақырыбы: «Не көрдік?» 2.Тақырыбы: «Тауық пен балапандар» 3.Тақырыбы: «Тауық пен балапандар»	Мақсаты: табиғи жағдайда, айналасындағы, суреттегі заттарды атайды Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу
	1.Тақырыбы: «Баяу қарқынмен жүгіру» 2.Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз» 3.Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз»	Мақсаты: жүгірудің түрлі дағдыларын қалыптастыру Мақсаты: жүгірудің түрлі дағдыларын қалыптастыру: Мақсаты: жүгірудің түрлі дағдыларын қалыптастыру: жай, шашырап жүгіру.
	1.Тақырыбы: «Қос аяқпен заттың үстінен секіру» 2. Тақырыбы: «Тауық пен балапандар» 3.Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз»	Мақсаты: еденде жатқан лентадан (арқаннан, таяқтан) аттап өту Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу Мақсаты: жүгірудің түрлі дағдыларын қалыптастыру: жай, шашырап жүгіру.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Балдәурен», «Бауырсақ», «Қарлығаш» кіші топтары
2021 -2022 оқу жылы
Қазан айы
Өтпелі тақырып «Қош келдің, Алтын күз!»»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қазан айы «Қош келдің, Алтын күз!»	1.Тақырыбы: «Доп» 2.Тақырыбы: «Нарғыз балабақшаға қонаққа келді» 3.Тақырыбы: «Нарғызға қонаққа барамыз»	Мақсаты: Допты бір қолмен және қос қолмен ұстау; түрлі көлемдегі доптар мен шарларды жинау, Мақсаты: Орындықтың, үстелдің, астынан төрттағандап еңбектеп өту Мақсаты: арқанның (биіктігі 50 см), доғаның астынан төрттағандап еңбектеп өту
	1.Тақырыбы: «Допты алға домалату» 2.Тақырыбы: «Допты төменге лақтыру» 3.Тақырыбы: «Допты алысқа лақтыру»	Мақсаты: допты алға домалату (отырып, тұрып), Күтілетін нәтиже: допты отырып, тұрып алға домалата алады. Мақсаты: допты төменге, лақтыру Мақсаты: допты алысқа лақтыру
	1.Тақырыбы: «Менің топтарым» 2.Тақырыбы: «Арқандар арасынан еңбектеу» 3.Тақырыбы: «Қашықтыққа еңбектеу»	Мақсаты: таныс заттарды атай алады Мақсаты: параллель жатқан арқандардың арасынан (жол бойымен) еңбектеу Мақсаты: 2 м қашықтыққа дейін еңбектеу,
	1.Тақырыбы: «Құрсаудан еңбектеп өту» 2.Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз» 3.Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз»	Мақсаты: құрсаудан еңбектеп өту. Мақсаты: Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу; Мақсаты: түрлі көлемдегі доптар мен шарларды жинау, оларды өздігінен себетке (жәшікке) салу,.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
««Балдәурен», «Бауырсақ», «Қарлығаш»» кіші топтары
2021 -2022 оқу жылы
Қараша айы
Өтпелі тақырып «Менің отбасым»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қараша айы «Менің отбасым»	1.Тақырыбы: «Менің есімім» 2.Тақырыбы: «Нарқыз балабақшаға қонаққа келді» 3.Тақырыбы: «Нарқыз балабақшаға қонаққа келді»	Мақсты: өзінің, жақын туыстарының есімін атайды Мақсаты: Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу; Мақсаты: Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу;
	1.Тақырыбы: «Қу түлкі» 2.Тақырыбы: «Қу түлкі» 3.Тақырыбы: «Қу түлкі»	Мақсаты: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алу Мақсаты: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алу Мақсаты: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алу.
	1.Тақырыбы: ««Қос аяқпен заттың үстінен секіру» 2.Тақырыбы: ««Қос аяқпен заттың үстінен секіру» 3.Тақырыбы: ««Қос аяқпен заттың үстінен секіру»	Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу Күтілетін нәтиже: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығып және одан түсе алады. Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу
	1.Тақырыбы: ««Баяу қарқынмен жүгіру» 2.Тақырыбы: ««Күшікке қонаққа барамыз» 3.Тақырыбы: ««Күшікке қонаққа барамыз»	Мақсаты: жай, шашырап жүгіру Мақсаты: жай, шашырап жүгіру Мақсаты: жай, шашырап жүгіру

Перспективалық жоспар
 ««Балдәурен», «Бауырсақ», «Қарлығаш»» кіші топтары
 2021 -2022 оқу жылы
 Желтоқсан айы
 Өтпелі тақырып «Менің Қазақстаным»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Желтоқсан айы «Менің Қазақстаным»	1.Тақырыбы: «Біз шынығудамыз!» 2.Тақырыбы: Белгі бойынша жүгіру 3.Тақырыбы: Секіру.	Мақсаты: Бағытты өзгерте отыра жүру. Мақсаты: Белгі бойынша тоқтап жүгіру Мақсаты: Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру.
	1.Тақырыбы: «Біз шынығудамыз!» 2.Тақырыбы: Біз көңілді балақай 3.Тақырыбы: Доппен ойнаймыз.	Мақсаты: Шағын топқа бөлініп жүгіру. Мақсаты Бір қатармен тізені жоғары көтеріп жүру. Құм салынған қапшықты нысанаға лақтыру. Мақсаты: . Допты алға домалату, қуып жету. Бір сызықтан қос аяқпен секіру.
	1.Тақырыбы: Кегельмен ойнау 2.Тақырыбы: Жүру	Мақсаты: Кегельдер арасымен допты көтеріп жүру. Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. Мақсаты: Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру. Доға астынан допты домалатып өту.
	1.Тақырыбы: Қыс қызығы . 2.Тақырыбы: Лақтыру. 3.Тақырыбы: Қызықты ойындары	Мақсаты: . Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгіру.Допты қос қолдап лақтыру Мақсаты: Бір қатармен тізені жоғары көтеріп жүру. Құм салынған қапшықты нысанаға лақтыру. Мақсаты: Шеңберден шеңберге аттау. Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.
	1.Тақырыбы: Шынықсаң шымыр боласың. 2.Тақырыбы: Шеңбер бойлап жүру жүгіру. 3. Тақырыбы: Кім жылдам.	Мақсаты: Кегельдер арасымен допты көтеріп жүру.Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. Мақсаты: Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру.Доға астынан допты домалатып өту. Мақсаты: Шеңберден шеңберге аттау. Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Балдәурен», «Бауырсақ», «Қарлығаш» кіші топтары
2021 -2022 оқу жылы
Қаңтар айы
Өтпелі тақырып «Қызықты қыс мезгілі»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қаңтар айы «Қызықты қыс мезгілі»	1.Тақырыбы: Секіру Мен жүру	Мақсаты Бір қалыпты жүру. Бір орында тұрып бірқалыпты секіру
	1.Тақырыбы: Жүру мен жүгіруді алмастырамыз. 2.Тақырыбы:Күшік пен мысық	Мақсаты: 1.Берілген бағыт бойынша аяқтың ұшымен жүру.Алаңда шашырап жүгіру. Мақсаты: Алға қарай ұмтыла затқа дейін екі аяқтап секіру. Кедергілі жазықтың бетімен нысанаға дейін еңбектеу.
	3.Тақырыбы: Қар түйіршіктері	Мақсаты: .Қар түйіршіктерін себетке лақтыру.Еңіс тақтайдың үстімен жүру.
	1.Тақырыбы: Торғай мен машина 2.Тақырыбы: Жүру 3.Тақырыбы: Ұзындыққа секіру.	Мақсаты: ойын элементтерін түсініп ойнау. Мақсаты Шағын топқа бөлініп, бағытты өзгертіп жүру.20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өту.Күтілетін нәтиже: Шағын топқа бөлініп, бағытты өзгертіп жүреді.20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өтеді. Мақсаты Орнынан ұзындыққа секіру.(20-25 см)Бір және екі қолымен допты еденге ұру.
	1.Тақырыбы: Қарды домалат. 2.Тақырыбы: Аққалаға дейін еңбекте 3.Тақырыбы: Допты жағары лақтыру.	Мақсаты: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу Мақсаты Белгі бойынша шашырап жүгіру.Арқанның астымен еңбектеу. Мақсаты Түзу бағытта заттарды аттап өту. Допты жоғары лақтыру.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Балдәурен», «Бауырсақ», «Қарлығаш» кіші топтары
2021 -2022 оқу жылы
Ақпан айы
Өтпелі тақырып «Бізді қоршаған әлем»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Ақпан айы. «Бізді қоршаған әлем»	1.Тақырыбы:Дене шынықтыру 2.Тақырыбы: Біздің қызықты топтарымыз. 3.Тақырыбы. Мені қуып жет.	Мақсаты:берілген бағыт бойынша бағытты өзгертіп жүгіру Мақсаты:.Орнынан ұзындыққа секіру(25-30 см)Шеңберден шеңберге аттау. Мақсаты:Қарлы төмпешікке өрмелеу. (ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу)
	1Тақырыбы:Шашырап жүгіру 2Тақырыбы: Жол бойымен еңбектеу. 3Тақырыбы: Секіріпеден секіру	Мақсаты:.Шашырап жүгіру. Еденде 10-20 см қашықтықта (екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру. Мақсаты:Жол бойымен еңбектеу. Ұсақ заттарды 1 м қашықтыққа лақтыру. Мақсаты:Гимнастикалық орындық үстінде бір орында баяу айналу. Секіріпеден секіру.
	1Тақырыбы: Дене шынықтыру 2Тақырыбы: Түзу және ирек жолдармен жүгіру 3Тақырыбы: Шеңберден шеңберге аттау	Мақсаты:.Түзу және ирек жолдармен жүгіру. Жиіктері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Мақсаты:.Түзу және ирек жолдармен жүгіру. Жиіктері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Мақсаты:Шеңберден шеңберге аттау. Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.
	1Тақырыбы:Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру. 2Тақырыбы: Допен қызықты 3 Тақырыбы: Гимнастикалық үстел үстіндегі жаттығулар	Мақсаты:.Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру. Мақсаты:Допты алға домалату, қуып жету. Бір сызықтан қос аяқпен секіру. Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстінде тұру, қолын жоғары көтеру және түсіру.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
««Балдәурен», «Бауырсақ», «Қарлығаш»» кіші топтары
2021 -2022 оқу жылы
Наурыз айы
Өтпелі тақырып «Алғашқы тамшылар»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Наурыз айы. «Алғашқы тамшылар»	1Тақырыбы: «Кедергілерден аттап өту» 2Тақырыбы:«Кедергілерден аттап өту» 3Тақырыбы: «Құрсаудан өту»	Мақсаты: орындықтардың, текшелердің, таяқтардың, кегльдердің арасымен аттап жүру.. Мақсаты: текшелерден, құрсаулардан, таяқшалардан аттап жүру, Мақсаты: құрсаудан құрсауға өту.
	1.Тақырыбы: «Көлбеу тақтай үстімен жүру» 2. Тақырыбы: «Гимнастикалық тақтай үстімен жүру» 3. Тақырыбы: «Доптың астынан еңбектеу»	Мақсаты: жоғары, төмен қойылған көлбеу тақтай үстімен жүру; Мақсаты : тәрбиешімен бірге гимнастикалық орындықтың үстімен жүру; Мақсаты: домалаған доптың артынан еңбектеу
	1.Тақырыбы: «Еңбектеу» 2. .Тақырыбы: «Бөренеден асып өту»	мақсаты: жоғары қойылған көлбеу тақтайдың, гимнастикалық орындықтың бойымен еңбектеу Мақсаты: Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өту;
	1.Тақырыбы: «Жүру»	Мақсаты: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, шағын және бүкіл топпен жүру
	. 1.Тақырыбы: «Допты домалату» 2. Тақырыбы: «Допты тәрбиешіге домалату» 3. Тақырыбы: «Допты алға лақтыру»	Мақсаты: Допты шағын төбешіктен домалату Мақсаты: допты тәрбиешіге домалату және лақтыру Мақсаты: допты алға, жоғары лақтыру;

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
««Балдәурен», «Бауырсақ», «Қарлығаш»» кіші топтары
2021 -2022 оқу жылы
Сәуір айы
Өтпелі тақырып «Табиғаттың гүлденуі»

Өтпелі тақырыптар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Сәуір айы: Табиғаттың гүлденуі»	1.Тақырыбы: «Орнынан ұзындыққа секіру» 2.Тақырыбы: «Еркін жүру,еңбектеу» 3. Тақырыбы: «Допты домалату»	Мақсаты: Орнынан ұзындыққа секіру. (35-40см). Текшелерден аттап өту Мақсаты: Ирелендеген баудың бойымен еркін жүру.Нысанаға дейін еңбектеу. Мақсаты: Допты алдарындағы доғадан домалатып өткізу.Кеглилер арасымен қос аяқпен секіру.
	1.Тақырыбы: «Әр түрлі қарқынмен жүгіру» 2. Тақырыбы: «Өрмелеу,секіру» 3. Тақырыбы: «Допты домалату» .	Мақсаты: .Берілген бағытта әртүрлі қарқынмен жүгіру.Гимнастикалық орындық үстімен жүріп келіп,бір орнында баяу айналу Мақсаты: Шеңберден шеңберге секіру.Қабырғадағы гимнастикалық баспалдаққа өрмелеу. Мақсаты: Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру.Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтыру
	1.Тақырыбы: «Бөренеден аттау» 2. Тақырыбы: «Еркін жүру, гимнастикалық орындық үстімен жүру» 3. Тақырыбы: «Допты домалату»	Мақсаты: Бөренелерден аттап өту.Допты бір-біріне еңкейіп тұрып домалату. Мақсаты: Белгі бойынша тоқтап, жүгіру.Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту. Мақсаты: Кішкентай доппен кегельдер арасында ирелендеп жүгіру.Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту.
	Тақырыбы: «Әр түрлі заттар жүру» 2. Тақырыбы: «Бағытты өзгертіп жүгіру.,еңбектеп өту» 3. Тақырыбы: «Допты ойнаймыз»	Мақсаты: . Жуан арқан бойымен бір қырындап адымдай жүру.Допты нысанаға көздеп лақтыру. Мақсаты: Бағытты өзгертіп жүгіру.Доғаның астынан еңбектеп өту Мақсаты: Допты бір метр қашықтықтағы қақпаға домалату.Допты қос қолдап торға лақтыру.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
««Балдәурен», «Бауырсақ», «Қарлығаш»» кіші топтары
2021 -2022 оқу жылы
Мамыр айы
Өтпелі тақырып «Әрқашан күн сөнбесін!»

Өтпелі тақырыптар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Мамыр айы «Әрқашан күн сөнбесін!»	1. Тақырыбы: «Еңбектеу» 2. тақырыбы: «Бөренеден асып өту» 3. тақырыбы: «Бөренеден асып өту»	мақсаты: жоғары қойылған көлбеу тақтайдың, гимнастикалық орындықтың бойымен еңбектеу мақсаты: Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өту. мақсаты: Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өту.
	1. Тақырыбы: «Допты лақтыру» 2. тақырыбы: «Тақырыбы: «Мен ептімін»	Мақсаты: баланың кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру Мақсаты орындыққа өзі отырып, одан өзі тұру;
	1. Тақырыбы: «Кім епті?» 2. Тақырыбы: «Өрмелеу» 3. Тақырыбы: «Еңбектеу түрлері»	Мақсаты :бөренелер арқылы өту, параллель жатқан арқандардың арасынан (жол бойымен) еңбектеу Мақсаты Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу; Мақсаты. 2 м қашықтыққа дейін еңбектеу, құрсаудан еңбектеп өту.
	1. Тақырыбы: «Міну, түсу, аттау» 2. Тақырыбы: «Кім жылдам еңбектейді?» .	Мақсаты ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу, еденде жатқан лентадан (арқаннан, таяқтан) аттап өту; Мақсаты Орындықтың, үстелдің, арқанның (биіктігі 50 см), доғаның астынан төрттағандап еңбектеп өту,

**«Аққу» бөбекжай-балабақшасының
денешынықтыру нұсқаушысының 2021-
2022 оқу жылындағы «Қызыл телпек»
ерте жас тобының циклограммасы**

2021-2022 оқу жылы

01.09.2021ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Доп»

Мақсаты: Допты бір қолмен және қос қолмен ұстай алады.

Күтілетін нәтиже: допты бір қолмен және қос қолмен ұстайды.

Ұйымдастыру кезеңі:

Шаттық шеңберінде тұрып, сәлемдеседі.

Кіріспе бөлім:

Шеңбер бойлап жүру.

Негізгі бөлім:

1. Жалпы дамыту жаттығуларын жасату.

2. Допты бір қолмен, содан соң екі қолмен көтеріп ұстау.

Қорытынды

Қимылды ойын: «Кім жылдам?»

Мисеригі
Рәбит

03.09.2021ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Нарғыз балабақшаға қонаққа келді»

Мақсаты: жүру тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2-3 м және ені 30 см, ұзындығы 3-5 м) жүре алады. Күтілетін нәтиже: тура жолдың бойымен жүреді.

Ұйымдастыру кезеңі: шаттық шеңберінде тұрып сәлемдесу.

Қонаққа Нарғыз есімді қыз келеді. Ол өзінің қалай жүріп келгенін балаларға көрсткісі келетінін білдіреді.

Кіріспе

Шеңбер бойлап жүру

Негізгі бөлім

1. Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

2. Ені 25 см, ұзындығы 2-3 метр жолақшамен тура жүру

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

Қимылды ойын: «Кім тура жүре алады?»

Мисеригі
Рәбит

07.09.2021ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Допты жоғары көтеріп алу және қағып алу»

Мақсаты: допты екі қолмен алға лақтыра алу.

Күтілетін нәтиже: допты екі қолмен алға лақтырады.

Ұйымдастыру кезеңі:

Шаттық шеңберінде тұрып, көңілді әуенге әр түрлі қимылдар жасау.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату.

Негізгі бөлім

1. Допты екі қолмен алға, жоғары лақтыру
2. Қимылды ойын: «Допты қуып жет»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуын жасату

*Мисериді
Рәшит*

08.09.2021ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Сылдыр-сылдыр сылдырмақ»

Мақсаты: ересектің көмегімен және көмегінсіз гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру

Күтілетін нәтиже: Сылдырмақтың дауысы арқылы ересектердің көмегімен ені 30 см тақтайдың бойымен жүреді.

Ұйымдастыру кезеңі :

Әр түрлі музыкалық аспаптардың дауысын тыңдатып балалардың көңілін көтеру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату.

Негізгі бөлім

-Сылдырмақтың дауысы арқылы тақтай бойымен ересектердің көмегі арқылы жүру

-сылдырмақтың дауысы тоқтаған кезде тоқтау.

Қимылды ойын : «Сылдыр-сылдыр-сылдырмақ»

Қорытынды:

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Мисериді
Рәшит*

10.09.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Сылдыр-сылдыр сылдырмақ»

*Мисериді
Рәшит*

Мақсаты: ересектің көмегімен және көмегінсіз гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру
Күтілетін нәтиже: Сылдырмақтың дауысы арқылы ересектердің көмегінсіз ені 30 см тақтайдың бойымен жүреді.

Ұйымдастыру кезеңі :

Әр түрлі музыкалық аспаптардың дауысын тыңдатып балалардың көңілін көтеру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату.

Негізгі бөлім

-Сылдырмақтың дауысы арқылы тақтай бойымен ересектердің көмегінсіз жүру

-сылдырмақтың дауысы тоқтаған кезде тоқтау.

Қимылды ойын : «Сылдыр-сылдыр-сылдырмақ»

Қорытынды:

Тыныс алу жаттығуларын жасату

14.09.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қос аяқпен заттың үстінен секіру»

*Мисериді
Рәшит*

Мақсаты: еденде жатқан лентадан (арқаннан, таяқтан) аттап өту

Күтілетін нәтиже :қос аяқпен еденде жатқан арқаннан аттап өтеді.

Ұйымдастыру кезеңі: әр түрлі әуен қойып ,сол әуеннің ырғығына қарай аңдардың қимылдарын жасату.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

Негізгі бөлім

1.Еденде жатқан арқан үстінен қос аяқтап секіру

2. «Қоян мен қасқыр» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

15.09.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Тауық пен балапандар»

Мисериді Рзыт

Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу

Күтілетін нәтиже : ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығып одан түседі.

Ұйымдастыру кезеңі: әр түрлі әуен қойып ,сол әуеннің ырғығына қарай құстардың қимылдарын жасату.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

Негізгі бөлім

1.Ересектердің көмегімен биіктігі 10 см жәшікке шығу және түсу.
ойыны

2. «Құстар» қимылды

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

17.09.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Тауық пен балапандар»

Мисериді Рзыт

Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу

Күтілетін нәтиже : ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығып одан түседі.

Ұйымдастыру кезеңі: әр түрлі әуен қойып ,сол әуеннің ырғығына қарай құстардың қимылдарын жасату.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

Негізгі бөлім

1.Ересектердің көмегімен биіктігі 15 см жәшікке шығу және түсу.

2. «Құстар» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

21.09.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Баяу қарқынмен жүгіру»

*Мисериді
Рәшит*

Мақсаты: жүгірудің түрлі дағдыларын қалыптастыру

Күтілетін нәтиже : баяу қарқынмен жүгіреді.

Ұйымдастыру кезеңі: әр түрлі көліктердің дыбыстарын тыңдату, сол әуеннің ырғығына қарай қимылдарын жасату.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

Негізгі бөлім

1.Баяу қарқынмен жүгіру

2.. «Паравоз » қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

22.09.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз»

*Мисериді
Рәшит*

Мақсаты: жүгірудің түрлі дағдыларын қалыптастыру: жай, шашырап жүгіру.

Күтілетін нәтиже : жай ,шашырап жүгіреді

Ұйымдастыру кезеңі: шаттық шеңберінде сәлемдесу.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

Негізгі бөлім

1.Жай, шашырап жүгіреді.

2. «Қаздар-қаздар» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

24.09.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз»

*Мисериді
Рәшит*

Мақсаты: жүгірудің түрлі дағдыларын қалыптастыру: жай, шашырап жүгіру.

Күтілетін нәтиже : жай ,шашырап жүгіреді

Ұйымдастыру кезеңі: шаттық шеңберінде сәлемдесу.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

Негізгі бөлім

1.Жай, шашырап жүгіреді.

2. «Мысық пен тышқан» қимылды ойыны
Қорытынды
Тыныс алу жаттығуларын жасату

28.09.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Дене шынықтыру

(таза ауада)

Тақырыбы: «Қос аяқпен заттың үстінен секіру»

Мақсаты: еденде жатқан лентадан (арқаннан, таяқтан) аттап өту

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

Негізгі бөлім

1.Баяу қарқынмен жүгіру

2. «Паравоз » қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

*Мисериді
Рәуф*

29.09.2021ж

Дене шынықтыру

«Тақырыбы: «Тауық пен балапандар»

Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу

Ұйымдастыру кезеңі: шаттық шеңберінде сәлемдесу.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

Негізгі бөлім

1.Жай, шашырап жүгіреді.

2. «Қаздар-қаздар» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

*Мисериді
Рәуф*

01.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз»

Мақсаты: жүгірудің түрлі дағдыларын қалыптастыру: жай, шашырап жүгіру.

Күтілетін нәтиже : жай ,шашырап жүгіреді

Ұйымдастыру кезеңі: шаттық шеңберінде сәлемдесу.

Кіріспе

*Мисериді
Рәуф*

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату

Негізгі бөлім

1. Жай, шашырап жүгіреді.

2. «Мысық пен тышқан» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

5.10.2021

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Доп»

Мақсаты: Допты бір қолмен және қос қолмен ұстау; түрлі көлемдегі доптар мен шарларды жинау,

Күтілетін нәтиже: допты бір қолмен, қос қолмен ұстайды, әр түрлі көлемдегі шарларды, доптарды жинайды.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру,

Негізгі бөлім

1. допты бір қолмен, қос қолмен ұстау, әр түрлі көлемдегі шарларды, доптарды жинау.

2. «Добым, добым домалақ» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Масериди Р.Б.

06.10.2021ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Нарғыз балабақшаға қонаққа келді»

Мақсаты: Орындықтың, үстелдің, астынан төрттағандап еңбектеп өту

Күтілетін нәтиже: Орындықтың, үстелдің, астынан төрттағандап еңбектеп өтеді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру..

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу,

Негізгі бөлім

1. Орындықтың, үстелдің, астынан төрттағандап еңбектеп өту

2. «Кім епті» қимылды

ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Масериди Р.Б.

08.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Нарғызға қонаққа барамыз»

Мақсаты: арқанның (биіктігі 50 см), доғаның астынан төрттағандап еңбектеп өту

Күтілетін нәтиже : арқанның (биіктігі 50 см), доғаның астынан төрттағандап еңбектеп өте алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру..

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою,

Негізгі бөлім

1. : арқанның (биіктігі 50 см), доғаның астынан төрттағандап еңбектеп өту

2. «Құстар» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

Мисериді Рәшит

12.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Допты алға домалату»

Мақсаты: допты алға домалату (отырып, тұрып), Күтілетін нәтиже: допты отырып, тұрып алға домалата алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру. Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу,

Негізгі бөлім

1. Допты отырып, тұрып алға домалата алу

2. «Автобус» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

Мисериді Рәшит

13.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Допты төменге лақтыру»

Мақсаты: допты төменге, лақтыру

Күтілетін нәтиже :допты төменге лақтыра алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңберде жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу.

Негізгі бөлім

1. допты төменге, лақтыру

Мисериді Рәшит

2. «Паравоз» қимылды ойыны
Қорытынды
Тыныс алу жаттығуларын жасату.

15.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Допты алысқа лақтыру»

Мақсаты: допты алысқа лақтыру .

Күтілетін нәтиже : допты алысқа лақтыра алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңберде тұрып жүру,жүгіру. Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу

Негізгі бөлім

1. допты алысқа лақтыру

2. «Допты қуып жет» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

*Мисериді
Рәуф*

19.10.2021

Білім беру саласы:Қатынас

Білім бөлімі: Сөйлеуді дамыту

Тақырыбы: «Менің тобым»

Мақсаты: таныс заттарды атай алады

Күтілетін нәтиже: топ ішіндегі заттарды атайды

Педагог жетекшілігімен жүргізілетін ойын: «Менің тобымдағы заттар»

Ұйымдастыру кезеңі:

Шаттық шеңберінде тұрып сәлемдесу.

Түстер арқылы топтарға бөлу.

Нұсқау беру:

-Балалар жан –жағымызға қарап ,жұптаса отырып ,топтың ішінен қалаған заттарыңды алып келіп ,атын атай қойыңдаршы.

Жаппай бақылау, диалог арқылы саралау.

Кері байланыс ұсыну: мақтау,мадақтау .

*Мисериді
Рәуф*

20.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Арқандар арасынан еңбектеу»

Мақсаты: параллель жатқан арқандардың арасынан (жол бойымен) еңбектеу.

Күтілетін нәтиже: параллель жатқан арқандардың арасынан (жол бойымен) еңбектейді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру.

Негізгі бөлім

*Мисериді
Рәуф*

1. : параллель жатқан арқандардың арасынан (жол бойымен) еңбектеу.

2. «Ұшақтар» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

22.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қашықтыққа еңбектеу»

Мақсаты: 2 м қашықтыққа дейін еңбектеу,

Күтілетін нәтиже:2 метр қашықтыққа дейін еңбектейді. **Ұйымдастыру кезеңі:** шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру

Негізгі бөлім

12 м қашықтыққа дейін еңбектеу,

2. «Ормандағы аю»» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

Мисериді Рәшит

26.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы:«Құрсаудан еңбектеп өту»

Мақсаты: құрсаудан еңбектеп өту.

Күтілетін нәтиже: құрсаудан еңбектеп өте алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру. Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бұгу, ашу.

Негізгі бөлім

1. құрсаудан еңбектеп өту.

2. «Қояндар» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

Мисериді Рәшит

27.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз»

Мақсаты: Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу;

Күтілетін нәтиже : Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелей алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңберде жүру,жүгіру.

Мисериді Рәшит

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу,

Негізгі бөлім

1 Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу;

2. «Тауық пен балапандар» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

29.10.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Күшікке қонаққа барамыз»

Мақсаты: түрлі көлемдегі доптар мен шарларды жинау, оларды өздігінен себетке (жәшікке) салу,.

Күтілетін нәтиже : түрлі көлемдегі доптар мен шарларды жинау, оларды өздігінен себетке (жәшікке) салуды үйренеді. **Ұйымдастыру кезеңі:** шеңберде тұрып жүру,жүгіру. Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу

Негізгі бөлім

1. түрлі көлемдегі доптар мен шарларды жинау, оларды өздігінен себетке (жәшікке) салу,.

2. «Допты қуып жет» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

Мисериді Рәшит

02.11.2021ж

Білім беру саласы:Қатынас

Білім бөлімі: Сөйлеуді дамыту

Тақырыбы: «Менің есімім»

Мақсты: өзінің, жақын туыстарының есімін атайды

Күтілетін нәтиже: өзінің, жақын адамдарының есімдерін біледі

Мисериді Рәшит

Педагог жетекшілігімен жүргізілетін ойын: «Сенің атың кім?»

Ұйымдастыру кезеңі:

Шаттық шеңберінде тұрып шеңберді айналып қол шапалақтап жүру.

Түстер арқылы топтарға бөлу.

Нұсқау беру:

-Балалар бізге қуыршақ Айша қонаққа келіпті .Айшаның сендермен танысқысы келеді. Кәне Айшаға бәріміз атымызды кезектесіп ,айтып берейік.

-Балалар ,кәне бір-бірімізге суреттердің ішінен ана, әке ,ата, апамыздың суреттерін көрсетейікші. Жаппай бақылау, диалог арқылы саралау.

Кері байланыс ұсыну: мақтау,мадақтау .

03.11.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Нарқыз балабақшаға қонаққа келді»

Мақсаты: Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу;

Күтілетін нәтиже: Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелей алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру Негізгі бөлім

1. Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу;

2. «Кім жылдам?» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Мисериді
Рәуф*

05.11.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Нарқыз балабақшаға қонаққа келді»

Мақсаты: Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу;

Күтілетін нәтиже: Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелей алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру Негізгі бөлім

1. Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу;

2. «Ағашқа кім бірінші жетеді?» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Мисериді
Рәуф*

09.11.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қу түлкі»

Мақсаты: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алу.

Күтілетін нәтиже: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алу.

*Мисериді
Рәуф*

2. «Қу түлкі»қимылды ойыны
Қорытынды
Тыныс алу жаттығуларын жасату.

10.11.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қу түлкі»

Мақсаты: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алу.

Күтілетін нәтиже: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алу.

2. «Күн мен түн»қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Миссериді
Рәшит*

12.11.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қу түлкі»

Мақсаты: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алу.

Күтілетін нәтиже: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, жүре алу.

2. «Мысық тышқан»қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату

*Миссериді
Рәшит*

16.11.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: ««Қос аяқпен заттың үстінен секіру»

*Миссериді
Рәшит*

Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу Күтілетін нәтиже: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығып және одан түсе алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу

2. «Құс болып ұшамыз» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

17.11.2021ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: ««Қос аяқпен заттың үстінен секіру»

Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу

Күтілетін нәтиже: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығып және одан түсе алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу

2. «Құс болып ұшамыз» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

19.11.2021ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: ««Қос аяқпен заттың үстінен секіру»

»Мақсаты: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу

Күтілетін нәтиже: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығып және одан түсе алады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу

2. «Құс болып ұшамыз» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

23.11.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: ««Баяу қарқынмен жүгіру»

Мақсаты: жай, шашырап жүгіру

Күтілетін нәтиже: жай, шашырап жүгіреді

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. жай, шашырап жүгіру

2. «Мысық пен тышқан»қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Мисериді
Рәуф*

24.11.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: ««Күшікке қонаққа барамыз»

Мақсаты: жай, шашырап жүгіру

Күтілетін нәтиже: жай, шашырап жүгіреді

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. жай, шашырап жүгіру

2. «Мысық пен тышқан»қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Мисериді
Рәуф*

27.11.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: ««Күшікке қонаққа барамыз»

Мақсаты: жай, шашырап жүгіру

Күтілетін нәтиже: жай, шашырап жүгіреді

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

*Мисериді
Рәуф*

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. жай, шашырап жүгіру
2. «Мысық пен тышқан» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

30.11.2021ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Біз шынығудамыз!»

Мақсаты: Бағытты өзгерте отыра жүру.

Алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіртпемен секіру.

Күтілетін нәтиже: Бағытты өзгерте отыра жүріп, алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіртпемен секіре алады.

Мисериді Рәуф

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

- 1 Бағытты өзгерте отыра жүру.

Алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіртпемен секіру.

2. «Мен шыныққан баламын» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

01.12.2021ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: Белгі бойынша жүгіру

Мақсаты: Белгі бойынша тоқтап жүгіру.

Допты жоғарыға лақтыру (қағып алмай)

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Белгі бойынша тоқтап жүгіру.
2. Допты жоғарыға лақтыру (қағып алмай)
3. «Қимылды ойын: «Дәл түсір»

қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Мисериді Рәуф

03.12.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Секіру.

Мақсаты:Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру.

Арқанның астымен еңбектеп өту.

Қимылды ойын: «Бірге қонаққа барайықшы»

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1: Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру.

2.Арқанның астымен еңбектеп өту.

3. «Қимылды ойын: «Бірге қонаққа барайықшы» қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Мәсерісгі
Р.Бит

07.12.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Біз шынығудамыз!»

Мақсаты: Шағын топқа бөлініп жүгіру.

Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдік сақтап жүру.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Шағын топқа бөлініп жүгіру.

2.Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдік сақтап жүру.

3. «Қимылды ойын: «Дәрумендер жолындағы кедергілер»

қимылды ойыны

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Мәсерісгі
Р.Бит

08.12.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Біз көңілді балақай

Мақсаты:

. Бір қатармен тізені жоғары көтеріп жүру.

Құм салынған қапшықты нысанаға лақтыру.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Бір қатармен тізені жоғары көтеріп жүру.

2.Құм салынған қапшықты нысанаға лақтыру

3. **«Қимылды ойын:** «Дәрумендерді тап»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Мисериді
Рәбит*

10.12.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Доппен ойнаймыз.

Мақсаты.: . Допты алға домалату, қуып жету.

Бір сызықтан қос аяқпен секіру.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Допты алға домалату, қуып жету.

2.Бір сызықтан қос аяқпен секіру

3. **«Қимылды ойын:** «Допты қуып жет»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Мисериді
Рәбит*

14.12.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Кегельмен ойнау

Мақсаты: Кегельдер арасымен допты көтеріп жүру.

Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

*Мисериді
Рәбит*

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу,

Негізгі бөлім

- 1.Кегельдер арасымен допты көтеріп жүру.
- 2.Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру
3. «**Қимылды ойын:** «Біз біргеміз»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Масерис
Р.Бит

15.12.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Жүру

Мақсаты:) Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру.

Доға астынан допты домалатып өту.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру.
- 2.Доға астынан допты домалатып өту
3. «**Қимылды ойын:** «Поезд»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Масерис
Р.Бит

21.12.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Қыс қызығы

Мақсаты: . Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгіру.

Допты қос қолдап лақтыру.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу,

Негізгі бөлім

- 1 Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгіру.
- . Допты қос қолдап лақтыру
3. «**Қимылды ойын:** : «Жалаушаға дейін жет»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

22.12.2021ж

Мисериді
Рәшит

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Лақтыру.

Мақсаты:) Бір қатармен тізені жоғары көтеріп жүру.

Құм салынған қапшықты нысанаға лақтыру.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Бір қатармен тізені жоғары көтеріп жүру.

Құм салынған қапшықты нысанаға лақтыру 3. «Қимылды ойын: **«Қимылды ойын:** «Дәрумендерді тап»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

24.12.2021ж

Мисериді
Рәшит

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Қызықты ойындар

Мақсаты:) Шеңберден шеңберге аттау.

Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.

Спорттық іс-шара: «Біз күштіміз, ептіміз»

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Шеңберден шеңберге аттау.

Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.

3. **«Спорттық іс-шара:** «Біз күштіміз, ептіміз.

Мисериді
Рәшит

28.12.2021ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Шынықсаң шымыр боласың.

Мақсаты: Кегельдер арасымен допты көтеріп жүру.

Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу,

Негізгі бөлім

- 1.Кегельдер арасымен допты көтеріп жүру.
- 2.Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру
3. «Қимылды ойын: «Біз біргеміз»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

29.12.2021ж

Масериді Р.Бек

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Шеңбер бойлап жүру жүгіру.

Мақсаты:) Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру.

Доға астынан допты домалатып өту.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру.
- 2.Доға астынан допты домалатып өту
3. «Қимылды ойын: «Поезд»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

31.12.2021ж

Масериді Р.Бек

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Кім жылдам.

Мақсаты:) Шеңберден шеңберге аттау.

Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.

Спорттық іс-шара: «Біз күштіміз, ептіміз»

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бүгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Шеңберден шеңберге аттау.
- Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.
3. «Спорттық іс-шара: «Біз күштіміз, ептіміз.

05.01.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Секіру

Мен жүру

Мақсаты Бір қалыпты жүру.

Бір орында тұрып бірқалыпты секіру.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: Негізгі бөлім

1. Бір қалыпты жүру

2. Бір орында тұрып бірқалыпты секіру.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату. **Қимылды ойын:** «Ормандағы аю»

*Миссериді
Рәуф*

11.01.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Жүру мен жүгіруді алмастырамыз.

Мақсаты:1.Берілген бағыт бойынша аяқтың ұшымен жүру.

Алаңда шашырап жүгіру.

Қимылды ойын: «Түлкіні ұстап алайық»

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу,

Негізгі бөлім

1 Берілген бағыт бойынша аяқтың ұшымен жүру.

Алаңда шашырап жүгіру.

3 **Қимылды ойын:** «Түлкіні ұстап алайық»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Миссериді
Рәуф*

12.01.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы:Күшік пен мысық

.Мақсаты: Алға қарай ұмтыла затқа дейін екі аяқтап секіру.

Кедергілі жазықтың бетімен нысанаға дейін еңбектеу.

Қимылды ойын: «Ақ қоян»

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

*Миссериді
Рәуф*

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Алға қарай ұмтыла затқа дейін екі аяқтап секіру.
- Кедергілі жазықтың бетімен нысанаға дейін еңбектеу.

3. Қимылды ойын: «Ақ қоян»

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Мисериді Рәшит

14.01.2022ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: Қар түйіршіктері

Мақсаты: Қар түйіршіктерін себетке лақтыру.

Еңіс тақтайдың үстімен жүру.

Қимылды ойын: «Қарды нысанаға лақтыру»

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу.

Негізгі бөлім

1. Қар түйіршіктерін себетке лақтыру.

Еңіс тақтайдың үстімен жүру.

3. Қимылды ойын: «Қарды нысанаға лақтыру»

Мисериді Рәшит

18.01.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: Торғай мен машина

Мақсаты: ойын элементтерін түсініп ойнау.

Дене шынықтыру

(негізгі қимылдар)

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұгу және қайта жазу

Негізгі бөлім

1. Шеңбер бойымен қолдарымен әртүрлі қалыптар жасай жүру.
2. Доптарды бір-біріне домалату.
3. Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Торғайлар мен машина»

19.01.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Жүру

Мақсаты Шағын топқа бөлініп, бағытты өзгертіп жүру.

20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өту.

Күтілетін нәтиже: Шағын топқа бөлініп, бағытты өзгертіп жүреді.

20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өтеді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу

Негізгі бөлім

1 Шағын топқа бөлініп, бағытты өзгертіп жүру.

2.20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өту.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Жалаушаға дейін жет»

Мәсерісгі
Р.Бек

21.01.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Ұзындыққа секіру.

Мақсаты Орнынан ұзындыққа секіру.(20-25 см)

Бір және екі қолымен допты еденге ұру.

Күтілетін нәтиже. Орнынан ұзындыққа секіріп(20-25 см)

Бір және екі қолымен допты еденге ұрады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу

Негізгі бөлім

1 Орнынан ұзындыққа секіру.(20-25 см)

2.Бір және екі қолымен допты еденге ұру.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Көпірден өт»

Мәсерісгі
Р.Бек

*Мисериді
Рәуф*

25.01.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: Қарды домалат.

Мақсаты: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу

(негізгі қимылдар)

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу

Негізгі бөлім

1.Еңіс тақтайдың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру (ені 25 см, бір басы 15 см көтерілгенде).

Допты екі қолмен төменнен лақтыру.

Қимылды ойын: «Қарды домалат»

3.Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Торғайлар мен машина»

*Мисериді
Рәуф*

26.01.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Аққалаға дейін еңбекте

Мақсаты Белгі бойынша шашырап жүгіру.

Арқанның астымен еңбектеу.

Қимылды ойын: «Аққалаға дейін еңбекте»

.

Күтілетін нәтиже: Белгі бойынша шашырап жүгіреді

Арқанның астымен еңбектейді.

Қимылды ойын: «Аққалаға дейін еңбекте»

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу

Негізгі бөлім

1 Белгі бойынша шашырап жүгіру.

2Арқанның астымен еңбектеу.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Аққалаға дейін еңбекте»

28.01.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Мисериді Рәшит

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Допты жоғары лақтыру.

Мақсаты Түзу бағытта заттарды аттап өту.

Допты жоғары лақтыру.

Күтілетін нәтиже. Түзу бағытта заттарды аттап өтеді

Допты жоғары лақтырады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу

Негізгі бөлім

1 Түзу бағытта заттарды аттап өту.

2.Допты жоғары лақтыру.

.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату. **Спорттық іс-шара:**

«Шынықсаң шымыр

Мисериді Рәшит

01.02.2022ж

Тақырыбы:Дене шынықтыру

(негізгі қимылдар)

Мақсаты:берілген бағыт бойынша бағытты өзгертіп жүгіру

Күтілетін нәтиже: берілген бағыт бойынша бағытты өзгертіп жүгіреді.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұғу, қолдың саусақтарын бұғу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1.. берілген бағыт бойынша бағытты өзгертіп жүгіру

3.Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: Ғажайып кедергі» ойыны»

*Мисериді
Рәшит*

02.02.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Біздің қызықты тобымыз.

Мақсаты: Орнынан ұзындыққа секіру(25-30 см)

Шеңберден шеңберге аттау.

Күтілетін нәтиже: Орнынан ұзындыққа секіріп,(25-30 см)

Шеңберден шеңберге аттайды..

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1 Орнынан ұзындыққа секіру(25-30 см)

2.Шеңберден шеңберге аттау.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Қоянша секір»»

*Мисериді
Рәшит*

04.02.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы. Мені қуып жет.

Мақсаты:Қарлы төмпешікке өрмелеу. (ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу)

Қимылды ойын: «Мені қуып жет».

Күтілетін нәтиже. :Қарлы төмпешікке өрмелейді.(ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу)

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1 Қарлы төмпешікке өрмелеу. (ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу)

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Мені қуып жет».

08.02.2022ж

**Тақырыбы: Дене шынықтыру
(негізгі қимылдар)**

*Мисериді
Рәхмет*

Мақсаты: Шашырап жүгіру. Еденде 10-20 см қашықтықта (екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру.

Күтілетін нәтиже: Шашырап жүгіреді, Еденде 10-20 см қашықтықта (екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіреді.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу
Негізгі бөлім

1. Шашырап жүгіру. 2.Еденде 10-20 см қашықтықта (екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру 3.Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Торғайлар мен машина»

09.02.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Жол бойымен еңбектеу.

Мақсаты:Жол бойымен еңбектеу.

Ұсақ заттарды 1 м қашықтыққа лақтыру.

Күтілетін нәтиже: Жол бойымен еңбектеп,

ұсақ заттарды 1 м қашықтыққа лақтырады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1. Жол бойымен еңбектеу.

2.Ұсақ заттарды 1 м қашықтыққа лақтыру Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Паравоз»

*Мисериді
Рәхмет*

11.02.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Секіртпеден секіру.

Мақсаты:Гимнастикалық орындық үстінде бір орында баяу айналу.

Секіртпеден секіру.

Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінде бір орында баяу айналып, секіртпеден секіреді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1 Гимнастикалық орындық үстінде бір орында баяу айналу.

2.Секіртпеден секіру.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату. **Қимылды ойын:** «Кім жылдам?»

Мисериді Рәуф

15.02.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы:Дене шынықтыру
(негізгі қимылдар)

Мақсаты:Түзу және ирек жолдармен жүгіру. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.

Күтілетін нәтиже: Түзу және ирек жолдармен жүгіреді. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүреді

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1 Түзу және ирек жолдармен жүгіру.

2.Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру

3.Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын:

Ойын-жаттығу: «Көреміз, қайталаймыз»

(Экраннан көрсету және оны қайталау)

Мисериді Рәуф

16.02.2022ж

Мисериди
Рәшит

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Түзу және ирек жолдармен жүгіру

Мақсаты:Түзу және ирек жолдармен жүгіру. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.

Күтілетін нәтиже: Түзу және ирек жолдармен жүгіреді. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүреді...

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1 Түзу және ирек жолдармен жүгіру.

2.Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Музыкалық жаттығу: «Кірпілер билейді»

18.02.2022ж

Мисериди
Рәшит

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: Шеңберден шеңберге аттау.

Мақсаты:Шеңберден шеңберге аттау. Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.

Күтілетін нәтиже. : Шеңберден шеңберге аттайды.Жүруден жүгіруге және керісінше ауысады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1 Шеңберден шеңберге аттау. 2.Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату. **Қимылды ойын:** «Көлшіктен аттап өт»

23.02.2022ж

Мисериди
Рәшит

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Дене шынықтыру

Тақырыбы:Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру. **(негізгі қимылдар)**

Мақсаты:..Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру.

Доға астынан допты домалатып өту.

Күтілетін нәтиже: Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүреді.

Доға астынан допты домалатып өтеді.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1. Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру.

2. Доға астынан допты домалатып өту 3. Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Доп шеңбер ішінде»

24.02.2022ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: Доппен қызықты ойындар.

Мақсаты: Допты алға домалату, қуып жету. Бір сызықтан қос аяқпен секіру.

Күтілетін нәтиже: Допты алға домалатып қуып жетеді. Бір сызықтан қос аяқпен секіреді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1. Допты алға домалату, қуып жету.

2. Бір сызықтан қос аяқпен секіру Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Допты домалат»

Мисериди
Рәшит

26.02.2022ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: Гимнастикалық үстел үстіндегі жаттығулар.

Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстінде тұру, қолын жоғары көтеру және түсіру.

Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінде тұрып, қолын жоғары көтеріп түсіреді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, қолдың саусақтарын бұгу, ашу, саусақтарды жұмып, ашу

Негізгі бөлім

1 Гимнастикалық орындық үстінде тұру

2. қолын жоғары көтеру және түсіру Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату. **Скаймен музыкалық жаттығулар орындау**

Мисериди
Рәшит

01.03.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Кедергілерден аттап өту»

Мақсаты:орындықтардың, текшелердің, таяқтардың, кегльдердің арасымен аттап жүру..

Күтілетін нәтиже: орындықтардың, текшелердің, таяқтардың, кегльдердің арасымен аттап жүреді.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1 орындықтардың, текшелердің, таяқтардың, кегльдердің арасымен аттап жүру..

3.Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Ормандағы аю»

Мисериді
Рәуф

02.03.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Кедергілерден аттап өту»

Мақсаты: текшелерден, құрсаулардан, таяқшалардан аттап жүру,

Күтілетін нәтиже: текшелерден, құрсаулардан, таяқшалардан аттап жүреді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1 .текшелерден, құрсаулардан, таяқшалардан аттап жүру,

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Музыкалық жаттығу: «Аюлар билейді»

Мисериді
Рәуф

04.03.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Құрсаудан өту»

Мақсаты: құрсаудан құрсауға өту.

Күтілетін нәтиже: құрсаудан құрсауға өтеді..

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Мисериді
Рәуф

Негізгі бөлім

1 құрсаудан құрсауға өту.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Көлшіктен аттап өт»

09.03.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Көлбеу тақтай үстімен жүру»

Мақсаты: жоғары, төмен қойылған көлбеу тақтай үстімен жүру;

Күтілетін нәтиже: жоғары, төмен қойылған көлбеу тақтай үстімен жүреді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1. жоғары, төмен қойылған көлбеу тақтай үстімен жүру.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Жалаушаға кім бұрын жетеді?»

Мисерисәгі Рәшит

11.03.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Гимнастикалық тақтай үстімен жүру»

Мақсаты : тәрбиешімен бірге гимнастикалық орындықтың үстімен жүру;

Күтілетін нәтиже: тәрбиешімен бірге гимнастикалық орындықтың үстімен жүреді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1 тәрбиешімен бірге гимнастикалық орындықтың үстімен жүру

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Қимылды ойын : «Аққу-қаздар»

Мисерисәгі Рәшит

15.03.2022ж

Дене шынықтыру
(негізгі қимылдар)

Тақырыбы: «Доптың астынан еңбектеу»

Мақсаты: домалаған доптың артынан еңбектеу

Күтілетін нәтиже: домалаған доптың артынан еңбектейді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1. домалаған доптың артынан еңбектеу.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Допты қуып жет»

Масерис
Р.Биб

16.03.2022ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Еңбектеу»

мақсаты: жоғары қойылған көлбеу тақтайдың, гимнастикалық орындықтың бойымен еңбектеу

Күтілетін нәтиже: жоғары қойылған көлбеу тақтайдың, гимнастикалық орындықтың бойымен еңбектейді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1. жоғары қойылған көлбеу тақтайдың, гимнастикалық орындықтың бойымен еңбектеу

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Түлкі мен қояндар»

Масерис
Р.Биб

18.03.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Бөренеден асып өту»

Мақсаты: Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өту;

Мисериді Рәуф

Күтілетін нәтиже: Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өтеді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1 Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өту;

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Қимылды ойын : «Аққу-қаздар»

Мисериді Рәуф

25.03.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Жүру»

Мақсаты: бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, шағын және бүкіл топпен жүру, .

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1 бірқалыпты, аяқтың ұшымен, жұппен, шағын және бүкіл топпен жүру

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын : «Добым менің домалақ»

29.03.2022ж

Мисериді Рәшит

Дене шынықтыру
(негізгі қимылдар)

Тақырыбы: «Допты домалату»

Мақсаты: Допты шағын төбешіктен домалату

Күтілетін нәтиже: Допты шағын төбешіктен домалатады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1. Допты шағын төбешіктен домалату

. Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Допты қуып жет»

30.03.2022ж

Мисериді Рәшит

Білім беру саласы: Денсаулық

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Дене шынықтыру

. Тақырыбы: «Допты тәрбиешіге домалату»

Мақсаты: допты тәрбиешіге домалату және лақтыру;

Күтілетін нәтиже: допты тәрбиешіге домалатады және лақтырады..

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1. допты тәрбиешіге домалату және лақтыру

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Қасқырлар мен лақтар»

01.04.2022ж

*Мисериді
Рәшит*

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

. Тақырыбы: «Допты алға лақтыру»

Мақсаты: допты алға, жоғары лақтыру;

Күтілетін нәтиже: допты алға, жоғары лақтыру;

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, заттарды бір-біріне беру арқылы отырып және тұрып оңға, солға қарай бұрылу

Негізгі бөлім

1 допты алға, жоғары лақтыру;;

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Қимылды ойын : «Жүзік салу»

*Мисериді
Рәшит*

05..04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Орнынан ұзындыққа секіру»

Мақсаты:Орнынан ұзындыққа секіру. (35-40см).

Текшелерден аттап өту.

Күтілетін нәтиже: Орнынан ұзындыққа секіреді. (35-40см).

Текшелерден аттап өтеді..

Күтілетін нәтиже: Допты шағын төбешіктен домалатады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1. Орнынан ұзындыққа секіру. (35-40см).

2.Текшелерден аттап өту

. Қорытынды

Қимылды ойын: «Гүлдерді жинайық

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

06.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Еркін жүру,еңбектеу»

Мақсаты:Ирелендеген баудың бойымен еркін жүру.

Нысанаға дейін еңбектеу.

Күтілетін нәтиже: Ирелендеген баудың бойымен еркін жүреді

Нысанаға дейін еңбектейді.

Қимылды ойын: «Құмыраны толтыр»

; Күтілетін нәтиже: допты тәрбиешіге домалатады және лақтырады..

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1. Ирелендеген баудың бойымен еркін жүру.

2.Нысанаға дейін еңбектеу

Қорытынды

Қимылды ойын: «Құмыраны толтыр»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

«Өтеш»

Миссериді Рәшит

08.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Допты домалату»

Мақсаты: Допты алдарындағы доғадан домалатып өткізу.

Кеглилер арасымен қос аяқпен секіру.

Күтілетін нәтиже: Допты алдарындағы доғадан домалатып өткізеді.

Кеглилер арасымен қос аяқпен секіреді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1 Допты алдарындағы доғадан домалатып өткізу.

2.Кеглилер арасымен қос аяқпен секіру.

Қорытынды

Қимылды ойын : «Жүзік салу»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Миссериді Рәшит

12.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Әр түрлі қарқынмен жүгіру»

Мақсаты: .Берілген бағытта әртүрлі қарқынмен жүгіру.

Гимнастикалық орындық үстімен жүріп келіп,бір орнында баяу айналу.

Күтілетін нәтиже: Берілген бағытта әртүрлі қарқынмен жүгіреді

Гимнастикалық орындық үстімен жүріп келіп,бір орнында баяу айналады...

Күтілетін нәтиже: Допты шағын төбешіктен домалатады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1. Берілген бағытта әртүрлі қарқынмен жүгіру.

Гимнастикалық орындық үстімен жүріп келіп,бір орнында баяу айналу.

Қорытынды

Қимылды ойын: «Жолдан шықпа»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Масерина Р.Вит

13.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Өрмелеу,секіру»

Мақсаты: Шеңберден шеңберге секіру.

Қабырғадағы гимнастикалық баспалдаққа өрмелеу.

Күтілетін нәтиже: Шеңберден шеңберге секіреді.

Қабырғадағы гимнастикалық баспалдаққа өрмелейді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1. Шеңберден шеңберге секіру.

Қабырғадағы гимнастикалық баспалдаққа өрмелеу.

Қорытынды

Қимылды ойын: «Төбешікке мінеміз»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

«Гүлдер»

Масерина Р.Вит

15.04.2022ж

ілім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Допты домалату»

Мақсаты: Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру.

Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтыру.

Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүреді

Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтырады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1.Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру.

2.Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтыру.

Қорытынды

Қимылды ойын: «Астық жинаймыз».

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

*Масерисі
Р.Б.Б.*

19.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Бөренеден аттау»

Мақсаты:Бөренелерден аттап өту.

Допты бір-біріне еңкейіп тұрып домалату.

Күтілетін нәтиже: Бөренелерден аттап өтеді

Допты бір-біріне еңкейіп тұрып домалатады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1. Бөренелерден аттап өту.

2.Допты бір-біріне еңкейіп тұрып домалату.

. Қорытынды

Қимылды ойын: «Ұсталған шыбындар»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

*Масерисі
Р.Б.Б.*

20.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Еркін жүру, гимнастикалық орындық үстімен жүру»

Мақсаты: Белгі бойынша тоқтап, жүгіру.

Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту.

Күтілетін нәтиже: Белгі бойынша тоқтап, жүгіреді.

Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүреді.

Күтілетін нәтиже: допты тәрбиешіге домалатады және лақтырады..

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1. Белгі бойынша тоқтап, жүгіру.

2.Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту

Қорытынды

Қимылды ойын: «Аралар»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

«Маса»

Мәсеріс
Р.Бит

21.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Допты домалату»

Мақсаты:Кішкентай доппен кегельдер арасында ирелендеп жүгіру.

Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту.

Күтілетін нәтиже: Кішкентай доппен кегельдер арасында ирелендеп жүгіру.

Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1 Кішкентай доппен кегельдер арасында ирелендеп жүгіру.

2.Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту.

Қорытынды

Қимылды ойын: «Тордағы құс». Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Мәсеріс
Р.Бит

26.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Әр түрлі заттар жүру»

Мақсаты: . Жуан арқан бойымен бір қырындап адымдай жүру.

Допты нысанаға көздеп лақтыру.

Күтілетін нәтиже: Жуан арқан бойымен бір қырындап адымдай жүреді.

Допты нысанаға көздеп лақтырады. .

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1. Жуан арқан бойымен бір қырындап адымдай жүру.

2.Допты нысанаға көздеп лақтыру.

.

. Қорытынды

Қимылды ойын: «Кубиктерді жинастыр»

.

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Мисериді Р.Бит

27.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Бағытты өзгертіп жүгіру,еңбектеп өту»

Мақсаты: Бағытты өзгертіп жүгіру.

Доғаның астынан еңбектеп өту

Күтілетін нәтиже: Бағытты өзгертіп жүгіреді

Доғаның астынан еңбектеп өтеді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1. Бағытты өзгертіп жүгіру.

2.Доғаның астынан еңбектеп өту.

Қорытынды

Қимылды ойын: «Кім жылдам?»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

«Гүлдер»

Мисериді Р.Бит

29.04.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Допты ойнаймыз»

Мақсаты: Допты бір метр қашықтықтағы қақпаға домалату.

Допты қос қолдап торға лақтыру.

Күтілетін нәтиже: Допты бір метр қашықтықтағы қақпаға домалатады..

Допты қос қолдап торға лақтырады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: алға еңкейіп және түзулену, сүйемелдеу арқылы жүрелеп отыру, секіруге ұмтылу

Негізгі бөлім

1. Допты бір метр қашықтықтағы қақпаға домалату.

2.Допты қос қолдап торға лақтыру.

Қорытынды

Спорттық іс-шара: «Ептілер, күштілер»Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Мисериді Р.Бит

03.05.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Еңбектеу»

мақсаты:жоғары қойылған көлбеу тақтайдың, гимнастикалық орындықтың бойымен еңбектеу

Күтілетін нәтиже: жоғары қойылған көлбеу тақтайдың, гимнастикалық орындықтың бойымен еңбектейді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұғу, Негізгі бөлім

1. жоғары қойылған көлбеу тақтайдың, гимнастикалық орындықтың бойымен еңбектеу

. Қорытынды

Қимылды ойын: «Допты қуып жет»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Мисериді Р.Бит

04.05.2022ж

*Мисериді
Рәшит*

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

тақырыбы: «Бөренеден асып өту»

мақсаты: Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өту.

Күтілетін нәтиже: Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өтеді.

..

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, Негізгі бөлім

1. Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өту

Қорытынды

Қимылды ойын: «Торғайлар»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

«Өтеш»

06.05.2022ж

*Мисериді
Рәшит*

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

тақырыбы: «Бөренеден асып өту»

мақсаты: Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өту.

Күтілетін нәтиже: Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өтеді.

..

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, Негізгі бөлім

1. Бір аяқты екінші аяқтың жанына қойып, бөренеден асып өту

Қорытынды

Қимылды ойын: «Мысық пен тышқан»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

«Өтеш»

*Мисериді
Рәшит*

11.05.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Допты лақтыру»

Мақсаты: баланың кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру

Күтілетін нәтиже:

баланың кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыра алады..

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру,

Негізгі бөлім

1. баланың кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру

Қорытынды

Қимылды ойын: «Әткеншек»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

«Гүлді иіскеу»

*Мисериді
Рәшит*

13.05.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

тақырыбы: «Тақырыбы: «Мен ептімін»

Мақсаты орындыққа өзі отырып, одан өзі тұру;

Күтілетін нәтиже:

орындыққа өзі отырып, одан өзі тұрады.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру,

Негізгі бөлім

1. орындыққа өзі отырып, одан өзі тұру;

Қорытынды

Қимылды ойын: «Аюлар мен қояндар»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

«Гүл иіскеу»

17.05.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Дене шынықтыру

. Тақырыбы: «Кім епті?»

Мақсаты :бөренелер арқылы өту, параллель жатқан арқандардың арасынан (жол бойымен) еңбектеу

Күтілетін нәтиже: бөренелер арқылы өтіп, параллель жатқан арқандардың арасынан (жол бойымен) еңбектейді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру,

Негізгі бөлім

1 бөренелер арқылы өту,

2. параллель жатқан арқандардың арасынан (жол бойымен) еңбектеу

. Қорытынды

Қимылды ойын: «Торғайлар мен балапандар»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Мәсерісгі Р.Бек

18.05.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Өрмелеу»

Мақсаты Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу;

.
Күтілетін нәтиже: Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелейді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру, Негізгі бөлім

1. Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1 м) өрмелеу;

Қорытынды

Қимылды ойын: «Мен ептімін!»

Тыныс алу жаттығуларын жасату. «Гүлді ніскеу»

Мәсерісгі Р.Бек

*Мисериді
Рәшит*

20.05.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Еңбектеу түрлері»

Мақсаты. 2 м қашықтыққа дейін еңбектеу, құрсаудан еңбектеп өту.

Күтілетін нәтиже: 2 м қашықтыққа дейін еңбектеп, құрсаудан еңбектеп өтеді.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру.

Негізгі бөлім

1. 2 м қашықтыққа дейін еңбектеу, 2. Құрсаудан еңбектеп өту.

Қорытынды

Қимылды ойын: «Кедергілерден өту»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

«Әтеш»

*Мисериді
Рәшит*

24.05.2022ж

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Дене шынықтыру

. Тақырыбы: «Міну, түсу, аттау»

Мақсаты ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу, еденде жатқан лентадан (арқаннан, таяқтан) аттап өту;

Күтілетін нәтиже: ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу, еденде жатқан лентадан (арқаннан, таяқтан) аттап өту;

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру,

Негізгі бөлім 1 ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу, 2. еденде жатқан лентадан (арқаннан, таяқтан) аттап өту;

. Қорытынды

Қимылды ойын: «Допты қуып жет»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

25.05.2022ж

*Миссериді
Рәшит*

Білім беру саласы:Денсаулық

Білім бөлімі:Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Кім жылдам еңбектейді?»

Мақсаты Орындықтың, үстелдің, арқанның (биіктігі 50 см), доғаның астынан төрттағандап еңбектеп өту,

Күтілетін нәтиже: Орындықтың, үстелдің, арқанның (биіктігі 50 см), доғаның астынан төрттағандап еңбектеп өту,

Ұйымдастыру кезеңі: шеңбер бойлап жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен бұру,

Негізгі бөлім

1. Орындықтың, үстелдің, арқанның (биіктігі 50 см), доғаның астынан төрттағандап еңбектеп өту, Қорытынды

Қимылды ойын: «Қарлығаш» ойыны.

Тыныс алу жаттығуларын жасату. «Гүлді иіскеу»

Бекітемін
МКҚК «Аққу» бөбекжай-балабақшасы

меңгеруші:  А.Шойнбаева
№1 пед кеңес шешімімен

«27» тамыз 2021ж



**«Аққу» бөбекжай-балабақшасының дене
шынықтыру нұсқаушысының 2021-
2022оқу жылындағы «Айгөлек»
«Балапан»,«Балдырған»
ортаңғы топтарының
ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ**

2021-2022 оқу жылы

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Айгөлек» «Балапан» «Балдырған» ортаңғы топтары
2021 -2022 оқу жылы Қыркүйек айы
Өтпелі тақырып «Балабақша»

Өтпелі тақырыптар		Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қыркүйек. «Балабақша»	1-апта	1. Тақырыбы: «Балақайлар»	Мақсаты: берілген бағытты сақтай отырып төрттағандап еңбектейді, бір-бірінен 1 метр қашықтықта аяқтарын алшақ ашып отырып допты домалата алады. Күтілетін нәтиже: шеңбер бойымен сапқа тұру әдісін біледі, алақаны мен тізесін тіреп, төрттағандап еңбектеді
	2-апта	1.Тақырыбы: «Қонжықпен бірге ойнаймыз» 2. Тақырыбы: «Қоянмен бірге ойнаймыз» 3. Тақырыбы: «Доппен танысамыз»	Тақырыбы: «Қонжықпен бірге ойнаймыз» Мақсаты: сызық үстінен екі аяқпен секіріп өте алады. Күтілетін нәтиже: шеңбер бойымен қалай сапқа тұруды, жолдан өту кезінде қауіпсіздік ережелерін сақтаудағы қимыл-қозғалыстардың орындалу реті туралы түсінеді, педагогтің берген белгісімен жүгіреді, кеңістікте бағдарын айқындай алды Мақсаты: денсаулық сақтау технологиясын және «Қояндар» саусақ гимнастикасын қолдану арқылы балалар дене шынықтыру жаттығуларын орындай алады. Күтілетін нәтиже: жалпы дамыту жаттығуларын, бір қарқынмен шеңбер бойымен жүре алады, сапта жүру кезінде қозғалыс бағытын қалай сақтау керектігі туралы түсініктерге ие, ойын кезіндегі рөлдік іс-әрекеттерге қатысты. Мақсаты: бір-бірінен 1 метр қашықтықта отырып, аяқтарын алшақ ашып қойып, бір-біріне допты домалата алады. Күтілетін нәтиже: бір қарқында

			шеңбер бойымен жүруді, жұптасып допты домалатады, допты қалай қолдану керектігін, аяқты қосып, алшақ қойып секіруді қалай орындау керектігі туралы түсініктерге ие, өз жұбын таба алады, шашыла жүгіру кезінде бағытты өзгерте білді
3-апта	1. Т: «Әжемнің ауылында» 2. Т: «Балақайлар» 3. Т: «Марғаулар»	1.Мақсаты: тұрақты тепе-теңдікті сақтай отырып, шектелген тірек аумағында жүре алады. Күтілетін нәтиже: ені 20 см, ұзындығы 3 метр ирек жолмен жүру дағдыларына, үш дөңгелекті велосипед тебу дағдысына ие 2.Мақсаты: берілген бағытты сақтай отырып төрттағандап еңбектейді, бір-бірінен 1 метр қашықтықта аяқтарын алшақ ашып отырып допты домалата алады. Күтілетін нәтиже: шеңбер бойымен сапқа тұру әдісін біледі, алақаны мен тізесін тіреп, төрттағандап еңбектеді. 3. Мақсаты: ені 25см, ұзындығы 2,5 метр түзу жолмен жүре алады, шектеулі алаңмен жүргенде тепе-теңдікті сақтай біледі. Күтілетін нәтиже: ойындағы әрекеттер тәртібін, сылдырмақтарды қолға ұстап шеңбер бойымен жүруді, сапқа екі қатарға тұра алды	
4-апта	1. Тақырыбы: «Ертегіде қонақта»(денешынықтыру театрландырылған көрініс) 2. Тақырыбы: «Тентек тышқандар» 3. Тақырыбы: «Айгүл есімді қуыршақпен танысу»	1. Мақсаты: 15 см биіктіктен секіріп түседі, алға қарай екі аяқпен секіріп түсе алады. Төрттағандап еңбектеуді және доғаның астына кіреді. Допты әртүрлі бағытта екі қолмен домалата алады. Күтілетін нәтиже: ертегі кейіпкерлерінің қимылдары мен дауыс ырғағындағы ерекшеліктерін, жүру және жүгіру кезінде әртүрлі тапсырмалар орындауды білді 2. Мақсаты: 1,5 метр қашықтықта түрегеп тұрып бір-біріне допты	

			домалата алады. Күтілетін нәтиже: жұптасып допты қалай домалатуды, залдың қарсы бетіне тіке бағытта еңбектейді, ойының іс-әрекеттеріне қатысты 3. Мақсаты: берілген белгіге тоқтайды, тепе-теңдікті сақтап отыра алады. Бір орында екі аяқпен секіре алады. Күтілетін нәтиже: еңбектеу кезінде қозғалыс бағытын сақтайды, қимыл-қозғалысты тақпақ мәтініне сәйкес орындады
	5-апта	1. «Қуыршақтар дене шынықтыруды ұнатады» 2. Тақырыбы: «Тентек тышқандар» 3. Тақырыбы: «Сылдырмақтар қайда?»	1. Мақсаты: Денсаулық сақтау технологиясын қолдану арқылы дене шынықтыру жаттығуларын орындай алады.. Күтілетін нәтиже:дене шынықтыру жаттығуларын жасайды 2. Мақсаты: 1,5 метр қашықтықта түрегеп тұрып бір-біріне допты домалата алады. Күтілетін нәтиже: жұптасып допты қалай домалатуды, залдың қарсы бетіне тіке бағытта еңбектейді, ойының іс-әрекеттеріне қатысты Мақсаты: балалар велосипедке өз бетінше отыра алады, педальдарды айналдырып, тебе алады. Күтілетін нәтиже: жаттығулардың ретімен орындайды, сылдырмақтар арасынан ирелеңдеп өтеді, велосипедке отыра алды

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Айгөлек» «Балапан» «Балдырған» ортаңғы топтары
2021 -2022 оқу жылы
Қазан айы

Өтпелі тақырып ««Қош келдің, Алтын күз!»»

Өтпелі тақырып тар		Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қазан айы ««Қош келдің, Алтын күз!»»	1-апта	1 Тақырыбы: «Сылдырмақтар қайда?» 2. Тақырыбы: «Балалар достығы – аңдар достығы» 3. Тақырыбы: «Түрлі-түсті доптар»	1.Мақсаты: балалар велосипедке өз бетінше отыра алады, педальдарды айналдырып, тебе алады. Күтілетін нәтиже: жаттығулардың ретімен орындайды, сылдырмақтар арасынан ирелеңдеп өтеді, велосипедке отыра алады 2.Мақсаты: алға жылжи отырып секіре алады Күтілетін нәтиже: : екі аяқпен секіреді, ойындағы іс-әрекеттерге қатысады, саусақтарға массаж жасады 3. Мақсаты: бір мезетте екі аяқпен секіріп және жартылай бүгілген аяқтың ұшымен түсе алады. Күтілетін нәтиже: доппен жасалатын жаттығуларды жасайды, допты домалатты
	2-апта	1. Тақырыбы: «Көңілді торғайлар» 2. Тақырыбы: «Менің көңілді добым» 3. Тақырыбы: «Көжектер»	1.Мақсаты: балалар аласа заттардың үстінен аяқтарын жартылай бүгіп, секіріп түсе алады Күтілетін нәтиже: сәкіден секіріп түседі, шеңбер бойымен жүреді, кеңістікті бағдарлады 2. Мақсаты: «ирелеңдеп» еңбектей алады Күтілетін нәтиже: қолға арналған жаттығуларды жасап жүреді, доппен орындалатын

		жаттығуларды қайталайды, допты домалатты 3. Мақсаты: балалар аласа заттардың үстінен аяқтарын жартылай бүгіп, секіріп түсе алады Күтілетін нәтиже: сәкіден секіріп түседі, шеңбер бойымен жүреді, кеңістікті бағдарлады
3-апта	1. Тақырыбы: Көңілді жұлдызқұрт қа қонаққа барамыз 2. Тақырыбы: «Қонжықпен ойнайық» 3. Тақырыбы: «Достығымыз жарасқан»	1.Мақсаты: гимнастикалық сәкіде кедергілерді аттап өту арқылы жүре алды Күтілетін нәтиже: жұлдызқұрттың не екенін біледі, бір қарқынмен бір-бірінің соңынан тізбектеліп жүреді, ойын ережесін, әртүрлі қимылдарды орындайды, секіріп түскенде еденнен итерілді 2.Мақсаты: табанның алдыңғы бөлігімен жүре алады, басты дұрыс ұстай алды Күтілетін нәтиже: аяқтың ұшымен жүреді, биіктетілген тіректің үстінде тұрады (сәкі), допты бір-біріне берді 3. Мақсаты: алға қарай екі аяқпен секіре алады Күтілетін нәтиже: : саусақ және ойын жаттығуларын жасайды, екі аяқпен жұбына қарай секірді, ойын әрекеттеріне қатысты..
1. 4-апта	1Тақырыбы: «Кәнеки, аңдар, бізге құлақ салыңдар!» 2. Тақырыбы: «Қуыршақ Серік қонаққа келді»	1. Мақсаты: шектелген алаң үстінен жүріп өткенде нық тепе-теңдік пен дене бітімін тік сақтай алады Күтілетін нәтиже: шеңбер бойымен тұруды, жүргенде және жүгіргенде қол мен аяқ қимылдарын үйлестіреді, бір қарқынмен жүру және жүгіреді,

		3.Тақырыбы: «Сыйлық толы жәшік»	бір құраудан екіншісіне секірді 2. Мақсаты: допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыра алады, допты кеуде тұсында қолайлы ұстап тұра алады. Алға секіру кезінде бір мезетте екі аяқпен епті қозғала секіре алады Күтілетін нәтиже: екі аяқпен секіріп алға қарай 3 метрге қозғалады, допты екі қолымен кеуде тұсынан лақтырады, ойындағы әрекеттерге қатысты. .3. Мақсаты: шектелген алаңда алақан мен тізені тіреп еңбектей алады Күтілетін нәтиже: екі қатар болып сапқа тұрады, сылдырмақтармен жаттығу жасайды, екі қолымен кеуде тұсынан допты лақтырды

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Айгөлек» «Балапан» «Балдырған» ортаңғы топтары
2021 -2022 оқу жылы
Қараша айы
Өтпелі тақырып «Менің отбасым»

Өтпелі тақырып тар		Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қараша айы «Менің отбасым»	1-апта	1. Тақырыбы: «Күн нұры» 2. Тақырыбы: «Тиін балаларға қонаққа келді»	1. Мақсаты: көлбеу тақтайшада жоғары және төмен қарай жүре алады, тепе-теңдікті сақтай алады Күтілетін нәтиже: , қозғалыс ойындарына қатысады, шеңбер бойына тұрады, допты жоғарыға және алға қарай тордан лақтырды .2. Мақсаты: тепе-теңдікті сақтай отырып тікелей созылып жатқан жіптің үстімен жүре алады. Шектеулі алаң

		3. Тақырыбы: «Біз саяхаттап жүрміз»	үстінде алақан мен табанын тіреп, төрттағандап еңбектей алады Күтілетін нәтиже: тиіннің қимыл ерекшеліктерін, жаңғақты ұстап жүріп әртүрлі тапсырмаларды орындайды. допты қолдан-қолға берді 3. Мақсаты: иректеліп қойылған жіп үстінде жүре алады, динамикалық тепе-теңдікті сақтай алады, дене бітімін тік ұстай алады Күтілетін нәтиже: тепе-теңдікті сақтайды, қолды созып, допты жігерлене лақтырды
2-апта	1. Тақырыбы: «Кеме» 2. Тақырыбы: «Маймылдар» 3. Тақырыбы: «Көжектерге арналған денешынықтыру»	1.Мақсаты: жолмен жүргенде дене бітімін тік ұстай алады және нық тепе-теңдікті сақтай алады. Күтілетін нәтиже: теңізшілер кім екенін түсінеді, аяқтың ұшымен жүреді, қимылдарды мәтінге сай орындады 2.Мақсаты: орнында тұрып ұзындыққа секіре алады, Жіпті ұстап, шеңбер бойымен жүгіре алады. Күтілетін нәтиже: орнында тұрып ұзындыққа секіреді, таспаны қолымен ұстап шеңбер бойымен жүгіреді 3. Мақсаты допты екі қолмен ұстап,бастан асыра артқа қарай жібере алады. Күтілетін нәтиже: допты бастан асыра алысқа лақтырады, допты себетке жинады	
3-апта	1. Тақырыбы: «Қоянға қонаққа барайық» 2. Тақырыбы: «Қуыршақ Айгүл балалармен ойнайды» 3. Тақырыбы: «Қонжықтай күшті бола біл!»	1. Мақсаты: Кегельдердің арасымен жолда «ирелеңдеп» жүре алады Күтілетін нәтиже: әртүрлі бағытта саппен жүреді, жұптасып допты домалатады, бір қатар болып тұрды топталып құрсаудың ішінен өте алады. 2.Мақсаты: допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыра алады, доға астында оған тиіп кетпей еңбектей алады Күтілетін нәтиже: педагогтің берген командасымен доптың соңынан жүгіреді, доға астынан алақан мен тізені тіреп төрттағандап еңбектеді 3.. Мақсаты: Үш доғаның астынан	

			біртіндеп төрттағандап еңбектеп өте алады Күтілетін нәтиже: бірінің соңынан бірі еңбектейді, орман жануарларының қимылдарын жасады.
	4-апта	1. Тақырыбы: «Біз Күнге еріп, достарымызды табамыз 2. Тақырыбы: «Қуыршақ Айгүлден сәлемдеме» 3. Тақырыбы: «Сылдырмақты балақан»	1. Мақсаты: сәкіде төрттағандап еңбектей алады. Қарды ағашқа оң және сол қолдарымен лақтыра алады Күтілетін нәтиже: аяқтың ұшымен жүреді, тізені жоғары көтеріп жүреді, тепе-теңдікті сақтайды, алақан мен тізені тіреп сәкіде төрттағандап еңбектеді 2. Мақсаты: Аяқ пен қолды үйлестіре, тізені жоғары көтеріп жүре алады. Шектеулі алаңда жүргенде және жүгіргенде тепе-теңдікті сақтай алады Күтілетін нәтиже: тізені жоғары көтеріп жүреді, ирек жолмен жүгіреді, бір қатарға сапқа тұрады, шеңбер. 3. Мақсаты: орнында тұрып ұзындыққа секіре алады. Тізені жоғары көтеріп жүре алады Күтілетін нәтиже: тізені жоғары көтеріп жүреді, сылдырмақтарды қолда ұстап жүреді, әртүрлі бағытта жүгірді .

Перспективалық жоспар
«Айгөлек» «Балапан» «Балдырған» ортаңғы топтары
2021 -2022 оқу жылы
Желтоқсан айы
Өтпелі тақырып «Менің Қазақстаным»

Өтпелі тақырып тар		Апталық тақырыптар	Мақсаты
Желтоқсан айы «Менің	1-апта	1.Тақырыбы: «Қыс қызығы» 2. Тақырыбы: «Ойын	1. Мақсаты: педагогке доп лақтыру және оны қағып ала алады, саусақтарын айқара ашып тұрып алақанымен допты қағып ала алады Орнында тұрып ұзындыққа секіре алады

		ойнауды ұнатамыз» 3. Тақырыбы: «Ауылға сапар шегеміз»	Күтілетін нәтиже: әртүрлі бағытта жеңіл әрі бір қарқында жүгіреді, орнында тұрып 35 см қашықтыққа ұзындыққа секірді 2.Мақсаты: педагогке доп лақтыру және оны қағып ала алады, саусақтарын айқара ашып тұрып алақанымен допты қағып ала алады Орнында тұрып ұзындыққа секіре алады Күтілетін нәтиже: әртүрлі бағытта жеңіл әрі бір қарқында жүгіреді, орнында тұрып 35 см қашықтыққа ұзындыққа секірді 3. Мақсаты: көлбеу тақтайда төрттағандап еңбектей алады, одан жеңіл түсе алады Күтілетін нәтиже: көлбеу тақтайдан төрттағандап еңбектейді, 1 метр қашықтықта тұрған педагогтің қолына допты лақтырды
2-апта	1. Тақырыбы: «Біздің сүйікті ойындарымыз» 2. Тақырыбы: «Хайуанаттар бағы» 3. Тақырыбы: «Хайуанаттар бағын мекендеушілер»	1.Мақсаты: сапта бір қатармен жүре алады және жүгіре алады Күтілетін нәтиже: ойындағы рөлдік әрекеттерге қатысады, тізбекке бір-бірден тұрады, бағытты сақтай отырып тізбекте бір-бірден жүрді . 2. Мақсаты: дене бітімін тік ұстауды сақтай отырып, еденде жатқан кедергілерден аттап өте алады. Көлбеу тақтайда еңбектей алады. Күтілетін нәтиже: педагогтің берген командасымен бір ырғақпен шапалақ соғуды орындайды, суретте көрсетілген аңдардың қимылдарын көрсетеді, аттап адымдағанда аяғын неғұрлым жоғары көтерді 3. Мақсаты: алаңның бір жағынан екінші жағына жеңіл әрі бір қарқынмен жүгіре алады Күтілетін нәтиже: алаңның бір жағынан екінші жағына жеңіл әрі бір қарқынмен жүгіреді. Кедергілерді аттап өту кезінде нық	

			тепе-теңдікті сақтайды
3-апта	1. Тақырыбы: «Менің шанам қуыршақты сырғанатады» 2. Тақырыбы: «Құртақан мен ойнайық»	1. Мақсаты: шананы төбешіктен сырғаната алады. Достарымен бірігіп ойнай алады Күтілетін нәтиже: шананы төбешіктен сырғанатады, іздер қалған жолда жүргенде тек ізді басып жүрді 2.Мақсаты: құрсауға секіре алады Күтілетін нәтиже: қолдарына бір зат ұстап бір қатармен жүреді, қолға арналған жаттығуларды орындайды, алақан мен тізені тіреп еңбектеді	
4-апта	1.Тақырыбы: «Біз шананы сүйрейміз» 1. Тақырыбы: «Түрлі түсті жалаулар» 3. Тақырыбы: «Бір-екі, бір-екі, біз жасаймыз аққала!»	1. Мақсаты: шанамен сырғанай алады, сапта жеңіл және бір қарқынмен жүгіре алады Күтілетін нәтиже: шанамен сырғанау кезінде қауіпсіздік ережелерін сақтады. 2. Мақсаты: сапта бір қатарда жүре алады, сапта барлығы бірге нақты және бір қарқында музыка ырғағымен маршпен жүре алады Күтілетін нәтиже: Тізелерін биігірек көтеріп және епті қозғалыспен аяқтарын түсірді 3. Мақсаты: допты биікке лақтырып, саусақтары айқара ашылған алақанымен қағып ала алады. Сәкіден секіріп түскенде тепе-теңдікті сақтай алады Күтілетін нәтиже: тепе-теңдікті сақтайды, сәкілер арасында жүреді, педагогтің берген белгісімен сәкідегі өз орнын шапшаң табады, допты лақтырып-қақты	
5-апта	1. Тақырыбы: «Жарық шашқан шамдар» 2.Тақырыбы: «Қоянның сыйлығы»	Мақсаты: 1,5 метр қашықтықта тұрған педагогке доп лақтыра алады және одан допты саусақтарын айқара ашқан алақанмен қағып ала алады Күтілетін нәтиже: қолдарына бір зат ұстап бір қатармен жүреді қолға	

		3. Тақырыбы: «Аязатаның сыйлықтары»	арналған жаттығуларды орындайды, қозғалыс бағытын сақтайды, допты лақтырады, көлбеу тақтайға шығады және түседі 2.Мақсаты: :қарды бірде оң қолмен, бірде сол қолмен лақтыра алады, . Кедергілер үстінен секіре алады Күтілетін нәтиже: : бір қатармен сапқа тұрады, шеңбер бойымен тұрады, бағытын өзгертеді, жіптен секіргенде бар күшімен итеріледі 3. Мақсаты: бөренеден еңбектеп өте алады, педагогке доп лақтыра алады, қолды доп лақтырғаннан кейін түзу ұстай алады Күтілетін нәтиже: бір-бірінің қолынан ұстап шеңбер бойымен жүреді педагогке допты лақтырады, 1,5 метр қашықтықтан допты қағып алады, өзіне-өзі массаж жасайды .

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Айгөлек» «Балапан» «Балдырған» ортаңғы топтары
2021 -2022 оқу жылы
Қаңтар айы
Өтпелі тақырып «Қызықты қыс мезгілі»

пелі тақырып тар		Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қаңтар айы «Қызықты қыс мезгілі»	1-апта	3-4-7 күнгі демалыстар	3-4-7 күнгі демалыстар
	2-апта	1.Тақырыбы: «Бір, екі, үш, бізбен бірге қайтала!» 2.Тақырыбы: «Мұзы қатқан айдынды, Жаңа жауған қар басты» 3. Тақырыбы: «Үлкен болып өсеміз»	1.Мақсаты: шеңбер бойымен жүру және жүгіре алады. Бірде оң қолмен, бірде сол қолмен кезек-кезек лақтыра алады Күтілетін нәтиже: шеңбер бойымен және шашыла жүреді, бірде оң қолмен, бірде сол қолмен кезек-кезек лақтырады, шананы сүйретіп, төбеге шықты. 2.Мақсаты: сәкіден секіргенде табанын жазып, жартылай бүгілген аяқтарымен секіріп түсе алады Күтілетін нәтиже: аяққа арналған гимнастиканы қайталайды, тереңдікке секіреді, ойын әрекеттеріне қатысты. 3. Мақсаты: шеңбер құрып тұра алады, сапқа тұру кезінде өз орнын шапшаң таба алады Күтілетін нәтиже: шеңбер бойымен тұрады, алақаны мен тізесін тіреп еңбектейді, сапқа тұрғанда өз орнын тапты
	3-апта	1. Тақырыбы: «Серуендеуге барайық, тышқанға іздеу салайық»	Мақсаты: аласа төбешіктен сырғанауышпен сырғанай алады, көлденең жолмен жүгіріп барып сырғанай алады

	2. Тақырыбы: «Ойыншықтар» . 3. Тақырыбы: «Қысқы орманға біз келдік»	Күтілетін нәтиже: аласа төбешіктен сырғанауышпен сырғанайды, , жүргенде дене бітімін тік ұстады. 2.Мақсаты: еденге тігінен орналасқан құрсау арқылы еңбектеп өте алады Күтілетін нәтиже: допты қолда ұстап жүреді және жүгіреді, алақан мен тізені тіреп төрттағандап еңбектейді, допты лақтырып қағып алды 3. Мақсаты: Еденге тігінен қойылған құрсаудан еңбектеп өте алады, гимнастикалық сәкіде жүре алады, тепе-теңдікті сақтай алады, дене бітімін тік ұстай алады Күтілетін нәтиже: бір қатар болып, екі қатар болып сапқа тұрады, негізгі қимылдарды ретімен орындайды, еденге тіктеп қойылған шеңберден еңбектегенде топтасты.
4-апта	1. Тақырыбы: «Аяқ күшін нығайтамыз» 2. Тақырыбы: «Біз кішкентай шабандоздармыз» 3.Тақырыбы: «Қонаққа құртақан келді.»	1. Мақсаты: Төбешіктен шанамен сырғанап түсе алады, қар үйіндісінің үстімен дене мүсінін тік ұстап жүре алады Күтілетін нәтиже: қатарға тұрғанда өз орнын жылдам табады, қар үйіндісімен жүргенде тепе-теңдікті сақтады. .2. Мақсаты: Тіректің биіктетілген алаңында жүргенде нық тепе-теңдікті сақтай алады және дене бітімін тік ұстай алады Күтілетін нәтиже: шабандоз жігіттер кім екенін түсінеді, ойынға сәйкес адымдар жасайды, нық тепе-теңдік сақтайды, негізгі қимылдарды топқа бөлініп орындайды 3.Мақсаты: «Шарик» саусақ гимнастикасын қолдана отырып, дене жаттығуларын орындай алады Күтілетін нәтиже: көлбеу баспалдақпен сүйем қадам жасап жүреді,20 см биіктіктен тереңдікке секірді

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Айгөлек» «Балапан» «Балдырған» ортаңғы топтары

2021 -2022 оқу жылы
Ақпан айы
Өтпелі тақырып «Бізді қоршаған әлем»

Топы	Тақырып	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Ақпан айы. «Бізді қоршаған әлем»	1-апта	1. Тақырыбы: «Балақайға тосынсый» 2. Тақырыбы: «Тиін балаларға қонаққа келді» 3. Тақырыбы: «Біз саяхаттап жүрміз»	Мақсаты: саптан шығып кетпей бағытты өзгерте отырып, жүгіре алады. Күтілетін нәтиже: аяқтың ұшымен жүреді, тереңдікке секіргенде жігерлене итеріледі, жолмен жүргенде бағытты және тепе-теңдікті сақтады. 2.Мақсаты: тепе-теңдікті сақтай отырып тікелей созылып жатқан жіптің үстімен жүре алады. Шектеулі алаң үстінде алақан мен табанын тіреп,төрттағандап еңбектей алады Күтілетін нәтиже: тиіннің қимыл ерекшеліктерін, жаңғақты ұстап жүріп әртүрлі тапсырмаларды орындайды. допты қолдан-қолға берді 3. Мақсаты: иректеліп қойылған жіп үстінде жүре алады, динамикалық тепе-теңдікті сақтай алады, дене бітімін тік ұстай алады Күтілетін нәтиже: тепе-теңдікті сақтайды, қолды созып, допты жігерлене лақтырды
	2-апта	1. Тақырыбы: «Секіргіш қоянға қонаққа барамыз» 2.Тақырыбы: «Сиқырлы дорба» 3 Тақырыбы: «Әжемнің	3.Мақсаты:спорттық жаттығуларды қолдана отырып, дене жаттығуларын орындай алады. Қар үйіндісінің үстімен дұрыс жүре алады Күтілетін нәтиже: педагогтың берген белгісімен қолға арналған жаттығуларды орындайды, шашыла жүреді, жүгіреді 2.Мақсаты: допты төмен қарай лақтыра алады және екі қолмен ұстап ала алады Күтілетін нәтиже: допты секіріп түскеннен кейін оны екі қолмен қағып алады 3. Мақсаты: гимнастикалық орындықтан аттап өте алады

		сыйлықтары»	Күтілетін нәтиже: гимнастикалық сәкіден өтеді, допты түсіне қарай салады
3-апта	1. Тақырыбы:» Қар қиыршықтары» 2. Тақырыбы: «Теңіз жағасында» 3. Тақырыбы: «Орманға саяхат»		1.Мақсаты: тереңдікке секіре алады Күтілетін нәтиже: сәкіден секіріп түседі, допты доға астына домалатты 2.Мақсаты: тепе-теңдікті сақтай отырып, бір кірпіштен екіншісіне аттап өте алды Күтілетін нәтиже: педагогтің соңынан қарқын мен бағытты өзгертіп бір қатармен жүреді 3.Мақсаты: жануарлардың қимыл-қозғалыстарын көрсете алады. Шектелген алаңда тепе-теңдік сақтай алады Күтілетін нәтиже: педагогтің соңынан қарқынды және бағытты өзгерте қозғалады, жануардың қимылын және музыканы сәйкес қимылмен бейнелді.
4-апта	1. Тақырыбы: «Секіре де,жүгіре де де білеміз» 3. Тақырыбы: «Ормандағы достармен кездесу» 3. Тақырыбы: «Мики маус»		1.Мақсаты:шанамен төбншікке шығу және одан түсе алады Күтілетін нәтиже:еңбектегенде қозғалыс бағытын сақтайды,қимылдарды тақпақ мәтініне сай орындады 2.Мақсаты:Жан жануарлардың қимыл қозғалысын жеткізе алады,доптың бағытын сақтай отырып бір біріне домалата алады. Күтілетін нәтиже:жануардың қимылын музыкаға сәйкес қимылмен бейнелейді,допты бір бірінің қолына домалатады,ойын кезінде орамалды бір біріне шапшаң берді 3. Мақсаты: допты 2м қашықтыққа баланың жоғары созылған қолының биіктігіндей биікке тартылған жіп арқылы қолды ептілікпен созып лақтырады. Күтілетін нәтиже: жіп арқылы допты лақтыруды орындай алады,батпақтан өткенде із арқылы жүрді

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Айгөлек» «Балапан» «Балдырған» ортаңғы топтары
2021 -2022 оқу жылы
Наурыз айы
Өтпелі тақырып «Алғашқы тамшылар»

пелі тақырып тар		Апталық тақырыптар	Мақсаты
	1-апта	1. Тақырыбы: «Орманда қонжық тоңыпты, Мұз қатқан қыс та келіпті.» 2. Тақырыбы: «Ерекше қонақтар» 3. Тақырыбы: «Көңілді жарыстар» 4.Тақырыбы:«Кел,шынығайық,жаттығу жасайық!»	1.Мақсаты: Екі аяқтап алға қарай құрсаудан-құрсауға секіре алады Күтілетін нәтиже: педагогтің нұсқауларын орындайды, кірпіштен-кірпішке аттап өтеді, тапсырмаларды орындау кезінде тепе-теңдікті сақтады 2.Мақсаты: гимнастикалық қабырғаға шығып және одан түсе алады Күтілетін нәтиже: допты тордан лақтырады, тор арқылы допты лақтырады, баспалдаққа шығады және түсті 3.Мақсаты: кедергілерден аттап өт алады, гимнастикалық қабырғаға шығып одан түсе алады Күтілетін нәтиже: жаттығуды орындайды, кедергіден аттағанда тізесін жоғары көтереді, баспалдаққа қалай шығып-түсу керектігін түсінді 4. Мақсаты:жұптасып сапқа тұра алады,кедергілерден аттап өткенде тепе-теңдікті сақтай алады. Күтілетін нәтиже:жұп болып тұра алады,ойын жаттығуларды дұрыс орындайды,жаттығуды орындау кезінде дұрыс тыныс алады.тіке жүрді
	2-апта	1. Тақырыбы: Көбірек күле біл.	1. Мақсаты:бір аяқтан екінші аяққа секіре алады,бір аяқпен ептілікпен итеріліп,екіншімен түсе алады. Күтілетін нәтиже:жүгірген кезде шынтақты бүгіп,қолмен белсенді жұмыс істейді,педагогтың командасын орындады.
	3-апта	1. Тақырыбы: «Қадамды нық басамыз, Аяққа күш қосамыз» 2. Тақырыбы: «Наурызға сыйлықтар»	1. Мақсаты: допты жоғарыға лақтырып, екі қолмен қағып ала алады Күтілетін нәтиже: допты жоғарыға лақтырады, секіргенде жазықтықтан 2.Мақсаты: көлденең нысанаға лақтыра алады Күтілетін нәтиже: тепе-теңдік сақтайды, шеңбер бойымен тұрады,

		3. Тақырыбы: «Наурыз»	Наурыздағы дәстүрлерді түсінді .3. Мақсаты: төрттағандап еңбектей алады Күтілетін нәтиже: асықты нысанаға лақтырғанда, асықтан кейін бірден шынтағын жазып, қолын созды
4-апта	1. Тақырыбы:Біз күштірек,үлкенірек боламыз		1. Мақсаты: көлбеу тақтайдың үстінде жүре алады,шектелген алаңда алға тіке қарап,дене бітімін тіке ұстай алады. Күтілетін нәтиже:тыныс алу гимнастикасын қайталайды.сапқа тұрып залдың бір жағынан қарама-қарсы жағына жүреді,қарлығаштың ұшуын бейнеледі.
5-апта	1. Тақырыбы: «Қадамды нық басамыз,аяққа күш қосасыз. 2. Тақырыбы:<i>Біз күштірек, үлкенірек боламыз</i> 3. тақырыбы:«Секіреміз!»		1. Мақсаты:допты жоғарыға лақтырып, екі қолмен қағып ала алады. Күтілетін нәтиже: Нық қадаммен алға, нық қадаммен артқа жүреді.тізені биікке көтере отырып жүре алады. 2. Мақсаты:көлбеу тақтайдың үстінде жүре алады,шектелген алаңда алға тіке қарап,дене бітімін тіке ұстай алады. Күтілетін нәтиже: тыныс алу гимнастикасын қайталайды,сапқа тұрып залдың бір жағынан қарама-қарсы жағына жүреді,қарлығаштың ұшуын бейнелейді 3. Мақсаты: Бір аяқтан бір аяққа секіру, тура секіру; екі аяқпен секіру (аяқтар бірге-аяқтар алшак), тереңдікке (15–20 см биіктіктен) секіру дағдыларын қалыптастыру; Күтілетін нәтиже: Бір аяқтан бір аяққа секіреді тура секіреді, екі аяқпен секіреді. (аяқтар бірге-аяқтар алшак), тереңдікке (15–20 см биіктіктен).

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Айгөлек» «Балапан» «Балдырған» ортаңғы топтары
2021 -2022 оқу жылы
Сәуір айы
Өтпелі тақырып «Табиғаттың гүлденуі»

Өтпелі тақырыптар		Апталық тақырыптар	Мақсаты
Сәуір айы: Табиғаттың гүлденуі»	1-апта	1. Тақырыбы: Қозғалыс көңіл күйді көтереді 2.Тақырыбы:Бір,екі,үш,төрт,бес,біз ойнаймыз бірігіп 3.Тақырыбы:Бәрін е де цирк ұнайды	1. Мақсаты:аласа заттардан секіріп түсе алады. Күтілетін нәтиже;қолмен жаттығу жасап бір қатармен жүреді,бағытты өзгерте жүреді,кеңістікте бағдарын айқындайды,аласа заттардан секіріп түседі,шашырап жүгіреді,белгі бойынша әрекет етеді 2.Мақсаты:диаметрі 15см допты көлденең тұрған нысанаға екі қолмен кеудеден лақтырып,қолды ептілікпен тіке соза алады. Күтілетін нәтиже:тізені жоғары көтеріп жүреді,әртүрлі бағытта жүгіреді,екі қатарға сапқа тұрады 3. Мақсаты:Қолды бос ұстап,шеңберді тарылтпай бір қарқынмен баяу жүгіре алады. Күтілетін нәтиже:баяу қарқынмен жүгіреді алақаны мен тізесін тіреп еңбектейді, бір ырғақпен шапалақтайды,орнында тұрып секіреді
	2-апта	1. Тақырыбы: «Біздің қолдар жай емес, біздің қолдар алтын ғой» 2. Тақырыбы: «Ормандағы алаңқайда ойнаймыз» 3.Тақырыбы: «Көктемгі көңіл күй»	1.Мақсаты: допты еденге лақтырып, секіріп түскенде қағып ала алады Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық баспалдаққа шыға алады 2.Мақсаты: бірнеше заттан аттап өте алады Күтілетін нәтиже: допты қолға ұстап жаттығу жасайды, бірден үш кедергіден өтеді 3. Мақсаты: бөренемен жүре алады, кедергілер арқылы өте алады Күтілетін нәтиже: бөрене үстімен жүргенде тепе-теңдікті сақтайды, қонжықтың көңілін көтереді.

3-апта	1. Тақырыбы: «Тентек доптар саусақтарды шыңдайды» 2. Тақырыбы: «Сиқырлы қоңырау» 3. Тақырыбы: «Бауырсақ, бауырсақ»	1.Мақсаты: допты екі қолмен лақтыра алады және ұстап ала алады Күтілетін нәтиже: допты еденге лақтырып, оны ағып алады, саусаққа массаж жасайды. 2.Мақсаты: нық қадаммен жүре алады, Шектелген алаңда тепе-теңдікті сақтай алады, қимыл арқылы музыканы бейнелей алады Күтілетін нәтиже: бөрене үстімен жүргенде тепе-теңдікті сақтайды, шашыла жүреді мен жүгіреді. Мақсаты: Жұптасып үйлесумен және айырылу арқылы сапқа қайта тұру. 3. Мақсаты: кедергілер арасынан тепе-теңдікті сақтап «жыланша» ирелеңдеп жүре алады Күтілетін нәтиже: кедергілер арасынан «жыландай» ирелеңдеп жүреді, тізені жоғары көтеріп жүреді
4-апта	1. Тақырыбы: «Балақайлар хайуанаттар бағында» 2. Тақырыбы: «1-2-3 – кітапқа жан біт!» 3.Тақырыбы: «Аңдарға арналған жаттығу»	1.Мақсаты: Кедергілерді аттап өткенде тепе-теңдікті сақтай алады Күтілетін нәтиже: залдың бір жағынан екінші жағына жүгіру аяқтың ұшымен жүре біледі, аласа заттардың үстінен аттап өтеді, тепе- 2.Мақсаты: Дене бітімін тік ұстап, табанның алдыңғы жағымен бір қарқынмен жүруе алады және жеңіл жүгіре алады Күтілетін нәтиже: аяқтың ұшымен жүреді және жүгіреді 3. Мақсаты: секіре алады және допты қақпаға домалата алады Күтілетін нәтиже: жануарлар туралы ойларын жеткізеді, карточкадан оларды таба біледі, қимылдарды тек берілген команда бойынша орындайды, жаттығу жасағанда бір-біріне кедергі келтірмейді

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР

«Айгөлек» «Балапан» «Балдырған» ортаңғы топтары

2021 -2022 оқу жылы

Мамыр айы

Өтпелі тақырып «Әрқашан күн сөнбесін!»

Тпелі ақырып тар		Апталық тақырыптар	Мақсаты
Мамыр айы «Әрқашан күн сөнбесін!»	1-апта	1. Тақырыбы: «Орман, тоғайға серуенге барамыз» 2. Тақырыбы: «Күлкіден шуақ шашылған»	1. Мақсаты: екі аяқпен ептілікпен еденнен итеріліп, кедергіден секіріп өте алады. Саптағы қатарды бұзбай, бағытты өзгерте отырып жүру мен жүгіруді алмастыра алады Күтілетін нәтиже: педагогтің берген командасымен қозғалыстың бағытын өзгерте біледі 2.Мақсаты: Ептілікпен итеріліп және жартылай бүгілген аяғымен кедергілерден секіріп түсе алады Күтілетін нәтиже: педагогтің командасымен заттарды белгіленген орынға жинайды, жіптің бумасын бір-бірінің қолына дәлме-дәл береді.
	2-апта	1. Тақырыбы: «Африкадан келген қонақтар»	1.Мақсаты: гимнастикалық қабырғада өрмелей алады Күтілетін нәтиже: гимнастикалық қабырғаға мініп-түсуді, тұтқаларынан дұрыс ұстайды. 2.Мақсаты: Үлкен допты алысқа лақтырады, кішкене қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүре алады
	3-апта	1. Тақырыбы: «Көгалға шығамыз, көңілді ойнаймыз» 2. Тақырыбы: «Ойыншыққа толы сандық» 3. Тақырыбы: «Біз саяхаттауды ұнатамыз»	1.Мақсаты: жоғарыда тұрған затқа қолын тигізіп, биіктікке секіре алады, еденнен ептілікпен аяқпен итеріле алады Күтілетін нәтиже: жоғарыда тұрған затқа қолын тигізіп, биіктікке секіре алады 2Мақсаты: Жоғарыда ілініп тұрған затқа басын тигізіп, биіктікке секіре алады Күтілетін нәтиже: қолмен жаттығу жасай жүріп, аяғының ұшымен жүреді, екі қатар болып сапқа тұрады, жоғарыда ілініп тұрған затқа басын тигізіп биіктікке секіреді 3. Мақсаты: жылдам қарқында жүгіре алады Күтілетін нәтиже: жылдам қарқынмен жүгіреді, жаттығуды бірінен соң бірін орындайды

4-апта	1. Тақырыбы: «Ормандағы соқпақ жолмен жүру» 2. Тақырыбы:«Сәуле әженің сыйлықтары 3 Тақырыбы: «Денсаулық еліне пойызбен саяхаттаймыз»	1.Мақсаты: қол ұстасып, айнала жүгіре алады Күтілетін нәтиже: Допты екі қолымен кеуде тұсынан лақтыра алады, қолды шұғыл қимылмен соза алды Мақсаты: заттан секіре алады Күтілетін нәтиже: Саптыңқатарын бұзбай бағытты өзгерте отырып, жүру мен жүгіруді алмастыра алады. Биіктетілген тірек үстінде тепе-теңдікті сақтай алды 3. Мақсаты:алысқа лақтыра алады және құрсауға секіре алады Күтілетін нәтиже:секіреді, бір қатармен сапқа тұрады, шеңбер бойымен тұрады, дене бітімін тік ұстап, тепе-теңдікті сақтап еркін жүреді және жүгірді дамыту.
5-апта	1. Тақырыбы: «Ормандағы соқпақ жолмен жүру» 2 Тақырыбы:«Сәуле әженің сыйлықтары	1.Мақсаты: қол ұстасып, айнала жүгіре алады Күтілетін нәтиже: Допты екі қолымен кеуде тұсынан лақтыра алады, қолды шұғыл қимылмен соза алды .2. Мақсаты: заттан секіре алады Күтілетін нәтиже: Саптыңқатарын бұзбай бағытты өзгерте отырып, жүру мен жүгіруді алмастыра алады. Биіктетілген тірек үстінде тепе-теңдікті сақтай алды

**«Аққу» бөбекжай-балабақшасының
дене шынықтыру нұсқаушысының 2021-2022 оқу
жылындағы «Балапан», «Айгөлек», «Балдырған»
ортаңғы топтарының циклограммасы**

2021-2022 оқу жылы

*Мисерис
Рәшит*

3.09.2021ж

Дене шынықтыру

Т: «Балақайлар»

Мақсаты: берілген бағытты сақтай отырып төрттағандап еңбектейді, бір-бірінен 1 метр қашықтықта аяқтарын алшақ ашып отырып допты домалата алады.

Күтілетін нәтиже: шеңбер бойымен сапқа тұру әдісін біледі, алақаны мен тізесін тіреп, төрттағандап еңбектеді.

Ресурстар: доптар **Әдіс-тәсілдер:** 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

Педагог балалардың назарын нәрестелердің фотосуретіне аударады. Кішкентай бөбектерге айналып, өздеріне сылдырмақтар тандап алуды ұсынады 2. Бір-бірлеп сапқа тұрып сылдырмақтарды қолға ұстап жүру және жүгіру – бір қарқын және нық қадамды сақтау.

Шеңбер бойымен тұрып, сылдырмақтарды қолданып ЖДЖ жасау

Бір-бірінен 1 метр қашықтықта аяқтарын алшақ ашып отырып допты домалату.

Ойын түрінде тіке бағытта төрттағандап еңбектеу.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Жылдамырақ шеңбер бойына тұр».

*Мисерис
Рәшит*

6.09.2021ж

Дене шынықтыру (таза ауада)-1

Тақырыбы: «Қонжықпен бірге ойнаймыз»

Мақсаты: сызық үстінен екі аяқпен секіріп өте алады.

Күтілетін нәтиже: шеңбер бойымен қалай сапқа тұруды, жолдан өту кезінде қауіпсіздік ережелерін сақтаудағы қимыл-қозғалыстардың орындалу реті туралы түсінеді, педагогтің берген белгісімен жүгіреді, кеңістікте бағдарын айқындай алды.

Ресурстар: кедергілер **Әдіс-тәсілдер:** 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

Шаттық шеңбер

І. Ойыншық қонжыққа назар аудартады. Қонжықты ешкім естімейтіндей етіп жүруге үйретуді ұсынады – аяқтың ұшымен, аяқтың ұшын көтерілу, өкшеге түсу, қолды белге қою.

Ойын: «Допты домалат»

Мақсаты: Допты саусақтармен епті, қозғау арқылы домалата білуді үйрету.

Өз-өзін бағалау.

Қорытындылау.

*Мисерис
Рәшит*

7.09.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қоянмен бірге ойнаймыз»

Мақсаты: денсаулық сақтау технологиясын және «Қояндар» саусақ гимнастикасын қолдану арқылы балалар дене шынықтыру жаттығуларын орындай алады.

Күтілетін нәтиже: жалпы дамыту жаттығуларын, бір қарқынмен шеңбер бойымен жүре алады, сапта жүру кезінде қозғалыс бағытын қалай сақтау керектігі туралы түсініктерге ие, ойын кезіндегі рөлдік іс-әрекеттерге қатысты.

Ресурстар: доптар **Әдіс-тәсілдер:** 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

Педагог ойыншық қоянға назар аударуды сұрайды. Спортзалда қоянмен ойнауға шықырады.

Шеңбер бойымен тұрып жалпы дамыту жаттығуларын жасау.

Негізгі қимылдарды орындау. Екі аяқпен секіру, аяқтарын қосып секіру.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қаракұлақ» (қазақтың ұлтық ойыны) Саусақ гимнастикасы: «Қоян»

*Миссериді
Р.Бек*

10.09.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Доппен танысамыз»

Мақсаты: бір-бірінен 1 метр қашықтықта отырып, аяқтарын алшақ ашып қойып, бір-біріне допты домалата алады.

Күтілетін нәтиже: бір қарқында шеңбер бойымен жүруді, жұптасып допты домалатады, допты қалай қолдану керектігін, аяқты қосып, алшақ қойып секіруді қалай орындау керектігі туралы түсініктерге ие, өз жұбын таба алады, шашыла жүгіру кезінде бағытты өзгерте білді

Ресурстар: кедергілер **Әдіс-тәсілдер:** 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы: I. Балаларды жаңа құрал допқа назар аударту. Сапқа бір-бірлеп жүру және жүгіру.

Нұсқау беру-саптан шықпау және шеңберді тарылтпау керек.

II. Негізгі кезең.

Екі аяқпен секіру (аяқтарын қосып секіру-аяқтарын алшақ қойып секіру.

Жаттығу ойыны: «Жұбыңды тап!» допты бір-біріне домалату.

Қимыл қозғалыс ойыны: «Тышқандар»

III. Қорытынды кезең

(рефлексия)

*Миссериді
Р.Бек*

13.09.2021ж

Дене шынықтыру

(таза ауада)

Т: «Әжемнің ауылында»

Мақсаты: тұрақты тепе-теңдікті сақтай отырып, шектелген тірек аумағында жүре алады.

Күтілетін нәтиже: ені 20 см, ұзындығы 3 метр ирек жолмен жүру дағдыларына, үш дөңгелекті велосипед тебу дағдысына ие.

Ресурстар: кедергілер **Әдіс-тәсілдер:** 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

Сапқа бір қатармен тұру «Біз бүгін ауылға әжемізге қонаққа барамыз».

Негізгі кезең. Оңға бұрылып, бір-бірлеп сапқа тұру. Бір-бірлеп сапта жүру. Қолды белде ұстап, аяқтың ұшымен жүру. Сапта бір-бірлеп жүру, жүгіру.

ЖДЖ. Дене бітімінің бұзылмауының алдын алу. «Әжеммен бірге кім тұрады?

Қимылдың негізгі түрлері: «Әжемізге бау-бақшада көмектесейік» I. «Бау-бақшамен жүреміз» – ені 20 см, ұзындығы 3 метр имектелген жолмен жүру. 2. «Қарбыз жинаймыз» – бір-бірінен 1,5 метр қашықтықта отырып екі қолымен допты домалату. 3. «Жемістерді жинаймыз» – қолды жоғарыда ілінген затқа тигізіп, биіктікке секіру.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Тауық пен балапандар»

Ойын жаттығуы: «Шалтай-Болтай»

14.09.2021ж

Дене шынықтыру

Т: «Балақайлар»

*Мисерис
Рәшит*

Мақсаты: берілген бағытты сақтай отырып төрттағандап еңбектейді, бір-бірінен 1 метр қашықтықта аяқтарын алшақ ашып отырып допты домалата алады.

Күтілетін нәтиже: шеңбер бойымен сапқа тұру әдісін біледі, алақаны мен тізесін тіреп, төрттағандап еңбектеді.

Ресурстар: доптар **Әдіс-тәсілдер:4К моделі,бақылау, саралау,әңгіме,бала үні.**

ҰОҚ барысы:

Педагог балалардың назарын нәрестелердің фотосуретіне аударады. Кішкентай бөбектерге айналып, өздеріне сылдырмақтар тандап алуды ұсынады 2. Бір-бірлеп сапқа тұрып сылдырмақтарды қолға ұстап жүру және жүгіру – бір қарқын және нық қадамды сақтау.

Шеңбер бойымен тұрып, сылдырмақтарды қолданып ЖДЖ жасау

Бір-бірінен 1 метр қашықтықта аяқтарын алшақ ашып отырып допты домалату.

Ойын түрінде тіке бағытта төрттағандап еңбектеу.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Жылдамырақ шеңбер бойына тұр».

17.09.2021ж

Дене шынықтыру

Т: «Марғаулар»

*Мисерис
Рәшит*

Мақсаты: ені 25см, ұзындығы 2,5 метр түзу жолмен жүре алады, шектеулі алаңмен жүргенде тепе-теңдікті сақтай біледі.

Күтілетін нәтиже: ойындағы әрекеттер тәртібін, сылдырмақтарды қолға ұстап шеңбер бойымен жүруді, сапқа екі қатарға тұра алды

Ресурстар: доптар **Әдіс-тәсілдер:4К моделі,бақылау, саралау,әңгіме,бала үні.**

ҰОҚ барысы:

«Мысық» «Біздің мысық саққұлақ, себебі ол інде тығылған тышқанды тез тауып алмақ».

Кішкентай марғауларға айналуды ұсынады.

Сылдырмақтарды қолданып ЖДЖ жасау.

Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау. Түзу жолмен жүру Ойын жаттығуы:

«Соқпақпен жүріп өт».

Төрттағандап еркін бағытта еңбектеу – ойын жаттығуы

*Мисерис
Рәшит*

20.09.2021ж

Дене шынықтыру (таза ауада)-1

Тақырыбы: «Ертегіде қонақта»(денешынықтыру театрландырылған көрініс)

Мақсаты: 15 см биіктіктен секіріп түседі, алға қарай екі аяқпен секіріп түсе алады.

Төрттағандап еңбектеуді және доғаның астына кіреді. Допты әртүрлі бағытта екі қолмен домалата алады.

Күтілетін нәтиже: ертегі кейіпкерлерінің қимылдары мен дауыс ырғағындағы ерекшеліктерін, жүру және жүгіру кезінде әртүрлі тапсырмалар орындауды білді

Ресурстар: доптар **Әдіс-тәсілдер:4К моделі,бақылау, саралау,әңгіме,бала үні.**

ҰОҚ барысы:

Шаттық шеңбер

I. Қазір сендер ертегі
еліне барасыздар.

II. Негізгі кезең.

Заттарсыз жалпы дамытатын жаттығулар.

Қимыл қозғалыс ойыны: «Әр дәнді өз қорабына сал»

III. Қорытынды кезең (рефлексия).

*Мисериді
Рәшит*

21. 09.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Тентек тышқандар»

Мақсаты: 1,5 метр қашықтықта түрегеп тұрып бір-біріне допты домалата алады.

Күтілетін нәтиже: жұптасып допты қалай домалатуды, залдың қарсы бетіне тіке бағытта еңбектейді, ойының іс-әрекеттеріне қатысты

Ресурстар: доптар Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I. Педагог Жұмсақ ойыншық «Тышқанға» назар аудару.

II. Тышқандар бөлмеде қалай жүгіретінін көрсетуін сұрайды.

Тыныс алу гимнастикасы

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Мысық пен тышқандар»

III. Қорытынды кезең:

Қолға массаж жасау

(Б.Бөрібаев)

*Мисериді
Рәшит*

24. 09.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Айгүл есімді қуыршақпен танысу»

Мақсаты: берілген белгіге тоқтайды, тепе-теңдікті сақтап отыра алады. Бір орында екі аяқпен секіре алады.

Күтілетін нәтиже: еңбектеу кезінде қозғалыс бағытын сақтайды, қимыл-қозғалысты тақпақ мәтініне сәйкес орындады.

Ресурстар: доптар Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I. Ұлттық киім киген қуыршаққа назар аудартады.

II. Негізгі кезең. Тыныс алу жолдарына арналған жаттығулар кешені. «Орманға келдік пойызбен»

Негізгі қимылдарды орындау:

1. Тіке бағытта төрттағандап еңбектеу.

2. Екі аяқпен секіру.

Қимыл қозғалыс ойыны: «Кетті, кетті орамал»

III. Қорытынды кезең
(рефлексия)

*Мәсерігері
Р.Бибі*

27.09.2021ж

Дене шынықтыру (таза ауада)

Тақырыбы: «Қуыршақтар дене шынықтыруды ұнатады»

Мақсаты: Денсаулық сақтау технологиясын қолдану арқылы дене шынықтыру жаттығуларын орындай алады..

Күтілетін нәтиже:дене шынықтыру жаттығуларын жасайды.

Ресурстар:доптар мен кедергілер. **Әдіс-тәсілдер:**4К моделі,бақылау,саралау,әңгіме,бала үні.

ҰОҚ барысы:Біздің қуыршақтар дене шынықтырумен шұғылданбақшы, бірақ олар қалай айналысу керектігін білмейді. Кәне, біз оларды үйретейікші. Қуыршақтарды алып серуендеп қайтайық.

Қуыршақтарды «үйшіктеріне» апарыңдар. Енді өздерің серуендеп келіңдер. Өз қуыршақтарыңа барыңдар. Сендердің қалай жүгіретіндеріңді қуыршақтарың көрсін. Қуыршақтармен бірге жалпы дамыту жаттығулары.

Қимылдың негізгі түрлері «Қуыршаққа сырғанақ тепкіземіз»

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Күлше нан»

Ойын жаттығуы: «Тамаша көңіл күй»

*Мәсерігері
Р.Бибі*

28.09.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Тентек тышқандар»

Мақсаты: 1,5 метр қашықтықта түрегеп тұрып бір-біріне допты домалата алады.

Күтілетін нәтиже: жұптасып допты қалай домалатуды, залдың қарсы бетіне тіке бағытта еңбектейді, ойының іс-әрекеттеріне қатысты

Ресурстар:доптар **Әдіс-тәсілдер:**4К моделі,бақылау, саралау,әңгіме,бала үні.

ҰОҚ барысы:

I.Педагог Жұмсақ ойыншық «Тышқанға» назар аудару.

II. Тышқандар бөлмеде қалай жүгіретінін көрсетуін сұрайды.

Тыныс алу гимнастикасы

Қимыл-қозғалыс ойын: «Мысық пен тышқандар»

III. Қорытынды кезең:

Қолға массаж жасау

(Б.Бөрібаев

*Мисериді
Рәшит*

1.10.2021ж

Тақырыбы: «Сылдырмақтар қайда?»

Мақсаты: балалар велосипедке өз бетінше отыра алады, педальдарды айналдырып, тебе алады.

Күтілетін нәтиже: жаттығулардың ретімен орындайды, сылдырмақтар арасынан ирелендеп өтеді, велосипедке отыра алды

Ресурстар: кедергілер **Әдіс-тәсілдер:** 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

Балалар, бүгінгі жаттығулардың барлығы сылдырмақтармен жасалады. Бірақ алдымен оларды тауып алу керек. Залдың ішінен іздеңдер. Әрқайсысың екі сылдырмақ тауып алуларың керек.

Сылдырмақтарды алып залдағы белгіленген орындарға барып, нұсқаушыға қарап тұру ұсынылады. Сылдырмақтармен жасалатын ЖДЖ. I. «Сылдырмақтар қайда?»

2. «Сылдырмақтар сылдырлайды!».

3. «Аяқтар мен сылдырмақтар».

4. «Сылдырмақпен билейік».

Негізгі қимыл түрлері: I. «Сылдырмақты қағып кетпе».

«Велосипед тебу».

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Менің көңілді добым».

Қорытынды кезең (рефлексия). Саусақ гимнастикасы: «Жасырынбақ»

*Мисериді
Рәшит*

4.10.2021ж

Тақырыбы: «Сылдырмақтар қайда?»

Мақсаты: балалар велосипедке өз бетінше отыра алады, педальдарды айналдырып, тебе алады.

Күтілетін нәтиже: жаттығулардың ретімен орындайды, сылдырмақтар арасынан ирелендеп өтеді, велосипедке отыра алады

Ресурстар: кедергілер **Әдіс-тәсілдер:** 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

Балалар, бүгінгі жаттығулардың барлығы сылдырмақтармен жасалады. Бірақ алдымен оларды тауып алу керек. Залдың ішінен іздеңдер. Әрқайсысың екі сылдырмақ тауып алуларың керек.

Сылдырмақтарды алып залдағы белгіленген орындарға барып, нұсқаушыға қарап тұру ұсынылады. Сылдырмақтармен жасалатын ЖДЖ. I. «Сылдырмақтар қайда?»

2. «Сылдырмақтар сылдырлайды!».

3. «Аяқтар мен сылдырмақтар».

4. «Сылдырмақпен билейік».

Негізгі қимыл түрлері: I. «Сылдырмақты қағып кетпе».

«Велосипед тебу».

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Менің көңілді добым».

Қорытынды кезең (рефлексия). Саусақ гимнастикасы: «Жасырынбақ»

*Мисериді
Рәхмет*

5.10.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы:

«Балалар достығы – аңдар достығы»

Мақсаты: алға жылжи отырып секіре алады

Күтілетін нәтиже: : екі аяқпен секіреді, ойындағы іс-әрекеттерге қатысады, саусақтарға массаж жасады

Ресурстар: кедергілер **Әдіс-тәсілдер:**4К моделі,бақылау, саралау,әңгіме,бала үні.

ҰОҚ барысы:

Слайд көрсету– «Орман жануарлары». Аңдар да бір-бірімен достық қарым-қатынаста болатынына назар аударту. «Қатып қал!» ойын жаттығуы музыкалық сүйемелдеумен.

Текшелермен жалпы дамытатын жаттығулар

Ойын гимнастикасы

Негізгі қимылдарды орындау:

1.Алға қарай екі аяқпен секіру.

2.Тіке бағытта төрттағандап еңбектейді.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қонаққа барайық».

Қорытынды кезең (рефлексия). «Қыс»: саусақтарға массаж жасау.

*Мисериді
Рәхмет*

8.10.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Түрлі-түсті доптар»

Мақсаты: бір мезетте екі аяқпен секіріп және жартылай бүгілген аяқтың ұшымен түсе алады.

Күтілетін нәтиже: доппен жасалатын жаттығуларды жасайды, допты домалатты.

Ресурстар: доптар **Әдіс-тәсілдер:**4К моделі,бақылау, саралау,әңгіме,бала үні.

ҰОҚ барысы:

Түрлі түсті доптарға назар аудартады. Айналыдырып, олардың әдемі екендігін көрсетеді.

Тізбекте бір-бірден жүру, жүгіру.

Бір қатармен жүру және жүгіру. Арақашықтықты сақтауға назар аударады. Шеңбер бойымен тұрып доппен ЖДЖ жасау.

Негізгі қимылдарды орындау: 1.Қақпа арқылы (ені – 60 см) допты домалату, екі қақпа мәреден 1 метр қашықтықта.

2.Екі аяқпен алға қарай секіру.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Өз орнына жылдам жет». Балаларға өз орнын табуға көмектеседі.

III.Қорытынды кезең (рефлексия). «Ғажап күн!»

*Мисериді
Рәхмет*

11.10.2021ж

Дене шынықтыру (таза ауада)-1

Тақырыбы: «Көңілді торғайлар»

Мақсаты: балалар аласа заттардың үстінен аяқтарын жартылай бүгіп, секіріп түсе алады

Күтілетін нәтиже: сәкіден секіріп түседі, шеңбер бойымен жүреді, кеңістікті бағдарлады

Ресурстар: доптар **Әдіс-тәсілдер:**4К моделі,бақылау, саралау,әңгіме,бала үні.

ҰОҚ барысы:

Шеңбер бойымен тұру. Ана-торғай қимыл көрсетіп, өз сырттай бақылайды.

ЖДЖ:

1. Қанатымызды тазалаймыз»
- 2.»Қанатымызды жаямыз»
3. «Жунамыз»
4. «Дән тауып алайық»
5. «Ұшуды үйренеміз»
6. «Біз өсеміз».

Негізгі қимылдың түрлері: «Ана-торғайдың» соңынан бір қатармен жүреді.

- 1.Бағандар арасында «жылан» жасап жүреді.
- 2.Бөренеден «сәкіден» секіру.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Торғайлар мен мысық»

Қорытынды кезең (рефлексия).

12.10.2021ж

.Дене шынықтыру

Тақырыбы:

«Менің көңілді добым»

Мақсаты: «ирелендеп» еңбектей алады

Күтілетін нәтиже: қолға арналған жаттығуларды жасап жүреді, доппен орындалатын жаттығуларды қайталайды, допты домалатты

Ресурстар: доптар **Әдіс-тәсілдер:**4К моделі,бақылау, саралау,әңгіме,бала үні.

ҰОҚ барысы: 1.Түрлі түсті доптар салынған себетке назар аудартады.

«Менің көңілді добым» атты тапмақты оқып беру.

2.Бір қатармен сапта жүру, жүгіру қолға арналған жаттығулар жасау. Шеңбер бойымен тұрып доппен орындалатын ЖДЖ.

Негізгі қимылдарды орындау:

- 1.Допты қақпа арқылы домалату.
2. Кедергілер арасынан «жыландай» жорғалап өту.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Үш аю».

Қорытынды кезең (рефлексия)

*Миссериді
Рәшит*

15.10.2021ж

Дене шынықтыру.

Тақырыбы: «Көжектер»

Мақсаты: балалар аласа заттардың үстінен аяқтарын жартылай бүгіп, секіріп түсе алады

Күтілетін нәтиже: сәкіден секіріп түседі, шеңбер бойымен жүреді, кеңістікті бағдарлады

Ресурстар: доптар **Әдіс-тәсілдер:**4К моделі,бақылау,саралау,әңгіме,бала үні.

ҰОҚ барысы:

Шеңбер бойымен тұру. Ана-торғай қимыл көрсетіп, өз сырттай бақылайды.

ЖДЖ:

1. «Сәбіз жинаймыз»
2. «Көжекше секіреміз»
3. «Жунамыз»
4. «сәбіз тауып алайық»
5. «секіруді үйренеміз»
6. «Біз өсеміз».

*Миссериді
Рәшит*

Негізгі қимылдың түрлері: «көжектің» соңынан бір қатармен жүреді.

1.Бағандар арасында «жылан» жасап жүреді.

2.Бөренеден «сәкіден» секіру.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «сұр қоян»

Қорытынды кезең (рефлексия).

*Мисериді
Рәуф*

18.10.2021ж

Дене шынықтыру

(таза ауада)

Тақырыбы: Көңілді жұлдызқұрт қа қонаққа барамыз **Мақсаты:** гимнастикалық сәкіде кедергілерді аттап өту арқылы жүре алды

Күтілетін нәтиже: жұлдызқұрттың не екенін біледі, бір қарқынмен бір-бірінің соңынан тізбектеліп жүреді, ойын ережесін, әртүрлі қимылдарды орындайды, секіріп түскенде еденнен итерілді

Ресурстар: доп **Әдіс-тәсілдер:**4К моделі,бақылау, саралау,әңгіме,бала үні.

ҰОҚ барысы:

Балаларға жұмбақ жасырады

Ойын массаж

ЖДЖ: «Көбелектер»

Қимылдың негізгі түрлері: «Жұлдызқұрт» ойынын ойнайық. 1.«Жұлдызқұртты секіріп өт». 2. Доға астынан өт. 3. «Жұлдызқұртты аттап өт» (Жұлдызқұрт балаларға кедергі жасап сәкіде жатады).

Қимыл-қозғалыс ойыны:

«Жұлдызқұрт»

*Мисериді
Рәуф*

19.10.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қонжықпен ойнайық»

Мақсаты: табанның алдыңғы бөлігімен жүре алады, басты дұрыс ұстай алды

Күтілетін нәтиже: аяқтың ұшымен жүреді, биіктетілген тіректің үстінде тұрады (сәкі), допты бір-біріне берді

Ресурстар: кедергілер **Әдіс-тәсілдер:**4К моделі,бақылау, саралау,әңгіме,бала үні.

ҰОҚ барысы:

Ойыншық қонжыққа назар аудартады.

Қонжықты ешкім естімейтіндей етіп жүруге үйретуді ұсынады – аяқтың ұшымен,аяқтың ұшына көтерілу, өкшеге түсу, қолды белге қою.

Сәкі үстінде орындалатын ЖДЖ – статикалық тепе-теңдікті сақтау

Педагог жетекшілігімен жүргізілетін ойын: «Орнынды тап!». Тоқтап және тапсырманы орындап (сәкіге шығу) шашыла жүгіру.

Құрылымдалған ойын: «Сылдырмақты сылдырлат».

Жоғарыда тұрған затқа қолын тигізіп, биіктікке секіру – аяқтарымен жігерлене итеріліп, биіктікке секіру. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Допты беріп жібер»

Қорытынды кезең (рефлексия)

22.10.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Достығымыз жарасқан»

Мақсаты: алға қарай екі аяқпен секіре алады

Күтілетін нәтиже: : саусақ және ойын жаттығуларын жасайды, екі аяқпен жұбына қарай секірді, ойын әрекеттеріне қатысты.

Ресурстар: доптар мен кедергілер **Әдіс-тәсілдер:**4К моделі,бақылау, саралау,әңгіме,бала үні.

ҰОҚ барысы:

Құрылымдалған ойын:«Достық»

«Қатып қал!» ойын жаттығуы музыкалық сүйемелдеумен тепе-теңдікті сақтау.

Ойын жаттығуы: «Қатып қал!»

Музыка ырғағымен және тепе-теңдікті сақтап жүреді.

Ойын гимнастикасы

1. «Қояндар» – алға қарай екі аяқпен секіру
2. «Аюлар» – тіке бағытта төртаяқтап еңбектеу.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Балапандар»

Мисериди Рәшит

25.10.2021ж

Дене шынықтыру (таза ауада)-1

Тақырыбы: «Кәнеки, аңдар, бізге құлақ салыңдар!»

Мақсаты: шектелген алаң үстінен жүріп өткенде нық тепе-теңдік пен дене бітімін тік сақтай алады

Күтілетін нәтиже: шеңбер бойымен тұруды, жүргенде және жүгіргенде қол мен аяқ қимылдарын үйлестіреді, бір қарқынмен жүру және жүгіреді, бір құраудан екіншісіне секірді

Ресурстар: доптар

Әдіс-тәсілдер:4К моделі,бақылау, саралау,әңгіме,бала үні.

ҰОҚ барысы:

I. Біз бүгін көңілді аңдар боламыз. Сендер қандай аңдарды білесіңдер?

II. Негізгі кезең.

Оңға бұрылып бір қатармен сапқа тұрады. Бір қатармен сапта жүру.

ЖДЖ:

- 1.Түлкіге арналған қолғап.
- 2.Тиін інінде
- 3.Құндыздар отын жаруда.
4. Ал, кірпіде – саңырауқұлақ.
5. Жерасты жолы. 6.Қоянға арналған пималар.

Қимылдың негізгі түрлері:

1. Қолды белде ұстап, текшелерден аттап, соқпақпен (жолмен) жүру.
2. Сәкі үстінде төрттағандап еңбектеу.
3. Құрсаудан-құрсауға секіру.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қояндар мен қасқыр».

Қорытынды кезең (рефлексия).

Мисериди Рәшит

*Мисериді
Рәшит*

26.10.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қуыршақ Серік қонаққа келді»

Мақсаты: допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыра алады, допты кеуде тұсында қолайлы ұстап тұра алады. Алға секіру кезінде бір мезетте екі аяқпен епті қозғала секіре алады

Күтілетін нәтиже: екі аяқпен секіріп алға қарай 3 метрге қозғалады, допты екі қолымен кеуде тұсынан лақтырады, ойындағы әрекеттерге қатысты.

Ресурстар: секіргіш

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы: 1. Түрлі түсті доптар салынған себетке назар аудартады.

«Менің көңілді добым» атты тапмақты оқып беру.

2. Бір қатармен сапта жүру, жүгіру қолға арналған жаттығулар жасау. Шеңбер бойымен тұрып доппен орындалатын ЖДЖ.

Негізгі қимылдарды орындау:

1. Допты қақпа арқылы домалату.

2. Кедергілер арасынан «жыландай» жорғалап өту.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Үш аю».

Қорытынды кезең (рефлексия).

*Мисериді
Рәшит*

29.10.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Сыйлық толы жәшік»

Мақсаты: шектелген алаңда алақан мен тізені тіреп еңбектей алады

Күтілетін нәтиже: екі қатар болып сапқа тұрады, сылдырмақтармен жаттығу жасайды, екі қолымен кеуде тұсынан допты лақтырды

Ресурстар: секіргіш

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

Ойын жаттығуы: «Қаттырақ-тыныш». Екі қатарға тұрып сылдырмақтармен ЖДЖ жасау. Жаттығуларды шынтақты бүкпей орындауға назар аударады.

Негізгі қимылдарды орындау:

1. Еденге қойылған тақтайша үстінде төрттағандап еңбектеу. Көпір үстімен залдың қарсы жағына еңбектеп өту.

Нұсқау беру – тек көпір үстімен.

2. Кеуде тұсынан допты екі қолмен лақтыру – доп лақтырғаннан кейін қолды созу.

Қозғалыс ойын: «Затты тауып ал».

Қорытынды кезең (рефлексия).

Өркім өзіне сыйлық тандап алуды ұсынады.

*Мисериді
Рәшит*

1.11.2021ж

Дене шынықтыру (таза ауада)-1

Тақырыбы: «Күн нұры»

Мақсаты: көлбеу тақтайшада жоғары және төмен қарай жүре алады, тепе-теңдікті сақтай алады

Күтілетін нәтиже: , қозғалыс ойындарына қатысады, шеңбер бойына тұрады, допты жоғарыға және алға қарай тордан лақтырды

Ресурстар: доптар мен секіргіштер. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I. Күнге көңіл аудартады: «Бізге бүгін шұғыласын төгіп, күн қонаққа келді». Таспамен жүру және жүгіру – қолында күннің сәулесі. Балалар белгі бойынша бағыттарын өзгертеді.

II. Негізгі кезең. Таспаны қолға ұстап жүру және жүгіру. Берілген белгі бойынша балалар бағыттарын өзгертеді. **Таспамен жасалатын жалпы дамыту жаттығулары:**

- Б.қ.: түрегеп тұрады, таспаның бір ұшын қолымен ұстап тұрады.
- Б.қ.: аяқтарын бірге қосып отырады, таспаның екі ұшынан екі қолымен ұстайды.
- Б.қ.: шалқасынан жатады, таспаны алға қарай созылған қолдарымен кеуде тұсында ұстайды.

Негізгі қимыл түрлері:

Көлбеу тақтайшамен жоғарыға, төменге қарай жүру. Тепе-теңдікті сақтауға назар аударады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Ұядағы құстар».

Қорытынды кезең (рефлексия).

2.11.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Тиін балаларға қонаққа келді»

Мақсаты: тепе-теңдікті сақтай отырып тікелей созылып жатқан жіптің үстімен жүре алады. Шектеулі алаң үстінде алақан мен табанын тіреп, төрттағандап еңбектей алады

Күтілетін нәтиже: тиіннің қимыл ерекшеліктерін, жаңғақты ұстап жүріп әртүрлі тапсырмаларды орындайды. допты қолдан-қолға берді

Ресурстар: доптар мен секіргіштер. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

1. Тиін балаларды қарсы алады.
2. Жаңғақтарды қолға ұстап бір қатармен сапта жүру. Нұсқауларды орындай білуге, шынтағын бүкпей, қолын созып жүруге назар аударады. Шеңбер бойымен тұрып жаңғақтармен ЖДЖ орындау. Шынтақтарын бүкпей қолдарын созуына көңіл аударады. Жаңғақтарды жинап тиінге беруді ұсынады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Допты шеңбер бойымен» – **Шарты:** допты бір-бірінің қолына ұстату.

Қорытынды кезең (рефлексия).

5.11.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Біз саяхаттап жүрміз»

Мақсаты: иректеліп қойылған жіп үстінде жүре алады, динамикалық тепе-теңдікті сақтай алады, дене бітімін тік ұстай алады

Күтілетін нәтиже: тепе-теңдікті сақтайды, қолды созып, допты жігерлене лақтырды

Ресурстар: доптар мен секіргіштер. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

1. Суреттерге қарап, саяхат жасауды ұсынады.

Қимылды ойын: «Пойыз». **Шарты:** Бір тізбекке тұрып, пойыз болып жүреді.

Негізгі жаттығуларды орындау:

Имектелген жолмен (имектеліп қойған жіп) алаңның қарсы жағына өтуге ұсыныс жасайды.

Допты кеуде тұсынан екі қолмен лақтыру. Қолды жылдам созып жіберуге назар аудартады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Көпірден еңбектеп өт».

Рефлексия.

8.11.2021ж

Дене шынықтыру (таза ауада)-1

Тақырыбы: «Кеме»

Мақсаты: жолмен жүргенде дене бітімін тік ұстай алады және нық тепе-теңдікті сақтай алады.

Күтілетін нәтиже: теңізшілер кім екенін түсінеді, аяқтың ұшымен жүреді, қимылдарды мәтінге сай орындады

Ресурстар: доптар

. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

Теңізшілерге айналып кемемен саяхатқа шығуды ұсынады.

Сапқа тұру. Зал ішінде бір қатармен жүру (тізелерін жоғары көтеріп, аяғының ұшымен, жыландай иректеліп жүру) Аяқтың ұшымен жүгіру.

Тыныс алу жаттығуы

Гимнастикалық таяқшамен орындалатын ЖДЖ.

Қимылдың негізгі түрлері: 1. «Траппен көтерілеміз». Массажды жолмен жүру. 2. «Желкенді жаямыз» (педагогтің көмегімен). Арқан үстінде жүру. 3. «Құралдардан секіріп өт» (сызық үстінен секіру). Бірнеше параллель сызықтар үстінен екі аяқпен секіру (арақашықтығы – 20 см). 4. «Қиыршық тасты лақтырып таста». Допты алысқа лақтыру. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Теңізшілер»

Тыныс алу жаттығулары: «Құтқару дөңгелегін үрлейік»

9.11.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Маймылдар»

Мақсаты: орнында тұрып ұзындыққа секіре алады, Жіпті ұстап, шеңбер бойымен жүгіре алады.

Күтілетін нәтиже: орнында тұрып ұзындыққа секіреді, таспаны қолымен ұстап шеңбер бойымен жүгіреді

Ресурстар: доптар

. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

Маймыл ойыншықпен таныстыру. Кішкентай маймылдарды бейнелеуді ұсынады.

Жаттығу ойыны: «Қатып қал!»

Ойын гимнастикасы: «Маймылдар»

Жіпті (таспаны) ұстап шеңбер бойымен жүгіру. «Өткеншек» ойыны – музыка ырғағымен бір қарқында қозғалу. Орнында тұрып ұзындыққа секіру (30 см қашықтыққа) Кедергілерден «жыландай» ирелендеп жүріп өту (бір қатарда бір-бірінен 1,5 м қашықтықта тұрған 4 текше) –кедергілерге соқтығыспау керек. Қимыл-қозғалыс ойыны:«Тиіп кетпе!»Жіптер арқылы алаң шегарасын белгілейді (5метр) – еңбектеуді топ болып орындайды.

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

12.11.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Көжектерге арналған денешынықтыру»

Мақсаты допты екі қолмен ұстап,бастан асыра артқа қарай жібере алады. **Күтілетін нәтиже:**

допты бастан асыра алысқа лақтырады, допты себетке жинады.

Ресурстар: доптар

. Әдіс-тәсілдер:4К моделі,бақылау, саралау,әңгіме,бала үні

ҰОҚ барысы:

Қоян көп қозғалғасын өте шапшаң әрі епті болды деп әңгімелеп берді.

«Тез ал, тез қой!» ойын-жаттығуы II. Негізгі кезең.

Ойын жаттығуы: «Жылдам ал, шапшаң қой!»

Шеңбер бойымен тұрып доппен жаттығу жасау. Қолдарын созғанда шынтағын бүкпеуді, еңкейгенде тізесін бүкпеуіне көңіл аударады.

Негізгі қимылдарды орындау

Допты екі қолымен бастан асыра лақтыру.

Орнында тұрып ұзындыққа секіру (30 см қашықтыққа) – аяқтың итеріліуін қолдың қимылымен сәйкестендіру.

Ойын жаттығуы: «Өзеннен секіріп өт!» – өзеннің енін 30 см матадан құрастыру. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Өткеншек»

Қорытынды кезең (рефлексия) Биологиялық белсенді орындарға массаж жасау: «Күн суытты».

15.11.2021ж

Дене шынықтыру (таза ауада)-1

Тақырыбы: «Қоянға қонаққа барайық»

Мақсаты: Кегельдердің арасымен жолда «ирелендеп» жүре алады

Күтілетін нәтиже: әртүрлі бағытта саппен жүреді, жұптасып допты домалатады, бір қатар болып тұрды

Ресурстар:кедергілер

. Әдіс-тәсілдер:4К моделі,бақылау, саралау,әңгіме,бала үні

ҰОҚ барысы:

I.. Қоянның қонаққа шақырғанына көңіл аудартады. Паровозбен баруды ұсынады.

II. Негізгі кезең.

Бір қатар болып сапқа тұру.

Ойын жаттығуы:

«Пойыз».
№1 аялдама:
«Спорттық».

ЖДЖ.

Пойызбен әрі қарай жылжуды ұсынады. №2 аялдама: «Ойын» Бір қатармен сапта жүру.
Қимыл-қозғалыс ойыны: «Аяқтар».

Қозғалысты ойын: «Маған қарай жүгір». Ойын ережесін түсіндіреді. Залдың қарсы жағына шығып, балалардың атын атап шақырады. **III.Қорытынды кезең (рефлексия)**
Қоян тұратын жердің табиғатын тамашалайды. Ормандағы дауыстарды тыңдауды ұсынады.

Мисерис
Рәшит

16.11.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қуыршақ Айгүл балалармен ойнайды»

Мақсаты: допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыра алады, доға астында оған тиіп кетпей еңбектей алады

Күтілетін нәтиже: педагогтің берген командасымен доптың соңынан жүгіреді, доға астынан алақан мен тізені тіреп төрттағандап еңбектеді.

Ресурстар: кедергілер

. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

1. Айгүл жіберген сәлемдеме – әдемі қорапшаға назар аудартады. Ойын жаттығуы: «Затты дыбысынан таны». Қолдарына сылдырмақ ұстап, тізбекте бір-бірден жүру, қолға арналған тапсырмамен жүру – сылдырмақтар жоғары, екі жаққа. Арақашықтықтың сақталуына, басты тік ұстауға назар аударады. Тізені биік көтере отырып жүру – арақашықтықты сақтау, аяқты тізеден бұғу.

2. Сылдырмақты қолдарына ұстап бір қатармен жүру, қолға арналған жаттығу жасап жүру – сылдырмақты ұстап қолдарын жоғары көтеру, екі жағына созу. Басты түзу ұстап, арақашықтықты сақтауға назар аударады. Тізені жоғары көтеріп жүру – арақашықтықты сақтау, тізені бұғу. Сылдырмақтармен **ЖДЖ жасау.**

Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындайды: Таспадан құралған ирек жолмен жүру және жүгіру: «Жолмен жүріп өт». Нұсқау – сылдырмақты қорапшаға салу, дене бітімін тік ұстау, сылдырмақты екі жаққа созылған қолмен ұстап жүру. 1,5 м қашықтықта орналасқан қақпаға допты домалату (мәреден 1,5 м қашықтықта орналасқан 2 қақпа). Допты дәл ортасына домалатуға, домалатып болған соң қақпаның астынан өтуіне назар аударады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Бере алмаймын!» Әр баланың аяғының астына ұсақ зат қояды. Балаларға әрқайсысына кезекпен таянып, затты алып қойғысы келген кейіп танытады. Нұсқау – аяқты заттың алдына қойып, секіріп қана қосуға болады.

Қорытынды кезең (рефлексия).

Мисерис
Рәшит

19.11.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қонжықтай күшті бола біл!»

Мақсаты: Үш доғаның астынан біртіндеп төрттағандап еңбектеп өте алады

Күтілетін нәтиже: бірінің соңынан бірі еңбектейді, орман жануарларының қимылдарын жасады

Ресурстар: кедергілер

. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

1. Ойыншық қонжыққа текше салынған себетке назар аудартады. Қонжық сияқты күшті болуды ұсынады.

Тізбекте бір-бірден жүру, тізбекте жүгіру. «Музыкалық жұмбақтар» ойын жаттығуы – орман жаттығулары қимылын ұқсату – қонжықтың достарын. Қимылдың сипаты мен музыканың сәйкестігіне назар аударады.

II. Негізгі кезең.

Бір қатармен сапта жүру, бір қатармен жүгіру.

Ойын-жаттығуы: «Музыкалы жұмбақтар»

– ормандағы қонжықтың достарының қимылдарын көрсету. Музыка мен қимылдың үйлесімділігіне назар аударады.

2 қатарға тұрып, текшелермен

ЖДЖ жасау – қолдың шынтағын бүкпей созып ұстау.

Негізгі қимылдарды ойын түрінде жасау: Ирек жолмен жүру **Ойын жаттығуы:**

Таспамен жасалған жолмен жүріп өту – текшелерді қонжықтың себетіне жинау. Тепе-теңдікті сақтауға, дене бітімін тік ұстауға, текшелерді созылған қолмен екі жақта ұстауға назар аудару. Доға астынан еңбектеу (биіктігі – 40 см).

Ойын жаттығуы: «Қонжықтай еңбектеп өт» – рет-ретімен үш доғаның астынан еңбектеп өту, қатардағы өз орнына келіп тұру.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қақпаға түсір».

Балаларға бір-біріне қарама-қасы қарап тұру ұсынылады. Екі баланың ортасына қақпа қойылады. Допты бар күшімен лақтыруына назар аударылады.

Рефлексия.

22.11.2021ж

Дене шынықтыру (таза ауада)-1

Тақырыбы: «Біз Күнге еріп, достарымызды табамыз»

Мақсаты: сәкіде төрттағандап еңбектей алады. Қарды ағашқа оң және сол қолдарымен лақтыра алады

Күтілетін нәтиже: аяқтың ұшымен жүреді, тізені жоғары көтеріп жүреді, тепе-теңдікті сақтайды, алақан мен тізені тіреп сәкіде төрттағандап еңбектеді

Ресурстар: доптар мен секіргіш

. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

Жарқыраған күнге назар аудартады.

Соңынан еруге ұсыныс жасайды.

II. Негізгі кезең. Тізені жоғары көтеріп, бір қатармен сапта жүру

Музыка ырғағымен таспамен ЖДЖ жасау. Қимылдың негізгі түрлері:

1. «Қар көпірі» ойын-жаттығуы.

2. «Нысанаға тигіз» (ағашқа қар лақтыру)

3. «Қарға мен ит» **қимыл-қозғалыс ойыны**

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

Мисерис
Рәшит

*Мисериді
РБШ*

23.11.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қуыршақ Айгүлден сәлемдеме»

Мақсаты: Аяқ пен қолды үйлестіре, тізені жоғары көтеріп жүре алады. Шектеулі алаңда жүргенде және жүгіргенде тепе-теңдікті сақтай алады

Күтілетін нәтиже: тізені жоғары көтеріп жүреді, ирек жолмен жүгіреді, бір қатарға сапқа тұрады, шеңбер бойымен тұрды

Ресурстар: доптар мен секіргіш

. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

I. Айгүл жіберген сәлемдеме – әдемі қорапшаға назар аудартады. Ойын жаттығуы: «Затты дыбысынан таны».

Тізені жоғары көтеріп жүру – арақашықтықты сақтау, тізені бүгу. Сылдырмақтармен ЖДЖ жасау.

Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындайды: Таспадан құралған ирек жолмен жүру және жүгіру: «Жолмен жүріп өт»

1,5 м қашықтықта орналасқан қақпаға допты домалату (мәреден 1,5 м қашықтықта орналасқан 2 қақпа).

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Бере алмаймын!»

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

*Мисериді
РБШ*

26.11.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Сылдырмақты балақан»

Мақсаты: орнында тұрып ұзындыққа секіре алады. Тізені жоғары көтеріп жүре алады

Күтілетін нәтиже: тізені жоғары көтеріп жүреді, сылдырмақтарды қолда ұстап жүреді, әртүрлі бағытта жүгірді.

Ресурстар: доптар мен секіргіш

. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

I. «Күлдіргіш» қуыршағына назар аударту. Ойын жаттығуы: «Дыбысынан таны».

Қолдарына сылдырмақ ұстап, тізбекте бір-бірден жүру, қолға арналған тапсырмамен жүру – сылдырмақтар жоғары, екі жаққа. Тізені биік көтере отырып жүру – арақашықтықты сақтау, аяқты тізеден бүгу.

II. Негізгі кезең.

Екі қатарға тұрып сылдырмақтармен ЖДЖ жасау.

Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау: Әртүрлі бағытта жүгіру. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қуаласпақ».

Орнында тұрып ұзындыққа секіру (арақашықтығы – 40 см). Ойын жаттығуы: «Өзеннен секіріп өт»

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Күлдіргіш көпірде еңбектейді».

спаларды жинайды. **III. Қорытынды кезең (рефлексия)**

Тыныс алу гимнастикасы: «Шар»

*Мисериді
Рәшит*

29.11.2021ж

Дене шынықтыру (таза ауада)-1

Тақырыбы: «Қыс қызығы»

Мақсаты: педагогке доп лақтыру және оны қағып ала алады, саусақтарын айқара ашып тұрып алақанымен допты қағып ала алады Орнында тұрып ұзындыққа секіре алады

Күтілетін нәтиже: әртүрлі бағытта жеңіл әрі бір қарқында жүгіреді, орнында тұрып 35 см қашықтыққа ұзындыққа секірді

Ресурстар: доп.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

1. Хайуанаттар бағына серуендеуді жалғастырып, жаңа жануарлармен танысуды ұсынады. Алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. «Зебралар» ойын-жаттығуы.

II. Негізгі кезең. Доппен жалпы дамытатын жаттығулар (№1 қосымша). Алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру.

Ойын жаттығуы:

«Ала құландар»

Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау:

Қимыл қозғалыс ойын: «Көкқұтан» **Шарты:** Еденде жатқан заттардың үстінен аттап өту – нық тепе-теңдік сақтау.

Ойын жаттығуы: «Тентек қонжықтар»

Қозғалыстық ойыны: «Жоғарырақ лақтыр»

Шарты: еденге түскен допты көтеріп, қайтадан жоғарырақ лақтыру.

III. Қорытынды кезең (рефлексия). Саусақ гимнастикасы: «Жасырынбақ»

*Мисериді
Рәшит*

30.11.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Ойын ойнауды ұнатамыз»

Мақсаты:

педагогке доп лақтыру және оны қағып ала алады, саусақтарын айқара ашып тұрып алақанымен допты қағып ала алады Орнында тұрып ұзындыққа секіре алады

Күтілетін нәтиже: әртүрлі бағытта жеңіл әрі бір қарқында жүгіреді, орнында тұрып 35 см қашықтыққа ұзындыққа секірді

Ресурстар: доп.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

Аяқтарым, аяқтарым Алаңқайда, орманда Соқпақпен тез жүгірді. Шалшыққа келіп қалғанда, Жоғалтты бірақ етігін. Бір, екі, үш, төрт, бес, Залда ойнаймыз біз. Тізбекте бір-бірден жүру, шеңбермен жүгіру – қимыл бағытын сақтау, тізбектен шықпау. Залдың бір жағынан екінші жағына қарай сап түзеп жүру.

II. Негізгі кезең. Бір қатармен сапта жүру, бағытты сақтап шеңбер бойымен жүгіру, саптан шығып кетпеу. Залдың бір шетінен екінші шетіне бір қатарға тұрып саппен жүру. Ойын гимнастикасы: «Құламақ» Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау: Орнында тұрып өзеннен ұзындыққа секіру (ені 35 см матаның жолағы). Аяқтың итерілуін қолдың қимылымен сәйкестендіре білуді назарда ұстау.

Нұсқау беру – жартылай бүгілген аяқпен ақырындап секіріп түсу. 1 метр қашықтықта тұрған педагогтің лақтырған добын қағып алу және лақтыру. Допты қалай лақтыруды, қағып алуды, допты екі қолының саусақтарын айқара ашып қағып алу керектігін түсіндіреді.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Бос орын» – **Шарты:** шеңберлерді шеңбер бойымен қояды.
Нұсқау беру – өз үйін жылдам тауып алу.
III. Қорытынды кезең (рефлексия)
Ойын жаттығуы – «Менің бетім»

Миссия: Рәуф

3.12.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Ауылға сапар шегеміз»

Мақсаты: көлбеу тақтайда төрттағандап еңбектей алады, одан жеңіл түсе алады

Күтілетін нәтиже: көлбеу тақтайдан төрттағандап еңбектейді, 1 метр қашықтықта тұрған педагогтің қолына допты лақтырды

Ресурстар: тақтай.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

1. Саяжайға қонаққа шақырған әжейдің хатын көрсету.

2. **Негізгі кезең Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Саяжайға барамыз».

Балаларды екі топқа бөлу: пойыз және жолаушылар. **Нұсқау беру** – берілген белгі бойынша бір мезетте қозғалу. Ойын гимнастикасы Күркетауық аулада (қолдары белде, тізесін жоғары көтеріп жүреді), Маңғаз басып жүреді.

Негізгі қимылдарды орындау: 1 метр қашықтықта тұрған педагогтің лақтырған добын қағып алу және қайта лақтыру – допты саусақтары айқара ашылған алақанымен қағып алу. Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтайдан сырғанау.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Орныңды тап!» – зал ішімен жүгіру, көрпені басып кетпеу.

3. **Қорытынды кезең (рефлексия)**

Миссия: Рәуф

6.12.2021ж

Дене шынықтыру (таза ауада)-1

Тақырыбы: «Біздің сүйікті ойындарымыз»

Мақсаты: сапта бір қатармен жүре алады және жүгіре алады

Күтілетін нәтиже: ойындағы рөлдік әрекеттерге қатысады, тізбекке бір-бірден тұрады, бағытты сақтай отырып тізбекте бір-бірден жүрді

Ресурстар: доп.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

Педагог бір-бірден тізбекке тұруға көмектеседі. Тізбекте бір-бірден жүру, бағытты сақтау, қарқынды өзгерте отырып жүгіру. **Нұсқау** – тізбектен шықпау, алдында келе жатқан балалардан қалмау, жүгірген кезде қолын шынтағынан бұту.

Бір қатарға сапқа тұруға көмектеседі. Бағытты сақтап жүру, қарқынды өзгертіп жүгіру. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау.

Қимылдың негізгі түрлері: Қуыршақты, қонжықтық төбешіктен сырғанату. Құрсаудан-құрсауға секіру.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Торғайлар». **III. Қорытынды кезең (рефлексия)** «Достық» білекке арналған массажы.

*Мисерлері
Рәшит*

7.12.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Хайуанаттар бағы»

Мақсаты: дене бітімін тік ұстауды сақтай отырып, еденде жатқан кедергілерден аттап өте алады. Көлбеу тақтайда еңбектей алады.

Күтілетін нәтиже: педагогтің берген командасымен бір ырғақпен шапалақ соғуды орындайды, суретте көрсетілген аңдардың қимылдарын көрсетеді, аттап адымдағанда аяғын неғұрлым жоғары көтерді

Ресурстар: кедергілер. **Әдіс-тәсілдер:** 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні
ҰОҚ барысы:

Хайуанаттар бағына жануарлар қалай ойнайтынын көруді ұсынады. «Автомобильмен серуендеу», «Қатты-ақырын» ойын жаттығулары.

Тыныс алу гимнастикасы

Ойын жаттығуы: «Мәшинемен жүргенде», «Дыбыстап-дыбыссыз»

Қимылды ойын: «Көккүтан».

Шаршы: Жерде жатқан кедергілерді аттап өту (2 қатар, арақашықтығы – 25 см).

Ойын жаттығуы: «Тентек қонжықтар». 121 Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтайдан сырғанау

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қасқыр мен лақтар» – белгі берілгенде ғана жүгіру, қасқырдан алшақ тұру. Бөрте, бөрте, бөрте лақ, Бөрте лақ тым ерке-ақ. Кетесің кейде секеңдеп, Байламаса көкем кеп. III. Қорытынды кезең (рефлексия)

*Мисерлері
Рәшит*

10.12.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Хайуанаттар бағын мекендеушілер»

Мақсаты: алаңның бір жағынан екінші жағына жеңіл әрі бір қарқынмен жүгіре алады

Күтілетін нәтиже: алаңның бір жағынан екінші жағына жеңіл әрі бір қарқынмен жүгіреді.

Кедергілерді аттап өту кезінде нық тепе-теңдікті сақтайды

Ресурстар: доп. **Әдіс-тәсілдер:** 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

Хайуанаттар бағына серуендеуді жалғастырып, жаңа жануарлармен танысуды ұсынады.

Алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. «Зебралар» ойын-жаттығуы. 122 Нұсқау – барлығы бір уақытта қозғалуылары керек, қалып қалмау және озып кетпеу.

«Ақырын өт». Нұсқау – хайуанаттар бағына ешкім естімейтіндей етіп бару.

Доппен жалпы дамытатын жаттығулар

Алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Ойын жаттығуы: «Ала құландар» – алға шықпай, артта да қалып қоймай, бәрі бірдей бірге қозғалады. «Тыныштық сақтап өт» – хайуанаттар бағына ешкім естіп қалмайтындай тыныштық сақтап жүру.

Ойын гимнастикасы: «Маймылдар»

Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау:

Қимылды ойын: «Көккүтан» **Шарты:** еденде жатқан заттардың үстінен аттап өту – нық тепе-теңдік сақтау.

Ойын жаттығуы: «Тентек қонжықтар» Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтайшада еңбектеу.

Қимыл қозғалыс ойыны: «Жоғарырақ лақтыр» –

Шарты: еденге түскен допты көтеріп, қайтадан жоғарырақ лақтыру.

III. Қорытынды кезең (рефлексия) Мимикалық гимнастика: «Бет-әлпет» Айнаға қарап бір маймыл Бет-ауызын қисайтты. Оны көріп күлдім мен

*Мисериді
Рәшит*

13.12.2021ж

Дене шынықтыру (таза ауада)-1

Тақырыбы: «Менің шанам қуыршақты сырғанатады»

Мақсаты: шананы төбешіктен сырғаната алады. Достарымен бірігіп ойнай алады

Күтілетін нәтиже: шананы төбешіктен сырғанатады, іздер қалған жолда жүргенде тек ізді басып жүрді

Ресурстар: кедергілер.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

I. Балалармен сәлемдеседі, допты көрсетеді: Қолды шынтақтан жазу, допты екі жағынан қармап ұстау білігіне баса назар аударады. Екі тізбекке тұру.

II. Негізгі кезең. Қуыршақты (қоянды) шанамен сырғанату. Екі қатарға сапқа тұру.

Затсыз орындалатын ЖДЖ (№ 1 қосымша, № 2 кешен). Жаттығудың бірдей басталып, бір мезетте аяқталуына назар аударады.

Негізгі қимыл түрлері: Екі аяқпен алдыға секіру. Педагог жаттығудың қалай орындалатынын естеріне салады: бір мезгілде екі аяқтарымен бірдей екпінді түрде итерілу, қозғалған кезде қолын сермеу арқылы өзіне көмектесу

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Өз түсінді тап!» Еденге түрлі түсті шеңберлерді (қызыл, көк, жасыл) орналастырады. Шеңбердің орнын ауыстырып тұрады. **III. Қорытынды кезең** (рефлексия) Педагог қорытындылайды, балаларды мадақтайды.

*Мисериді
Рәшит*

14.12.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Құртақан мен ойнайық»

Мақсаты: құрсауға секіре алады

Күтілетін нәтиже: қолдарына бір зат ұстап бір қатармен жүреді, қолға арналған жаттығуларды орындайды, алақан мен тізені тіреп еңбектеді

Ресурстар: кедергілер.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

1. Құртақан ойыншығына және сиқырлы фонарик шамдарға назар аудартады. Тізбекте бір-бірден жүру, шеңбермен жүгіру, тапсырманы орындай отырып жүру - фонарьларды жоғары, екі жаққа.

2. Негізгі кезең.

Бір қатармен жүру, шеңбер бойымен жүгіру, фонариктерді қолға ұстап, жаттығу орындау – фонарикті ұстап жоғары көтеру, екі жағына қолдарын созу. Шеңбер бойымен тұрып шариктермен жалпы дамыту жаттығуларын орындау.

Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау: Жерде жатқан шеңберге секіру – екі аяқпен бар күшімен итерілу. Алаңның бір жағынан қарсы жағына жүгіру – бір қатармен залдың қарсы жағына жүгіріп өту, сылдырмақты қолына алу, ойнау. Нұсқау – бәрі бір қатармен бір уақытта жүгіреді, қалып қоймайды, алға да шығып кетпейді. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Шеңбер арқылы сылдырмаққа»

– мәреден 3 метр қашықтықта шеңберлі баған тұрады, олардан кейін 2 метр қашықтықта модуль үстінде сылдырмақтар жатады.

3. Қорытынды кезең (рефлексия) Ойын жаттығуы: «Шапалақ»

*Миссериді
Рәшит*

20.12.2021ж

. Дене шынықтыру (таза ауада)

Тақырыбы: «Біз шананы сүйрейміз»

Мақсаты: шанамен сырғанай алады, сапта жеңіл және бір қарқынмен жүгіре алады

Күтілетін нәтиже: шанамен сырғанау кезінде қауіпсіздік ережелерін сақтады

Ресурстар: доп. **Әдіс-тәсілдер:** 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

I. Қазір текшелерге соғып кетпей, оларды айналып жүреміз». Шеңбер бойымен жүру және жүгіру. Жүргізу мен жүгіртуді кезегімен алмастырып отыру. Текшелерді айналып тұрғызу. Сапқа тұруға көмектесу. Бір қатармен сапқа тұрғызу. Балаларды шеңбер бойымен жүргізу, алаң ортасына келгенде жүгірту, одан кейін қайтадан жүргізу.

II. **Негізгі кезең.** Шананы бірде оң қолмен, бірде сол қолмен кезек-кезек сүйреу; онымен ойыншықты таси отырып, екі қолмен. Шананың артынан жүріп, оны алға қарай итеру. Бір-бірін сүйреу. (екі бала бір бала отырған шананы сүйрейді).

Қимылды ойын: «Кім жылдам» – **Шарты:** балалар өз шаналарын айналып келеді, кім жылдам. «Үштікпен шаналар жарысы» – біреуі сүйрейді, екіншісі отырады, үшіншісі артынан итереді. «Шанаға!» – шанаға қарағанда ойыншылардың біреуі артық. «Шанаға!» деген белгі бойынша балалар жүгіріп барып шаналарға отырады. Кешігіп қалғаны шанасыз қалады. (3 рет).

Ойын шартын түсіндіреді.

«Үлкен болып өс» тыныс алу гимнастикасы.

III. **Қорытынды кезең (рефлексия)** Педагог ҰОҚ-ны қорытындылау

*Миссериді
Рәшит*

21.12.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Түрлі түсті жалаулар»

Мақсаты: сапта бір қатарда жүре алады, сапта барлығы бірге нақты және бір қарқында музыка ырғағымен маршпен жүре алады

Күтілетін нәтиже: Тізелерін биігірек көтеріп және епті қозғалыспен аяқтарын түсірді

Ресурстар: доп. **Әдіс-тәсілдер:** 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

I. **Қимыл қозғалыс ойын :** «Сықырлы сандықты тап!». **Шарты:** Сандық ішінен жалаушалар табады. Жалаушалармен ойнауға ұсыныс жасайды. Музыкалық-ырғақты қимылдар (музыкамен марш). Марш музыкасы бойынша нық әрі ырғақты қадам жасауға, қадамының синхронды болуына баса назар аударады. Қолдарына жалауша ұстап, тізбекте бір-бірден жүру, қолға арналған тапсырмамен, – жалаушаны жоғары, екі жаққа.

II. **Негізгі кезең.** Музыкалы-ырғақты қимылдар. (Музыкалы марш орындау). Музыка ойнаған сәтте нақты және бір қарқынмен адымдауға, қадамдарын бірдей басуына назар аударады. Бір қатармен қолға арналған жаттығулар жасап жүру – жалаушаны жоғары көтеру, жалауша ұстаған қолын екі жағына созу. Екі қатарға тұрып жалаушалармен ЖДЖ орындау. Шынтағын бүкпей жүруге назар аударады. Негізгі қимылдарды орындау: Қолдарын екі жаққа созып, еденде жатқан баспалдақтың рейкаларынан аттап өту – тізелерін жоғары көтеріп, аяғының ұшымен нық басып қою. Тепе-теңдікті сақтауға назар аударады.

Қимыл-қозғалыс ойыны:

«Жоғарырақ лақтыр».

Нұсқау беру – допты қағып ала алатындай биіктікке лақтыру. Егер доп домалап кетсе, допты ойыншының қолына беру

III.Қорытынды кезең (рефлексия) Ойын ұйымдастырады: «Жұбыңды тап!».

24.12.2021ж

*Мисериді
Рәуф*

. Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Бір-екі, бір-екі, біз жасаймыз аққала!»

Мақсаты: допты биікке лақтырып, саусақтары айқара ашылған алақанымен қағып ала алады. Сәкіден секіріп түскенде тепе-теңдікті сақтай алады

Күтілетін нәтиже: тепе-теңдікті сақтайды, сәкілер арасында жүреді, педагогтің берген белгісімен сәкідегі өз орнын шапшаң табады, допты лақтырып-қақты

Ресурстар: доп. **Әдіс-тәсілдер:** 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

I. «Бір қол, екі қол – Аққала біз жасаймыз! Үш-төрт, үш-төрт – Аузын сызып береміз. 129 Сәбіз тауып мұрнына, Көмірден көз жасаймыз. Телпегін де кигізіп, Көңілін көтереміз. Аққала жанданып, балаларға қарайды.

II. Негізгі кезең.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Орнынды тап!» (Залды бойлай биіктігі 15 см сәкілер қойылады). Сәкілер арасынан жүру, зал ішінде аяғының ұшымен жүгіру. Ұстап алушының рөлін орындайды. Сәкіде тұрып

ЖДЖ жасау – статистикалық тепе-теңдікті сақтау. Негізгі қимылдарды орындау: 15 см биіктіктен тереңдікке секіру. Сәкінің үстінен итерілгенде табанын бүгу. Сәкіден секіріп түскенде тепе-теңдікті сақтауға, басын ұстай білуге, денесін тік ұстап, алға қарауына назар аудару. Допты жоғарыға лақтыру және қағып алу – допты дұрыс қағып ала білу: саусақтары айқара ашылған алақанымен қағып алу.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Өткеншек».

Балаларға екі шеті түйілген таспаны алдымен оң қолымен, сосын сол қолымен ұстауға көмектеседі. Әрең, әрең, әрең Өткеншектер айналды. Содан кейін бәрі Жылдам, жылдам Шыркөбелек айналды. Ақырын, ақырын, асықпашы Өткеншегім тоқташы. 1-2, 1-2, міне, осымен Ойын бітті.

III. Қорытынды кезең (рефлексия) Жаттығу: «Ұлпа қар және ұшқыр жел»

27.12.2021ж

*Мисериді
Рәуф*

. Дене шынықтыру

Тақырыбы:

«Жарық шашқан шамдар»

Мақсаты: 1,5 метр қашықтықта тұрған педагогке доп лақтыра алады және одан допты саусақтарын айқара ашқан алақанмен қағып ала алады

Күтілетін нәтиже: қолдарына бір зат ұстап бір қатармен жүреді қолға арналған жаттығуларды орындайды, қозғалыс бағытын сақтайды, допты лақтырады, көлбеу тақтайға шығады және түседі

Ресурстар: доптар мен секіргіштер.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау,

саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

I. Құртақан әкелген фонариктер бар қорапшаға назар аудару. Тізбекте бір-бірден жүру, шеңбермен жүгіру, тапсырманы орындай отырып жүру: фонариктерді жоғары, екі жаққа. Нұсқау – қолды шынтақтан жазу, денені тік ұстау. **II. Негізгі кезең.**

Бір қатармен жүру, шеңбер бойымен жүгіру, фонариктерді қолға ұстап, жаттығу орындау – фонарикті ұстап жоғары көтеру, екі жағына қолдарын созу, алға қарай шынтақты бүкпей қолды созу, денені тік ұстау. Шеңбер бойымен тұрып шариктермен

ЖДЖ орындау. Негізгі қимылдарды орындау: 1,5 метр қашықтықта тұрған педагогтің лақтырған добын қағып алу және қайта лақтыру – допты саусақтары айқара ашылған алақанымен ұстау. Еденде жатқан жазық шеңберге секіру.

Екі аяғымен бір мезетте итеріліп, жайлап аяқтарының ұшымен секіріп түсуге көңіл

аудару. **Қимыл-қозғалыс ойыны: «Жоғары-төмен».** Көлбеу тақташаларды

қатарластырып қояды. Нұсқау: бос жермен өту – бір-бірін итермеу. **III. Қорытынды кезең (рефлексия)** Тізені жоғары көтеріп жүру:

*Масериді
Рәуф*

28.12.2021ж

Дене шынықтыру (таза ауда)

Тақырыбы: «Қоянның сыйлығы»

Мақсаты: қарды бірде оң қолмен, бірде сол қолмен лақтыра алады, . Кедергілер үстінен секіре алады

Күтілетін нәтиже: : бір қатармен сапқа тұрады, шеңбер бойымен тұрады, бағытын өзгертеді, жіптен секіргенде бар күшімен итеріледі

Ресурстар: доптар мен секіргіштер.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау,

саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

I.. Балалармен сәлемдеседі. Балалардың назарын залдың ортасында тұрған үлкен ойыншық қоянға аударады. Оның жанында арқан және бірнеше доп жатады. Педагог: «Қоян сендермен ойын ойнағысы келіп, спорт құралдарын дайындап қойды».

II. Негізгі кезең. Нұсқаушының берген белгісіне тоқтап бір қатармен жүргізу және жүгірту. Балалардың назарын белгі берілгенде қозғалысты тоқтату керектігіне аудартады.

ЖДЖ орындалады

(№1 қосымша,

№ 3 кешен).

Негізгі қимыл түрлері: Қарды қолмен тік тұрғызылған шанаға лақтыру. Балалардың назарын қажетті бастапқы қалыпты қабылдауға аудару. Оң және сол қолдарға арналған жаттығуларды кезек-кезек орындайды. (әр қолмен 3 реттен лақтыру).

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Пойыз». **Тақпақты оқиды:** Міне, пойыз келеді, Дөңгелегі тарсылдап. Бұл пойызда отыр Балалар біздің. Чу-чу, чу- чу –чу-чу, Паровоз жүреді. Балаларды әкетеді, Алысқа, алысқа. Міне, аялдама, Кім түседі? Тұрыңдар, балалар, Серуенге шығыңдар. Тақтамен жүреді, қолдары белдерінде. Денелерін тік ұстайды.

III. Қорытынды кезең (рефлексия) Массаж: «Үй саламыз»

*Мисерлигі
Рәшит*

31.12.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Аязатаның сыйлықтары»

Мақсаты: бөренеден еңбектеп өте алады, педагогке доп лақтыра алады, қолды доп лақтырғаннан кейін түзу ұстай алады

Күтілетін нәтиже: бір-бірінің қолынан ұстап шеңбер бойымен жүреді педагогке допты лақтырады, 1,5 метр қашықтықтан допты қағып алады, өзіне-өзі массаж жасайды

Ресурстар: доптар мен секіргіштер.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау,

саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

I. Аязатаның сыйлығы – көрпелерге назар аудартады. Ойын ойнауды ұсынады.

II. Негізгі кезең.

Ойын жаттығуы: «Мәшинемен жол жүру». Автокөлік колоннасында бастаушының рөлін ойнайды. «Шеңбер бойымен біркелкі жүру» Балалармен шеңбер бойымен жүріп, тақпақ оқиды. Бәріміз бірдей боп, Ереміз бір-біріміздің соңынан, Адымдаймыз бірдей. Орнында енді тоқта! Бәріміз дос болып Осылай жасайық. **Негізгі қимылдарды орындау:** «Допты қағып ал». 1,5 метр қашықтықта тұрған педагогтің лақтырған добын қағып алу және қайта лақтыру. Доптылақтырғаннан кейін шынтақты жазып, қолды созу, допты саусақтарын айқара ашып алақанымен қағып алу. «Маған қарай еңбекте!» Бөренеден еңбектеп өту – қол мен аяқ қимылының үйлесімділігі.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Орнынды тап!» – жылдам өз көрпесін табу, бір-бірін итермеу.

III. Қорытынды кезең (рефлексия) Өз-өзіне массаж жасау: «Соқ-соқ!»

*Мисерлигі
Рәшит*

10.01.2022ж

Дене шынықтыру (таза ауада)

Тақырыбы: «Бір, екі, үш, бізбен бірге қайтала!»

Мақсаты: шеңбер бойымен жүру және жүгіре алады. Бірде оң қолмен, бірде сол қолмен кезек-кезек лақтыра алады

Күтілетін нәтиже: шеңбер бойымен және шашыла жүреді, бірде оң қолмен, бірде сол қолмен кезек-кезек лақтырады, шананы сүйретіп, төбеге шықты.

Ресурстар: доптар

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау.

ҰОҚ барысы:

I. Доптарға назар аудартады.

Жұмбақ жасырады: Доптардың арасымен шеңбер бойымен жүргізу, жүгірту. Балалар жүріп және жүгіріп болған соң, алдын ала әкеліп қойылған доптардың қасына барып тұрады. **II. Негізгі кезең.** Шеңбер бойымен тұрып, затсыз ЖДЖ орындау (№1 қосымша, №2 кешен). **Қимылдың негізгі түрлері:** Шанамен сырғанау (төбешікке шананы сүйреп шығу, шанаға отырып сырғанап түсу). (2-4 рет, жаппай сырғанау). Қарды алысқа бірде оң қолмен, бірде сол қолмен кезек-кезек лақтыру. Балалардың назарын қажетті бастапқы қалыпты қабылдауға аударды. Оң және сол қолға арналған жаттығуларды кезек-кезек орындайды (әр қолмен 3 реттен лақтыру). Ойын: «Шеңберге шапшаң тұр». Міндеті: кеңістікте бағдарын айқындау, шеңбер бойымен жүгіруге жаттығу.

3. Рефлексия. Шеңберге тұрып, қол ұстасу және бір-біріне қарап жымию. Балаларды мадақтау. **III.Қорытынды кезең** (рефлексия) Шеңберге тұрып, қол ұстасу және бір-біріне қарап жымию. Балаларды мадақтау.

Мисериди Рәшит

11.01.2022ж

. Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Мұзы қатқан айдынды, Жаңа жауған қар басты»

Мақсаты: сәкіден секіргенде табанын жазып, жартылай бүгілген аяқтарымен секіріп түсе алады

Күтілетін нәтиже: аяққа арналған гимнастиканы қайталайды, тереңдікке секіреді, ойын әрекеттеріне қатысты.

Ресурстар: кедергілер

Әдіс-тәсілдер:4К моделі,бақылау,саралау.

ҰОҚ барысы:

I.Оппа қарды құрастырады. Тыныс алу гимнастикасы: «Оппа қар». Ойын жаттығуы: «Шеңбер». Музыка ырғағымен алмастыра отырып жүргізу және жүгірту. Аяққа арналған гимнастика: «Жұқалтаң мұзда жүргендей»

II.Негізгі кезең. Заттарсыз жалпы дамытатын жаттығулар (№1 қосымша,№3 кешен).

Негізгі қимылдарды орындау: Залдың периметрімен қойылған биіктігі 15 см сәкіден тереңдікке секіру. – сәкіден итерілгенде табанының бүгілмеуіне, жартылай бүгілген аяқтарымен секіріп түсуіне назар аударады. Биіктігі 40 см үш доғаның астынан ретімен,төрттағандап еңбектеп өту. 136 Залдың периметрімен 6 доға (3 данадан 2 қатар) қойылады – барлық доғалардан еңбектеп өту, бірі-біріне кедергі келтірмеу.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Кетті, кетті орамал». Ұстап алушының рөлін ойнайды.

III. Қорытынды кезең (рефлексия) Ойын жаттығуы: «Бір ізбен жүріп көр». Педагог қорытындылайды, балаларды мадақтайды.

14.01.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Үлкен болып өсеміз»

Мақсаты: шеңбер құрып тұра алады, сапқа тұру кезінде өз орнын шапшаң таба алады

Күтілетін нәтиже: шеңбер бойымен тұрады, алақаны мен тізесін тіреп еңбектейді, сапқа тұрғанда өз орнын тапты.

Ресурстар: доптар

Әдіс-тәсілдер:4К моделі,бақылау,саралау.

ҰОҚ барысы:

I. Кішкентай солдаттар болуды ұсынады.

Бір-екі-үш, бұрыл, Солдатқа сен айнал. Қолды бірге көтереміз, Орнымызда адымдаймыз. Отырамыз, тұрамыз, Ешқашанда шаршамаймыз. Командирдің рөлін орындайды.

II. Негізгі кезең. Доппен жалпы дамытатын жаттығу (№1 қосымша,№24 кешен).

Музыкалы-ырғақты қимылдар. (Музыкамен марш орындау). Музыка ойнаған сәтте нақты және бір қарқынмен адымдауға, қадамдарын бірдей басуына назар аударады, музыканың әр бөлімінің басталуы мен аяқталуын көрсетіп отыру.

Ойын жаттығуы:

Шеңбер» – шеңбер әдемі әрі біркелкі болуы тиіс.

Ойын жаттығуы: «Көпір» және «Нысанаға дөп тигіз». Қимылдарды орындау реті:

1 –«Көпірден», көлбеу тақтайдан еңбектеп өту, 2 – пластмасса шариктерді тігінен тұрған модульге лақтырып тигізу – шеңбер (нысана ортасының биіктігі 1,2 метр, лақтыру сызығынан қашықтық – 1,5 метр). Еске салады: шарикті лақтырмай тұрып, нысанаға қарап, көздеп, сосын барып лақтыру керек. **III.Қорытынды кезең (рефлексия)**

Қолымызды соғамыз: шап-шап-шапалақ (3 рет)

Аяқпен тарсылдатамыз: топ(3 рет)

Басты айналдырамыз (3 рет)

Кеудемізді соғамыз.

Миссериді Рәуф

17.01.2022ж

Дене шынықтыру (таза ауада)-1

Тақырыбы: «Серуендеуге барайық, тышқанға іздеу салайық»

Мақсаты: аласа төбешіктен сырғанауышпен сырғанай алады, көлденең жолмен жүгіріп барып сырғанай алады

Күтілетін нәтиже: аласа төбешіктен сырғанауышпен сырғанайды, , жүргенде дене бітімін тік ұстады.

Ресурстар: доптар

Әдіс-тәсілдер:4К моделі,бақылау,саралау.

ҰОҚ барысы:

I. Балалармен сәлемдеседі. Ойыншыққа назар аудартады. Микки сөйлейді: «Микки бізге қонаққа келді, сендердің не істей алатындарыңды көреді. Ал сендер не істей аласыңдар? Кәнеки, не білетіндерімізді көрсетейік». Бір қатармен жүргізу және жүгірту.

Бим-бом, бим-бом, Бақшаға біз барамыз, Жолмен жүріп біз Аяқты шынықтырамыз.

Жүргізу. Жылдам, жылдам жүгіріп Асығамыз бақшаға. Жылдам барып топқа Балаларды көрейік. Жүгірту. Екі тізбек болып қайта сапқа тұрады.

II. Негізгі кезең. Жалпы дамыту жаттығуларын орындайды

Қимылдың негізгі түрлері: Сырғанауышқа отырып, аласа төбешіктен сырғанау.

Төбешіктен қауіпсіз түсуге назар аударады. Жүгіріп барып көлденең жолмен сырғанау.

Сырғанау кезінде денесін, қолын, аяғын дұрыс ұстауға назарларын аудару, жүгіріп және итеріліп барып сырғанау кезінде тепе-теңдікті сақтау қабілетін сақтау.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Тышқан қайда жасырынды?»

III.Қорытынды кезең (рефлексия) Өз білетіндерін Микки тышқанға көрсетуге ұсынады.

Микки тышқанның атынан балаларға спорттық жаттығуларды үйреткені үшін алғыс білдіреді. Балаларға әрдайым осындай епті және тату болуды тілейді.

Миссериді Рәуф

18.01.2022ж

Денешынықтыру

Тақырыбы: «Ойыншықтар»

Мақсаты: еденге тігінен орналасқан құрсау арқылы еңбектеп өте алады

Күтілетін нәтиже: допты қолда ұстап жүреді және жүгіреді, алақан мен тізені тіреп төрттағандап еңбектейді, допты лақтырып қағып алды.

Ресурстар: доптар

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау.

ҰОҚ барысы:

I. Аяқты тыпырлатамыз,

Топ-топ-топ! Алақанды соғамыз, Шап-шап-шапалақ -шап-шап-шапалақ -шап-шап-шапалақ ! Басымызды шайқаймыз, Және айналдырамыз. Қолды да көтереміз, Төмен қарай түсіреміз. Қолымызды ұсынып Ойын қазір бастаймыз.

Қимылды ойын: «Түрлі түсті доптар» – допты алады, допқа түстес (жасыл доп – жасыл шеңбер, т.б.) құрсаудың жанына барып тұрады. Ойын ережесін түсіндіреді. **II. Негізгі кезең.** Шеңбер бойымен тұрып доппен ЖДЖ орындау:

Дене бітімінің тік болуына назар аударады.

Негізгі қимылдарды орындау:

Допты жоғары лақтырып, қағып алу. Допты дұрыс қағып алуға – кеудесіне басай, саусақтары айқара ашылған алақанымен қағып алуына назар аудару. Еденге тігінен орналасқан құрсаудан еңбектеп өту – Құрсауы бар бағандар залдың ортасында тұрады, мәре және сөре сызықтары белгіленеді.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Ойыншықтар». Ойыншықтарға жіп жолмен баруды, ойыншықты тандап алуды, кері қарай жүгіруді ұсынады.

III. Қорытынды кезең (рефлексия) Ойыншықтармен ойнауға ұсыныс жасайды

*Миссия
Робот*

21.01.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қысқы орманға біз келдік»

Мақсаты: Еденге тігінен қойылған құрсаудан еңбектеп өте алады, гимнастикалық сәкіде жүре алады, тепе-теңдікті сақтай алады, дене бітімін тік ұстай алады

Күтілетін нәтиже: бір қатар болып, екі қатар болып сапқа тұрады, негізгі қимылдарды ретімен орындайды, еденге тіктеп қойылған шеңберден еңбектегенде топтасты

Ресурстар: доптар

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау.

ҰОҚ барысы:

I. Қыстың күні қояндар мен қонжықтар не істейтінін көруді ұсынады. Көзге арналған гимнастика Қысқы орманға келдік біз,

Ғажайып күйге бөлендік.

Оң жақта қайың тон киген,

Сол жақтан шырша қарайды.

Аспаннан жауған ұлпа қар,

Жерге айналып түсуде.

Жарқырап-жайнап ұлпа қар

Алақанға қонды айналып.

Бір қатармен сапта жүргізу, жүгірту. Тізені жоғары көтеріп жүргізу.

Допты жоғарыға көтеріп, алға қарай ұстап жүргізу.

II. Негізгі кезең. Екі қатар болып сапқа тұрып, доппен ЖДЖ орындау. Дене бітімін тік ұстауға назар аударады.

Негізгі қимылдарды орындау: I. Гимнастикалық сәкі үстінде жүргізу.

2. Еденге тігінен қойылған құрсаудан еңбектеп өту. 2 сәкі және шеңбері бар 2 баған бір-біріне қарама-қарсы бағытта қатарластырып қойылады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Аяқтар» Аяқтарым адымдайды, топ, топ, топ! Соқпақпен тез, топ, топ, топ! Ал, кәнеки, көңілдірек, топ, топ, топ! Біз осылай жүреміз, топ, топ, топ! Етіктерім жүреді, топ, топ, топ! Аяқтарменадымдап, топ, топ, топ! Еске салады: қатарлар бір-біріне соқтығыспау керек.

III.Қорытынды кезең (рефлексия) Тыныс алу гимнастикасы: «Қонжықтар ұйықтайды апанда».

*Мисерисе
Рзык*

24.01.2022ж

Дене шынықтыру (таза ауада)

Тақырыбы: «Аяқ күшін нығайтамыз»

Мақсаты: Төбешіктен шанамен сырғанап түсе алады, қар үйіндісінің үстімен дене мүсінін тік ұстап жүре алады

Күтілетін нәтиже: қатарға тұрғанда өз орнын жылдам табады, қар үйіндісімен жүргенде тепе-теңдікті сақтады

Ресурстар: доптар

Әдіс-тәсілдер:4К моделі,бақылау,саралау.

ҰОҚ барысы:

I.. Педагог: «Денсаулығымыз мықты болу үшін аяғымыздың күшін нығайтамыз, кәне, аяғымызды сипалайық. Аяқтың күшін нығайтып, жолға шығамыз». Тізбекте бір-бірден жүру және жүгіру. Бір жаттығудан екіншісіне ауысуға дабылды соғу жиілігі белгі береді. Жүру мен жүгіруді алмастырады. Педагог бір жаттығудан екіншісіне ауысуға пәрмен және белгі береді

II.Негізгі кезең.

Сылдырмақтармен ЖДЖ орындау. Қимылдың негізгі түрлері. Қар үйіндісінің үстімен жүру (тепе-теңдік сақтау). Қолды екі жаққа ұстау (жоғары, басының артына). Балалар қар үйіндісіне тұрады, жүреді, секіреді, екі аяғына жеңіл түседі. (4 -5 рет). 2.Төбешіктен шанамен бір-бірден сырғанау. Балалардың назарын шананың ортасына отыруға, сырғанап түскенде аяқтың шана табанында болуына аударады. Шана толық тоқтағанша орнынан тұрмау. «Қарға менен ит»ойыны.

III. Қорытынды кезең (рефлексия) Жаттығу:«Ұлпа қар мен ұшқыр жел».

*Мисерисе
Рзык*

25.01.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Біз кішкентай шабандоздармыз»

Мақсаты: Тіректің биіктетілген алаңында жүргенде нық тепе-теңдікті сақтай алады және дене бітімін тік ұстай алады

Күтілетін нәтиже: шабандоз жігіттер кім екенін түсінеді, ойынға сәйкес адымдар жасайды, нық тепе-теңдік сақтайды, негізгі қимылдарды топқа бөлініп орындайды

Ресурстар: бөлме гүлдері

Әдіс-тәсілдер:4К моделі,бақылау,саралау.

ҰОҚ барысы:

I.. Жігіт болып бәйгеге қатысуға шақырады. Тізбекте бір-бірден жүру, тізбекте жүгіру, тізені жоғары көтеріп жүру. «Үлкен және кішкентай аяқтар» ойын жаттығуы 143 «Үлкен және кішкентай аяқтар» ойын жаттығуы

II. Негізгі кезең. Ойын гимнастикасы

Топқа бөлініп, негізгі қимылдарды орындау:

1-қатар: Гимнастикалық сәкімен жүру

2-қатар: Көлбеу тақтайға мініп-түсу

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Бәйге» Мәреден сөреге дейін қашықтықты 4 метр деп белгілейді. «Достық» білекке арналған массаж.

III. Қорытынды кезең (рефлексия) Балаларды мақтайды

28.01.2022ж

Дене шынықтыру

«Қонаққа құртақан келді.»

Мақсаты: «Шарик» саусақ гимнастикасын қолдана отырып, дене жаттығуларын орындай алады

Күтілетін нәтиже: көлбеу баспалдақпен сүйем қадам жасап жүреді, 20 см биіктіктен тереңдікке секірді

Пжж ойын: «Қар қайда кетті?»

ҰОҚ барысы:

I. «Құртақан» ойыншыққа назар аудартады.

II. Негізгі кезең. Ойын жаттығуы: «Алыптар мен Құртақандар» – қимылдар берілген команда мен алыптың бейнесімен сәйкес орындалады, алыптар қолдарын көтеріп, адымдарды кең ашып жүреді, Құртақандар жартылай отырып жүреді.

2 қатарға тұрып ЖДЖ орындау. Топқа бөлініп негізгі қимылдарды орындау:

1-қатар: 20 см биіктіктен тереңдікке секіру

2-қатар: Көлбеу баспалдақпен жүру

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Шеңбермен бірдей жүру».

III. Қорытынды кезең (рефлексия) Саусақтарға арналған жаттығу: «Шар»

*Мисериді
Р.Бек*

31.01.2022ж

Дене шынықтыру (таза ауада)-1

Тақырыбы: «Балақайға тосынсый»

Мақсаты: саптан шығып кетпей бағытты өзгерте отырып, жүгіре алады.

Күтілетін нәтиже: аяқтың ұшымен жүреді, тереңдікке секіргенде жігерлене итеріледі, жолмен жүргенде бағытты және тепе-теңдікті сақтады.

Ресурстар: секіргіш

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау.

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: : Допты бір-біріне бастан асыра беру (алға-артқа), шалқасынан жатып, екі аяғын бірге көтеру, түсіру, велосипед теуіп келе жатқандай аяқтарын қимылдату

Негізгі бөлім

1. : Көлденең нысанаға, алысқа лақтыру

2. тура нысанға оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп лақтыру

Қорытынды: тыныс алу жаттығуларын жасату

*Мисериді
Р.Бек*

*Мисериді
Рәшит*

1.02.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Тиін балаларға қонаққа келді»

Мақсаты: тепе-теңдікті сақтай отырып тікелей созылып жатқан жіптің үстімен жүре алады. Шектеулі алаң үстінде алақан мен табанын тіреп, төрттағандап еңбектей алады

Күтілетін нәтиже: тиіннің қимыл ерекшеліктерін, жаңғақты ұстап жүріп әртүрлі тапсырмаларды орындайды. допты қолдан-қолға берді

Ресурстар: секіргіш

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау.

ҰОҚ барысы:

1. Тиін балаларды қарсы алады.

2. Жаңғақтарды қолға ұстап бір қатармен сапта жүру. Нұсқауларды орындай білуге, шынтағын бүкпей, қолын созып жүруге назар аударады. Шеңбер бойымен тұрып жаңғақтармен ЖДЖ орындау. Шынтақтарын бүкпей қолдарын созуына көңіл аударады. Жаңғақтарды жинап тиінге беруді ұсынады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Допты шеңбер бойымен» – допты бір-бірінің қолына ұстату.

*Мисериді
Рәшит*

4.02.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Біз саяхаттап жүрміз»

Мақсаты: иректеліп қойылған жіп үстінде жүре алады, динамикалық тепе-теңдікті сақтай алады, дене бітімін тік ұстай алады

Күтілетін нәтиже: тепе-теңдікті сақтайды, қолды созып, допты жігерлене лақтырды

Ресурстар: кубик, ойыншықтар, пішіндер

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау.

ҰОҚ барысы:

1. Суреттерге қарап, саяхат жасауды ұсынады.

2. Ойын жаттығуы: «Пойыз». Бір тізбекке тұрып, пойыз болып жүреді.

Негізгі жаттығуларды орындау:

Имектелген жолмен (имектеліп қойған жіп) алаңның қарсы жағына өтуге ұсыныс жасайды.

Допты кеуде тұсынан екі қолмен лақтыру. Қолды жылдам созып жіберуге назар аудартады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Көпірден еңбектеп өт».

Рефлексия.

7.02.2022ж

*Миссериді
Р.Бек*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Секіргіш қоянға қонаққа барамыз»

Мақсаты: спорттық жаттығуларды қолдана отырып, дене жаттығуларын орындай алады. Қар үйіндісінің үстімен дұрыс жүре алады

Күтілетін нәтиже: педагогтың берген белгісімен қолға арналған жаттығуларды орындайды, шашыла жүреді, жүгіреді.

Ресурстар: доптар..

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

I.. . Ойыншық Қоянды көрсетеді.

Ұзын құлақ сұр қоян,

Естіп қалып сыбдырды.

Ойлы-қырлы жерлермен,

Ытқып-ытқып секірді.

Қарап еді артына,

Қиығын салып көзінің.

Келе жатқан томпаңдап,

Көжегі екен өзінің.

«Бүгін бізде қонақта – секіргіш Қоян. Онымен сәлемдесіндер. Қоян сендерді биікке әрі жеңіл секіруге үйретеді.

Шашырап жүру және жүгіру. Жүру мен жүгіру алмастырылады. Қолдарын түрлі қалыпта ұстап жүру.

Жаттығуларды келісілген түрде, жалпы барлығы бір қарқында орындауларын қадағалау.

Топпен екі тізбекке қайта тұру.

II. Негізгі кезең.

Шашыла жүргізу және жүгірту.

Жүргізу мен жүгірту алмастырылып отырады.

Қолымен әртүрлі жаттығу жасап жүру.

Жаттығуларды бәрі бір қарқынмен, келісіп жасауларын бақылайды.

Екі қатарға топқа бөлінеді.

1.Қар үйіндісімен жүру. (тепе-теңдікті сақтау), қолдарын екі жақта ұстайды (жоғары, басының артында). Балалар қар үйіндісіне шығып тұрады, жүреді, сосын екі аяғына жеңіл секіріп түседі (4 -5 рет).

2.Бір-бірін шанамен сырғанатады. Балалар үш-үштен бөлінеді және шаналарды алады. Біреуі шанаға отырады, екеуі оны сүйрейді. 2 минуттан кейін шанаға басқа бала отырады т.т. балалар заттардың айналып өтеді, шаңғы таяқшаларынан жасалған 2-3 қақпаның арасынан өтеді.

«Әткеншек» қимыл-қозғалыс ойыны(3 рет).

Қоянмен бірге әткеншекте айналуды ұсынады.

Педагог балалардың санына қарай түрлі түсті таспалар байланған құрсауды ұстап тұрады.

Балалар таспаның ұштарын ұстайды және педагогтің «Әткеншек айналды!» деген белгісі

бойынша бір бағытта сырғанауды бастайды, «Тоқта! деген белгі бойынша тоқтайды. Содан кейін басқа бағытта қимылды бастайды.

III.Қорытынды кезең (рефлексия)

Саусақ гимнастикасы: «Қоян»

Қоян келді секіріп.

Биік терек түбіне,

Екінші терек түбінде

8.02.2022ж

*Мисерис
Рәуф*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Сиқырлы дорба»

Мақсаты: допты төмен қарай лақтыра алады және екі қолмен ұстап ала алады

Күтілетін нәтиже: допты секіріп түскеннен кейін оны екі қолмен қағып алады

Ресурстар: секіргіштер..

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

I..

Ойын жаттығуы: «Сиқырлы дорба».

Қолға допты ұстап, жүру, жүгіру, допты түрлі қалыпта ұстап аяқтың ұшымен жүру – жоғары, алға. Педагог балалардың назарын қимыл кезінде допты түсірмеуге, жеңіл, ырғақты қозғау біліктеріне аударады.

II.Негізгі кезең.

Допты қолға ұстап жүргізу, жүгірту, допты жоғары көтеріп, алға ұстап аяқтың ұшымен жүру.

Балалардың допты түсіріп алмауына, жеңіл әрі бір қарқынмен қозғалуына көңіл аударады. Доппен ЖДЖ орындау

– шынтақты бүкпей қолды созу.

Ойын түрінде негізгі қимылдарды орындау:

Допты еденге лақтырып, екі қолмен қағып алу– төмен қарай лақтырған допты екі жағынан ұстап алу жеңілдеу.

Заттың (текшенің) үстінен екі аяқпен секіріп өту.

Еденнен екі аяқпен бір мезетте итерілуіне назар аударады.

Нұсқау беру – аяқтарын жартылай бүгіп, аяғының ұшымен секіріп түсу.

Қимыл-қозғалыс ойыны:

«Асықты беріп жіберші» – асықты келесі ойыншының қолына дәлме-дәл беру

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

Ұйымдастырылған оқу әрекетінің нәтижесін талдайды. Педагог қорытындылайды, балаларды мадақтайды.

11.02.2022ж

Мисериді
Рәшит

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Әжемнің сыйлықтары»

Мақсаты: гимнастикалық орындықтан аттап өте алады

Күтілетін нәтиже: гимнастикалық сәкіден өтеді, допты түсіне қарай салады.

Ресурстар: доптар..

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

I.. Әжеміз беріп жіберген дорбаға назар аударамыз.

Сәлем, алтын күн!

Сәлем, ашық аспан!

Сәлем менің достарым

Сендерді көріп қуандым.

«Түрлі түстер доптар» ойын жаттығуы.

Нұсқау беру – допты алу, онымен тиісті құрсаудың жанына барып тұру (жасыл доп жасыл

құрсауда т.б.).

Педагог балалардың жеңіл, ырғақты қозғалу біліктеріне назар аударады.

II. Негізгі кезең.

Ойын жаттығуы:

«Түрлі түсті доптар» – допты алып, оған түстес шеңбердің жанына барып тұрады (жасыл доп-жасыл шеңбер, т.б.).

Балалардың жеңіл, бір қарқынмен қозғалуына көңіл аудару.

Доппен ЖДЖ орындау – шынтақты бүкпей қолды созу.

Қимылдың негізгі түрлерін орындау:

Допты еденге лақтыру және оны секіріп түскен соң қағып алу.

Нұсқау беру – төмен қарай лақтырылған допты екі жағынан ұстап алу жеңіл болады.

Гимнастикалық сәкіден өту – кедергіден алдымен екі қолын, сосын екі аяғын ауыстырып өтеді.

Қимыл-қозғалыс ойыны:

«Асықты беріп жібер».

Нұсқау – асықты келесі ойыншыға шапшаң әрі дәл қолына ұстату.

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

Жаттығу: «Жануарларды атау».

14.02.2022ж

Мисериді
Рәшит

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қар қиыршықтары»

Мақсаты: тереңдікке секіре алады

Күтілетін нәтиже: сәкіден секіріп түседі, допты доға астына домалатты

Ресурстар: доптар. **Әдіс-тәсілдер:** 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

I.. Педагог балалармен сәлемдеседі.

Педагогтің тапсырмасын орындап шеңбер бойымен бір қатармен жүргізу және жүгірту: Қолды бастың артынан ұстап, аяқтың ұшымен жүру; Қолды белге қойып, өкшемен жүру. Балаларға ескертеді: шеңбер бойымен жүргенде, жүгіргенде сақиналарға (алдын ала шеңбер бойымен қойылған) тиіп кетпеу керек. Балалардан еденнен аяғын көтеріп жеңіл жүгіруді, бағытын сақтауды, аяғын өкшеден бақайға қарай қоюға тырысуын сұрайды. Жүгіргенде аяқ пен қолдың қимылын сәйкестендіруге назар аударады.

II. Негізгі кезең. Бүршіктермен ЖДЖ орындау. Қимылдың негізгі түрлері: «Көңілді ақшақарлар»: терендікке секіру – сәкіден жолға секіріп түсу

Бір-бірін шанамен сырғанату. Балалар бір-бірін сырғанатады, «ирелеңдеп» қақпалардан өтеді және олаға тигізбейді. (3-4 рет).

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Пойыз».

III. Қорытынды кезең (рефлексия) «Қолғап» білекке арналған массаж

15.02.2022ж

Масерис
Рәшит

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Теңіз жағасында»

Мақсаты: тепе-теңдікті сақтай отырып, бір кірпіштен екіншісіне аттап өте алды

Күтілетін нәтиже: педагогтің соңынан қарқын мен бағытты өзгертіп бір қатармен жүреді

Ресурстар: секіргіш Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

Ұлу қабыршағын көрсетеді. Түркияға барып теңіз жағасына демалып қайтуды ұсынады.

II. Негізгі кезең. Ойын жаттығуы: «Автокөлік» – жеңіл, бір қарқынмен жүре білуіне, тыныс алуын тоқтатпауына назар аударады.

Ойын түрінде негізгі қимылдарды орындау: Бір-бірінен 15 см қашықтықта орналасқан кірпіштің үстімен жүру

Ойын жаттығуы: «Аяғыңды су қылып алма» – теңіз тастарымен қолын екі жаққа созып жүру

Гимнастикалық сәкіден өту. Ойын жаттығуы: «Ең епті» – кедергіден алдымен екі қолын, сосын екі аяғын ауыстырып өту. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Бақа»

III. Қорытынды кезең (рефлексия) Релакс: «Теңіз шуын тыңдаймыз» – жағажайда құм үстінде жатып, теңіз шуын, шағала дыбысын тыңдау.

18.02.2022ж

Масерис
Рәшит

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Орманға саяхат»

Мақсаты: жануарлардың қимыл-қозғалыстарын көрсете алады. Шектелген алаңда тепе-теңдік сақтай алады

Күтілетін нәтиже: педагогтің соңынан қарқынды және бағытты өзгерте қозғалады, жануардың қимылын және музыканы сәйкес қимылмен бейнелді

Ресурстар: кедергілер **Әдіс-тәсілдер:** 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

ҰОҚ барысы:

I.. Көзге арналған гимнастика.

II. Негізгі кезең. Ойын жаттығуы: «Пойыз» – қозғалыстың қарқынын, бағытын өзгерту.

№1 аялдама Музыкалы-ырғақты қимылдар

Жануарлар туралы жұмбақ жасырады. Шешуін музыка ырғағымен қимылдап көрсету ұсынылады.

№2 аялдама Бір-бірінен 15 см қашықтықта орналасқан кірпіштердің үстімен жүру.

Сүйеу қадам жасауына, тепе-теңдік сақтап жүруіне назар аудару.

№3 аялдама Ені 50 см қақпадан 2 метр қашықтықтан допты домалату. Қоянмен бірге түрлі түсті қарларды домалатуды ұсынады.

Орындау реті: допты алып, сызыққа жақындау, қолының күшімен допты итеріп, қақпаға дейін домалату, доптың соңынан жүгіру, қатардың соңына барып тұру.

№4 аялдама Қимыл-қозғалыс ойыны: «Өз үйінді тап!». Орманда шулауға, шыңғыруға болмайтынын ескертеді. **III. Қорытынды кезең (рефлексия)** «Індегі қоян»

21.02.2022ж

Мәсерісгі Рәкіп

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Секіре де, жүгіре де де білеміз»

Мақсаты: шанамен төбншікке шығу және одан түсе алады

Күтілетін нәтиже: еңбектегенде қозғалыс бағытын сақтайды, қимылдарды тапқақ мәтініне сай орындады.

Ресурстар: доптар **Әдіс-тәсілдер:** 4К моделі, бақылау, саралау, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I. Өсу үшін сендерге

Елті әрі шебер,

Шапшаң әрі күшті боп

Ауырмау керек ешқашан

Доппен де ойнай білу керек.

II. Негізгі кезең.

Доптың арасымен жүру және шашыла жүгіру, екі рет қайталанады.

Дене бітімін тік ұстауды, дұрыс тыныс алуын қадағалайды.

Жалпы дамыту жаттығуларын орындау үшін доптардың жанына тұрады.

Доппен ЖДЖ орындау.

Мынау – үлкен доптар отбасы,

Шапшаң бөліп алыңдар.

Алаңға жылдам шығындар,
Жаттығуды жасаңдар.
Кез келген допты алуды ұсынады.
Балалар жаттығуды белгілі бір қарқынмен, ырғақпен орындауға қол жеткізеді.

Негізгі қимыл түрлері:

Допты кедергілер арасынан (доға, текше, кегель т.б.) бір-біріне домалату.

Балалар арасындағы қашықтық – 1,5 метр.

Педагог доғаларды (текшені, кегельді) орналастырады.

Доғадан мәреге дейін қашықтық жіппен белгіленеді.

Екі қатарға бір-біріне қарама-қарсы жұп болып сапқа тұруына көмектеседі.

Жаттығуды жұптасып орындауды көрсетеді.

Еденнен 50 см биіктіктегі доғадан төрттағандап еңбектеп өту, доғалар бір-бірінен 1 метр қашықтыққа қойылған.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Торғайлар мен мысық».

Құстың бейнесін мәнерлі орындауға көңіл аударады.

Денсаулық жолы

«Денсаулық жолын» дайындайды –

ізі бар, кертіктері, тастары бар жұмсақ жол. Шеңбер бойымен қойылады.

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

Залды айналып жүру.

Сабақ жақсы өткенге

Бәріңе алғыс жариялаймын.

Сыйлыққа бүгін бәріңе

Допты мен сыйлаймын.

22.02.2022ж

*Мисериди
Р.Бек*

.Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Ормандағы достармен кездесу»

Мақсаты: Жан

жануарлардың қимыл қозғалысын жеткізе алады, доптың бағытын сақтай отырып бір біріне домалата алады.

Күтілетін нәтиже: жануардың қимылын музыкаға сәйкес қимылмен бейнелейді, допты бір бірінің қолына домалатады, ойын кезінде орамалды бір біріне шапшаң берді

Ресурстар: мұз **Әдіс-тәсілдер:** 4К моделі, бақылау, саралау, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I.. Орманға саяхатқа шығып, көктем қалай келетінін көріп келуге ұсыныс жасайды.

II. Негізгі кезең.

Ойын жаттығуы: «Автокөлікпен жол жүру» – қозғалыстың қарқынын, бағытын өзгерту.

№1 аялдама:

Музыкалы-ырғақты қимылдар.

Жануарлар туралы жұмбақ жасырады. Шешуін музыка ырғағымен қимылдап көрсету ұсынылады.

Орман ауасын иіскеп – тыныс алу жаттығуларын орындауды ұсынады.

Тыныс алу-шығару кезеңдеріне көңіл аударады.

Өз автокөліктеріне жайғасып, саяхатты жалғастыруды ұсынады.

№2 аялдама: «Ағаштың түбірінен секіру».

Биіктігі 10 см заттан екі аяқпен секіру – залдың ортасына бір-бірінен 2 метр қашықтықта 2 қатар етіп кірпіш қойылады – еденнен итерілгенде екі аяқпен серпіледі.

№3 аялдама: «Қоянды допты домалатуға үйретеміз».

Бірі-бірінен 2 м қашықтықта отырып, аяқтарын айқара ашып бір-біріне допты домалату.

Допты домалатқанда бағытын сақтауға көңіл аударады.

№4 аялдама

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Кетті, кетті орамал».

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

Шырша

Шырша жылдам шығады

Саусақтарың айқасса,

Шынтағыңды көтер де,

Саусағыңды ажырат.

*Миссерисси
Р.Вик*

25.02.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Мики маус»

Мақсаты: допты

2м қашықтыққа баланың жоғары созылған қолының биіктігіндей биікке тартылған жіп арқылы қолды ептілікпен созып лақтырады.

Күтілетін нәтиже: жіп арқылы допты лақтыруды орындай алады, батпақтан өткенде із арқылы жүрді.

Ресурстар: доп

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I.. «Микки Маус» мультфильмінің суреттерін қарап шығуды ұсынады.

Мультфильм кейіпкері өте епті және шапшаң, себебі денешынықтырумен айналысқанды жақсы көреді.

II. Негізгі кезең.

Ойын жаттығуы: «Тышқандар».

1-2-3-4 –

Бөлмеде жүр тышқандар.

Оқыс шыққан дауыстан

Безіп кетті тышқандар!

Нұсқау беру – тышқан сияқты ақырын қозғалу, шашыла жүгіргенде бір-бірімен соқтығыспау,

кірпішті соғып кетпеу.

Тышқанға кірпіштермен ойнауға ұсыныс жасайды.

Кірпіштермен ЖДЖ жасау.

Жаттығудың орындалу сапасын қадағалау.

Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау.

Биіктігі 10 см заттың үстінен екі аяқпен секіру – еденнен итерілген екі аяқпен серпіле итерілу керек.

Секіріп түскенде жартылай бүгілген аяғымен жайлап түсуге назар аудару.

Ойын жаттығуы: «Үй саламыз»

Диаметрі 15 см допты екі қолымен ұстап, жіптен бастан асыра лақтыру.

Жіп байланған баған бастапқы сызықтан 2 метр қашықтықта орналасады.

Доп лақтырғанда шынтақты бүкпеу.

Орындау реті – допты алып сызыққа таяну, допты лақтыру, доптың соңынан жүгіру, саптың соңына келіп тұру.

Қимыл-қозғалыс ойыны:

«Батпақтан өтіп кету» – батпақтың шегарасын таспамен қоршайды.

Нұсқау – тек ізді басып қана жүру.

III.Қорытынды кезең (рефлексия)

Көзге арналған гимнастика

Көзді бірге жұмайық,

Демалу қажет оларға.

Тышқан, сен де

Жұм көзді,

Бізбен бірге демал.

Енді көзді ашыңдар,

Ертегіні аяқтаңдар.

Ең епті тышқанмен қоштасуды ұсынады.

28.02.2022ж

Масерис
Р.Б.

.Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Орманда қонжық тоңыпты, Мұз қатқан қыс та келіпті.»

Мақсаты: Екі аяқтап алға қарай құрсаудан-құрсауға секіре алады

Күтілетін нәтиже: педагогтің нұсқауларын орындайды, кірпіштен-кірпішке аттап өтеді, тапсырмаларды орындау кезінде тепе-теңдікті сақтады

Ресурстар: доптар

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, саралау, бақылау.

ҰОҚ барысы:

I.. Аю келеді (жұмсақ ойыншық)

Балақайларды көріп қуанам,

Ойнағым келеді мен сендермен.

Ұйықтаудан әбден шаршадым.

II. Негізгі кезең.

ЖДЖ жасауға сапқа тұру.

Екі аяқтап алға қарай құрсаудан-құрсауға секіру («классики» ойыны: аяқты бірге, екі жакқа). Жерден екпінді түрде итерілуге, аяқтың ұшымен түсуге тырысу керек.

Бүрді алысқа лақтыру.

Балалар оң қолмен, сосын сол қолмен лақтырған кезде дұрыс бастапқы қалыпта тұрады.

Қолдарын шынтақтан екпінді түрде жазады алға – жоғары – алысқа лақтыруға тырысады.

Өз-өзіне массаж жасау:

Ой,аяз, аяз, аяз!

Бетімді шымшыды,

Мұрнымды шымшыды,

Құлағымды да шымшып

Ернімді де шымшыды.

Жылынғың келсе сен егер,

Тон ішіне кір.

Барлығын жақсылап уқала:

Бетті де,

Мұрынды да,

Құлақты,

Ерінді

Тоннан енді бу шықты.

Қимылдың негізгі түрлері:

Қолды еденге тигізбей, жіптің астынан өту.

Жаттығуды көрсетуге бір баланы қатыстырады, түсіндіреді: «Жіпке жақын таянып, отырады, торғайдай болып жиналып, жіпке тиіп кетпей астынан өтеді».

«Аяғыңды су қылып алма»

Бір-бірінен 15 см қашықтыққа қойылған кірпіштердің үстімен жүру.

«Кірпіштерді» екі қатарға бір-бірінен 15 см қашықтықта қояды. Қалай жүру керек екенін көрсетеді.

Қажет болса сақтандыру шарасын жасайды.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қонжықты оят».

Педагог:

– Біздің қонжық ұйықтап отыр.

Ақырындап келіңдер,

Қонжықты оятыңдар.

Қонжық, қонжық, тұра ғой

Балалармен ойнай ғой.

Тыныс алу гимнастикасы: «Қонжықтар»

«Қонжықтар ұйықтап жатыр...»
Қонжықтар оянды,керілді, бұрылды».

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

Қонжықтың атынан балалармен қоштасады.

1.03.2022ж

*Мисериді
Рәкіп*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Ерекше қонақтар»

Мақсаты: гимнастикалық қабырғаға шығып және одан түсе алады

Күтілетін нәтиже: допты тордан лақтырады, тор арқылы допты лақтырады, баспалдаққа шығады және түсті

Ресурстар: кедергілер

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, саралау, бақылау.

ҰОҚ барысы:

1.. Залда жасырынған ерекше қонақтарды тауып алуды ұсынады.

Балалармен бірге іздейді. Маймылдар баспалдаққа қалай мінгені туралы балаларға ой салады. Маймылдар өте епті, пысық әрі көңілді екенін айтып өтеді.

2. Қолмен жаттығу жасап бір қатармен жүргізу, әртүрлі бағытта жүгірту, допты ұстап жүргізу.

Доппен ЖДЖ орындау.

Маймылдарға доппен ойнауды ұсынады. Допты екі жағынан мықтап ұстау керектігін ескертеді. (Маймылдар өте епті және тұтқыр).

Ойын түрінде негізгі қимылдарды орындау:

Диаметрі 15 см допты екі қолымен ұстап тор арқылы бастан асыра лақтыру.

Доптың ұшу бағытына, қолды созып ұстауларына көңіл аударады.

Жаттығуды орындау реті – допты алу, мәре сызығына жақындау, допты лақтыру, доптың соңынан жүгіру, қатардың соңына барып тұру.

Гимнастикалық қабырғаға шығу және одан түсу (жеке-жеке орындайды).

Маймылдар сияқты баспалдаққа шығуды ұсынады – белтемірді дұрыс ұстай білу саусақтарымен жоғарыдан, бас бармақпен төменнен ұстау, сондықтан да маймылдар бұтақтарды жабыса ұстап, құлап қалмайды.

Қимыл-қозғалыс ойыны:

«Аттар» – залдың ішінде бір-біріне соқтығыспай қозғалу.

III.Қорытынды кезең (рефлексия)

Мимикалық гимнастика: «Бет-әлпет»– маймылдарды күлдіруді ұсынады.

*Мисерли
Рәшит*

4.03.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Көңілді жарыстар»

Мақсаты: кедергілерден аттап өт алады, гимнастикалық қабырғаға шығып одан түсе алады

Күтілетін нәтиже: жаттығуды орындайды, кедергіден аттағанда тізесін жоғары көтереді, баспалдаққа қалай шығып-түсу керектігін түсінді

Ресурстар: кедергілер

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, саралау, бақылау.

ҰОҚ барысы:

I.. Баспалдақтың рейкасындағы қоңырау соғылады.

Қыз балаларға ұл балалармен жарысуды ұсынады.

Суретті жаттығуларды көрсетеді.

II. Негізгі кезең.

Ойын жаттығы: «Өз команданды тап!»

Текшелермен жалпы дамытатын жаттығулар (№1 қосымша, №23 кешен).

Ойын гимнастикасы

Алақанды ашайық,

Аздап шапалақ соғайық.

Шап-шап-шапалақ - шап-шап-шапалақ - шап-шап-шапалақ ,

Шап-шап-шапалақ - шап-шап-шапалақ - шап-шап-шапалақ .

Маған енді қараңдар.

(кезкелген қимыл жасайды)

Бәрін бірге қайталаңдар.

Бір-екі-үш, бір-екі-үш.

Ал енді аяққа қарайық,

Бірге тыпырлатайық.

Топ-топ-топ,

Топ-топ-топ.

Аяқ пен қолға қарайық,

Аздап ойнап алайық.

(Қолмен, аяқпен еркін қимылдар жасайды)

Бір-екі-үш, бір-екі-үш.

Негізгі қимылдарды орындау:

1. Кедергілерді (биіктігі 20 см текшелердің үстіне қойылған тақтайшалар) **аттап өту.**

– тізені жоғары көтеру, аяқты аяқтың ұшымен қою, денені тік ұстау.

2. Гимнастикалық қабырғаға шығу және одан түсу. – «Қоңырау соқ» – арқалықты дұрыс ұстау:

4 саусақпен жоғарыдан, бас бармақпен төменнен.

Қимыл-қозғалыс ойыны:«Қарлығаш» – шеңберлерді соғып кетпей, бір-біріне кедергі келтірмей залдың ішінде қозғалу.

«Қарлығаш, қарлығаш, қарлығаш – біздің үйге ұшып кел!».

III.Қорытынды кезең (рефлексия)

Еркін ойын:«Шар»

Шарды жылдам үрлесек
Үлкен боп ол өседі.
Жарылып шар қалғанда
Қалады ол жұқарып.

*Мисерли
Рәшит*

5.03.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Кел, шынығайық, жаттығу жасайық!»

Мақсаты: жұптасып сапқа тұра алады, кедергілерден аттап өткенде тепе-теңдікті сақтай алады.

Күтілетін нәтиже: жұп болып тұра алады, ойын жаттығуларды дұрыс орындайды, жаттығуды орындау кезінде дұрыс тыныс алады. тіке жүрді.

ҰОҚ барысы:

I.. Балалармен сәлемдеседі.

Балалардың назарын ойыншыққа аударады.

Мұнда ойыншықтар келіпті,

Балаларды көрмекші.

Жаттығу жасап бірлесіп,

Денсаулықты түземекші.

Жұппен жүру және тізбекте бір-бірден жүгіру. Жұппен жүргеннен кейін бір-бірден тізбекке жүгірген жөн. Екі тізбекке қайта тұру.

II. Негізгі кезең.

Жұптасып жүргізу және бір қатармен жүгірту.

Жұптасып жүргеннен соң бір қатармен жүгіреді.

Екі қатар болып сапқа тұру.

Жалпы дамыту жаттығуларын орындаған кезде тыныс алуды тоқтатпауын, мұрынмен тыныс алу керектігін ескертеді.

Алға қарай еңкейгенде, отырғанда, аяғын бүккенде тынысын шығаратынын айтады.

Қимылдың негізгі түрлері:

Жаттығудың орындалу ретін көрсетеді.

Бір-бірінен 25 см қашықтықта еденде жатқан кедергіден аттап өту.

Педагог 6 тақтайды бір-бірінен 25 см қашықтыққа қояды да, жаттығу қалай жасалатынын түсіндіреді.

«Тақтайдан алдымен оң аяғымен (біреуімен), сосын сол аяғымен (екіншісімен) аттау керек».

2 метр қашықтыққа алға қарай екі аяқпен секіру.

Педагог секіру басталатын сызықты белгілейді де, содан соң балалар секіріп баратын жерге жалаушаны қояды.

Серпіле итеріліп, тізесін бүгіп секіріп түсуіне назар аудартады.

Биологиялық белсенді жерлерге массаж жасау.

Қоян

Тили-тили-тили-бом!

Қоян басын соқты терекке,

Маңдайы оның кетті ісіп.

Аяп кеттім қоянды.

Орманға барып жүгіріп

Компресс жасап берейік.

Ойын жаттығуы: «Ойыншық алып кел».

Ұлдар мен қыздарға ойыншықтарды алып кеуді өтінеді.

Қарап оларға ат қоюды ұсынады. Сосын оны орнына апарып қойдыртады.

III. Қорытынды кезең

Ойыншықпен билеуге ұсыныс жасайды.

11.03.2022ж

*Миссериди
Р.Вит*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: Көбірек күле біл.

Мақсаты: Бір аяқтан екінші аяққа секіре алады, бір аяқпен ептілікпен итеріліп, екіншімен түсе алады.

Күтілетін нәтиже: жүргізген кезде шынтақты бүгіп, қолмен белсенді жұмыс істейді, педагогтың командасын орындады.

ҰОҚ барысы:

I.. Балаларға сылдырмақ салынған қорапшаны алып келген «Күлдіргіш» ойыншығына назар аудартады.

Түсіндіреді, Күлдіргіш балаларды көңілді болуға үйретпекші, себебі бала көп күлсе, денсаулығы мықты болады. Тізбекте тапсырманы орындай отырып жүру – сылдырмақты бірде оң қолға, бірде сол қолға ауыстыру.

II. Негізгі кезең.

Сылдырмақты біресе оң қолға, біресе сол қолға ұстап жүргізу.

Ойын жаттығуы: «1-2-3 –сылдырмақты соқ!».

Шеңбер бойымен тұрып сылдырмақтармен ЖДЖ орындау.

Негізгі қимылдарды орындау: Бір аяқтан екіншісіне секіру. –

Бір аяқпен серпіле итерілу және екінші аяғымен секіріп түсу.

12 метр қашықтыққа **жылдам қарқынмен жүгіру.**

– қолдың белсенді қимылы мен аттаған қадамының сәйкестігіне назар аударады.

Тыныс алу гимнастикасы: «Түрлі түсті шарды үрлейміз»

Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекіткен көлбеу тақтайдан сырғанап түсу – қол мен аяқ қимылдарының үйлесімділігі.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Айнал, бірақ құлап қалма».

Нұсқау – музыка ырғағымен жайлап айналу, музыка аяқталғанда тоқтау

III.Қорытынды кезең

Көңіл күй пиктограммасын көрсетеді.Педагог қорытындылайды, балаларды мадақтайды.

14.03.2022ж

Мисерисе Рәшит

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қадамды нық басамыз, Аяққа күш қосамыз»

Мақсаты: допты жоғарыға лақтырып, екі қолмен қағып ала алады

Күтілетін нәтиже: допты жоғарыға лақтырады, секіргенде жазықтықтан итерілді

Ресурстар: доп..

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I.. Балаларға сылдырмақ салынған қорапшаны алып келген «Күлдіргіш» ойыншығына назар аудартады.

Түсіндіреді, Күлдіргіш балаларды көңілді болуға үйретпекші, себебі бала көп күлсе, денсаулығы мықты болады. Тізбекте тапсырманы орындай отырып жүру – сылдырмақты бірде оң қолға, бірде сол қолға ауыстыру.

II. Негізгі кезең.

Сылдырмақты біресе оң қолға, біресе сол қолға ұстап жүргізу.

Ойын жаттығуы: «1-2-3 –сылдырмақты соқ!».

Шеңбер бойымен тұрып сылдырмақтармен ЖДЖ орындау.

Негізгі қимылдарды орындау: Бір аяқтан екіншісіне секіру. –

Бір аяқпен серпіле итерілу және екінші аяғымен секіріп түсу.

12 метр қашықтыққа жылдам қарқынмен жүгіру.

– қолдың белсенді қимылы мен аттаған қадамының сәйкестігіне назар аударады.

Тыныс алу гимнастикасы: «Түрлі түсті шарды үрлейміз»

Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекіткен көлбеу тақтайдан сырғанап түсу – қол мен аяқ қимылдарының үйлесімділігі.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Айнал, бірақ құлап қалма».

Нұсқау – музыка ырғағымен жайлап айналу, музыка аяқталғанда тоқтау

III.Қорытынды кезең

Көңіл күй пиктограммасын көрсетеді.Педагог қорытындылайды, балаларды мадақтайды.

15.03.2022ж

Мисерисе Рәшит

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Наурызға сыйлықтар»

Мақсаты: көлденең нысанаға лақтыра алады

Күтілетін нәтиже: тепе-теңдік сақтайды, шеңбер бойымен тұрады, Наурыздағы дәстүрлерді түсінді

Ресурстар: кедергілер.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I.. Наурызға арналған сыйлықтар – түрлі түсті шариктері бар дорбаға назар аудартады. Өрқайсысы өзіне шарик таңдап алуын ұсынады. **«Қатып қал» ойын жаттығуы.**

II. Негізгі кезең.

Ойын жаттығуы: «Қатып қал».

Шеңбер бойымен тұрып шариктермен ЖДЖ орындау.

Негізгі қимылдарды орындау:

Сызықтан 1,5 метр қашықтықта тұрып көлденең нысанаға екі қолмен төменнен лақтыру.
– допты лақтырғаннан кейін қолды созу.

Бір аяқтан екіншісіне секіру – бір аяқпен жігерлене итеріліп, екінші аяғымен секіріп түсу, денесін тік ұстау.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Бәйге».

Бәйге – атпен жарыс екенін еске салады.

Жарысқа қатысушыларды таңдайды.

Бәйгенің қашықтығын белгілейді, белгілер (модульдер) апарып қояды.

III. Қорытынды кезең (рефлексия).

.

*Мисериди
Р. Бек*

18.03.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Наурыз»

Мақсаты: төрттағандап еңбектей алады

Күтілетін нәтиже: асықты нысанаға лақтырғанда, асықтан кейін бірден шынтағын жазып, қолын созды

Ресурстар: кедергілер.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I.. Ойын жаттығуы – «Досыңды тап!»

Бір, екі, үш, төрт, бес!

Ойынды біз бастаймыз.

Бір, екі, үш, төрт, бес

Достарымыз көп біздің.

Доссыз өмір бос екен,

Досыңды тап, тез, сен.

Жұппен жүру.

II. Негізгі кезең.

Заттарсыз жалпы дамытатын жаттығулар (№1 қосымша,№2 кешен).

Жұп құрып жүргізу.

Ойын гимнастикасы

Алақанды ашыңдар,

Шапалақты соғыңдар.

Шап-шап-шапалақ - шап-шап-шапалақ - шап-шап-шапалақ ,

Шап-шап-шапалақ - шап-шап-шапалақ - шап-шап-шапалақ .

Маған енді қарандар,

Бәрін солай қайталаңдар.

Бір-екі-үш, бір-екі-үш,

Бәрін солай қайталаңдар.

Ал, енді аяқтарға қарайық,

Аздап тыпырлатайық.

Топ-топ-топ, топ-топ-топ.

Аяқ пен қолды көрсетші,

Аздап қана ойнашы –

Бір-екі-үш, бір-екі-үш.

Негізгі қимылдарды орындау:

I.. Еденде жатқан тақтайда төрттағандап еңбектеу.

Нұсқау – бір-біріне кедергі келтірмеу, қатарға кері қайтқанда жүгіріп келу.

Көлденең нысанаға екі қолмен төменнен тигізу(арақашықтық –

2 метр) – асықты лақтырған соң шынтағын жазып, қолын созу.

Ойын жаттығу:«Қасқыр мен лақтар».

III. Рефлексия.

25.03.2022ж



Дене шынықтыру

Тақырыбы:Біз күштірек,үлкенірек боламыз.

Мақсаты: көлбеу тақтайдың үстінде жүре алады,шектелген алаңда алға тіке қарап,дене бітімін тіке ұстай алады.

Күтілетін нәтиже:тыныс алу гимнастикасын қайталайды.сапқа тұрып залдың бір жағынан қарама-қарсы жағына жүреді,қарлығаштың ұшуын бейнеледі.

ҰОҚ барысы:

I..

Сүйсең егер әлемді –

осылай жаса!

Қасыңда егер болса досың –

осылай жаса!

Егер күшті болғың келсе –

осылай жаса!

Сергек жүру үшін де –

осылай жаса!

Тізбекте жүру, жүгіру, сап түзеп жүру – залдың бір жағынан екінші жағына.

II. Негізгі кезең.

Залдың бір жағынан екінші жағына жүргізу, бір қатармен жүгірту, сапқа тұрып жүргізу.

Шеңбер бойымен тұрып тыныс алу гимнастикасын орындау.

№1 кешен.

Негізгі қимылдарды орындау:

1. Бір жағы 20 см көтерілген көлбеу тақтайдың үстімен жүру.

2. Еденде жатқан тақтайдың үстімен төрттағандап еңбектеу.

Жаттығудың орындалу ретін (бала көрсетіп тұрады) түсіндіреді – бір-біріне кедергі келтірмеу, кері қарай жүгіріп қатарға келіп тұрады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қарлығаш» –құстардың қимылы жеңіл әрі әдемі, сермегенде

қолдарын түзу созады.«Қарлығаш, қарлығаш– біздің үйге ұшып кел!»

III.Қорытынды кезең (рефлексия)

Ойын жаттығуы:«Біз үлкенбіз».*Біреуді көтеріп алуға тырысады.*

Дене шынықтыру жаттығуларының пайдасын айтып береді.

28.03.2022ж

*Миссия
Рәис*

.Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қадамды нық басамыз,аяққа күш қосасыз.

Мақсаты:допты жоғарыға лақтырып, екі қолмен қағып ала алады.

Күтілетін нәтиже: Нық қадаммен алға, нық қадаммен артқа жүреді.тізені биікке көтере отырып жүре алады.

Ресурстар:доптар. **Әдіс-тәсілдер:**4К моделі,бақылау, саралау,әңгіме,бала үні.

ҰОҚ барысы:

I.. Көктемгі күнге назар аудартады.

Таң атып күн шықты,

Күлімдеді ол маған.

Күн соңынан ереміз,

Бірге ойнай бастаймыз.

Бір-бірден тізбекке тұру. Бір-бірден тізбекте жүру, шашырап жүру және жүгіру. Жүруге және жүгіруге жаттықтыру.

Педагог нұсқау береді, жүгіру техникасын қадағалайды.

Жүру:

Бара-бара, бара-бис,

Бақшамызға барамыз.

Адымдаймыз жолдармен,

Күшті бала боламыз.

Жүгіру:

Жылдам, жылдам жүгіріп,.

Бақшамызға барамыз.

Жүгіреміз жолдармен,

Күшті бала боламыз.

II. Негізгі кезең.

Бір қатар болып қайта тұрады сапқа.

Бір қатармен жүргізеді,

Шашыла жүргізу, жүгірту.

Жаттығулар жүру және жүгіру кезінде қайталанады.

Педагог команда беріп тұрады, жүгіру техникасын қадағалайды.

Жүру:

Бим-бом, бим-бом,

Бақшаға біз барамыз.

Жүріп келіп біз жолмен,

Аяққа күш қосамыз.

Жүгіру:

Жылдам-жылдам жүгіріп,

Асығамыз бақшаға.

Жүгіріп келіп біз жолмен,

Күш қосамыз аяққа.

Орамалмен ЖДЖ орындау

Қимылдың негізгі түрлері.

«Көңілді торғайлар»

Сәкіден секіріп түсу (биіктігі – 20 см).

Педагог жаттығуды көрсетіп түсіндіреді:

«Сәкіге шығады, тізелерін аздап бүгіп, жайлап аяқтың ұшына секіріп түсу».

Тепе-теңдікті сақтау үшін қолдарын алға қарай созады.

«Лақтыр да қағып ал»—

Допты жоғары лақтыру және қағып алу. Допты екі бүйірінен ұстауға көңіл аудартады.

Түсіндіреді: допты алдына қойып, төменнен жоғарыға қарай екі қолмен лақтырады, ал қағып алғанда саусақтарын айқара ашып екі қолмен қағып алу керек.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Пойыз»

Пойызға отырып, қыдырып келуді ұсынады.

Педагог – паровоз, балалар – паровоздан соң тіркелген вагондар

Тақпақ мәтінін айтады:
Чух-чух! Чух-чух!
Пойыз келеді зымырап.
Чух-чух! Чух-чух!
У-у-у-у-у!
Мен келемін шаршап,
100 вагонды бастап
Ух-ух-ух-ух!
Паровоз, паровоз,
Қандай сыйлық бар бізге?
– Аңдар: қоян.
Гүілдеді паровоз
Алып кетті вагонды:
Чух-чу, чух-чу!
Кеттік енді алысқа .

Паровоз қоянды, бақаны, аюды алып келеді.

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

Биологиялық белсенді орындарға массаж жасау.

Мұржа

Ба-ба-баТөбеде бармұржа.

Ны-ны-ныТазалау керек мұржаны.

Дан-дан-данТүтін шықтымұржадан.

Балаларға өз денсаулықтарын қалай нығайтып жатқаны туралы әңгімелеп беруді сұрайды. **Қорытынды кезең (рефлексия)** Педагог қорытындылайды, балаларды мадақтайды.

29.03.2022ж



.Дене шынықтыру

Тақырыбы: Біз күштірек, үлкенірек боламыз

Мақсаты: көлбеу тақтайдың үстінде жүре алады, шектелген аялда алға тіке қарап, дене бітімін тіке ұстай алады.

Күтілетін нәтиже: тыныс алу гимнастикасын қайталайды, сапқа тұрып залдың бір жағынан қарама-қарсы жағына жүреді, қарлығаштың ұшуын бейнелейді.

Ресурстар: тақтайлар мен доптар..

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I..

Сүйсең егер әлемді –

осылай жаса!

Қасыңда егер болса досың –

осылай жаса!

Егер күшті болғың келсе –

осылай жаса!

Сергек жүру үшін де –

осылай жаса!

Тізбекте жүру, жүгіру, сап түзеп жүру – залдың бір жағынан екінші жағына.

II. Негізгі кезең.

Залдың бір жағынан екінші жағына жүргізу, бір қатармен жүгірту, сапқа тұрып жүргізу.

Шеңбер бойымен тұрып тыныс алу гимнастикасын орындау.

Негізгі қимылдарды орындау:

1. Бір жағы 20 см көтерілген көлбеу тақтайдың үстімен жүру.

2. Еденде жатқан тақтайдың үстімен төрттағандап еңбектеу.

Жаттығудың орындалу ретін (бала көрсетіп тұрады) түсіндіреді – бір-біріне кедергі келтірмеу, кері қарай жүгіріп қатарға келіп тұрады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қарлығаш» –құстардың қимылы жеңіл әрі әдемі, сермегенде

қолдарын түзу созады. «Қарлығаш, қарлығаш – біздің үйге ұшып кел!»

Еркін ойын: Торғайлар мен мысық

Мақсаты:балалар ойынның шартын бұзбай ойнауға ,белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыланады,зейіндері,байқағыштықтары жүгіруі дамиды.

III.Қорытынды кезең (рефлексия)

Ойын жаттығуы:«Біз үлкенбіз».Біреуді көтеріп алуға тырысады.

Дене шынықтыру жаттығуларының пайдасын айтып береді.

*Мисериди
Рәхмет*

1.04.2022ж

Дене шынықтыру Мақсаты: Бір аяқтан бір аяққа секіру, тура секіру; екі аяқпен секіру (аяқтар бірге-аяқтар алшақ), тереңдікке (15–20 см биіктіктен) секіру дағдыларын қалыптастыру; **Күтілетін нәтиже:** Бір аяқтан бір аяққа секіреді тура секіреді, екі аяқпен секіреді. (аяқтар бірге-аяқтар алшақ), тереңдікке (15–20 см биіктіктен).

Ресурстар:секіргіштер мен доп..

Әдіс-тәсілдер:4К моделі,бақылау, саралау,әңгіме,бала үні.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығуларын жасату: : түрегеліп тұрып солға, оңға, алға, артқа еңкею, шалқасынан етпетіне аунап түсу және керісінше. Негізгі бөлім

1 Бір аяқтан бір аяққа секіру, тура секіру;

2. екі аяқпен секіру (аяқтар бірге-аяқтар алшак), тереңдікке (15–20 см биіктіктен)

Қорытынды: тыныс алу жаттығуларын жасату

Қимылды ойын : «Сұр қоян»

4.04.2022ж

.Дене шынықтыру

Мисериди Рәшит

Тақырыбы: Қозғалыс көңіл күйді көтереді.

Мақсаты: аласа заттардан секіріп түсе алады.

Күтілетін нәтиже; қолмен жаттығу жасап бір қатармен жүреді, бағытты өзгерте жүреді, кеңістікте бағдарын айқындайды, аласа заттардан секіріп түседі, шашырап жүгіреді, белгі бойынша әрекет етеді.

Ресурстар: арқан, таяқ.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау.

ҰОҚ барысы:

I.. «Көңіл күй құралына» (адамның әртүрлі күйде көңілді, ренжулі түрі салынған суреттері) шеңберлер-доптарға көңіл аударады.

II. Негізгі кезең.

Бір қатармен қолмен әртүрлі жаттығу жасап жүргізу.

Әртүрлі бағытта жүгірту.

Допты қолға ұстап жүргізу.

Доппен ЖДЖ орындау.

Допты екі жағынан мықтап ұстау керектігін еске салады.

Ойын түрінде негізгі қимылдарды орындау:

Диаметрі 15 см допты тордан екі қолмен бастан асыра лақтыру.

Доптың ұшу траекториясына, қолды созуға назар аударады.

Жаттығуды орындау реті:

Допты алу, сызыққа таяну, допты лақтыру, доптың соңынан жүгіру, қатардың соңына барып тұру.

Гимнастикалық қабырғаға мініп-түсу (жеке-жеке орындайды).

Баспалдақта тұрған қоңырауды соғуды ұсынады.

Көлбеу тақтайды қолымен дұрыс саусақтарымен жоғары жағынан, бас бармақпен төменнен ұстауға назар аудартады.

Балаларды мақтап тұрады, баспалдақтың әрбір сатысына басу керектігін, асықпау керектігін еске салады.

Аласа заттардан секіріп түсуге, шашырап жүгіруге, тек белгі бойынша әрекет етуге үйрету мақсатында «Құстар ұшады» қимылды ойыны.

Балалар кішігірім биіктікке – алаңның бір жағындағы тақтайға тұрады.

Педагог: «Далада күн шығып тұр, барлық құстар ұяларынан ұшып шықты, дән іздеп жүр» дейді. Балалар жоғарылау жерден секіреді, ұшады (қолдарын сермеп жүгіреді), жүрелеп отырады, дәндерді шоқиды (саусақтарымен тізелерін соғады).

Педагогтың: «Жаңбыр жауды! Барлық құстар ұяларына тығылды!» сөздерінен кейін оған қарай жүгіреді. Ойын қайталанады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Өз түсінді тап!»

Балаларға үш түсті орамал таратады.

Залдың үш бұрышына түрлі түсті тұғырға орнатып, жалауша апарып қояды.

III.Қорытынды кезең (рефлексия)

Ойын жаттығуы

Алақанды соғамыз, ша-па-лақ,

Аяқпен жер ұрамыз, қа-дап нақ.

Басты біз айналдырып,

Кеудемізді қағамыз.

Өкшемізді қағамыз, тақ-тақ,

Тізелерден соғамыз шап-шап,

Ішімізді сипаймыз,

Күлкімізді сыйлаймыз.

*Миссериді
Р.Б.С.*

5.04.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: Бір, екі, үш, төрт, бес, біз ойнаймыз бірігіп

Мақсаты: диаметрі 15см допты көлденең тұрған нысанаға екі қолмен кеудеден лақтырып, қолды ептілікпен тіке соза алады.

Күтілетін нәтиже: тізені жоғары көтеріп жүреді, әртүрлі бағытта жүгіреді, екі қатарға сапқа тұрады.

Ресурстар: арқан, таяқ.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау.

ҰОҚ барысы:

I..

Бір, екі, үш, төрт, бес,

Кел, ойнайық бірігіп!

Жаттығулар жасайық,

Аламыз біз шынығып!

II. Негізгі кезең.

Ойын жаттығуы:

«Топ-топ-топ»

Аяқпен жерді соғамыз,

Топ-топ-топ!

Шапалақты ұрамыз,

Шап-шап-шапалақ!

Басымызды шайқап,

Оңға-солға айналдырамыз.

Қолымызды біз көтереміз,

Қайта төмен түсіреміз.

Қолымыздан ұстап

Айнала біз жүгіреміз.

ЖДЖ орындау

Жаттығуларды орындауды көрсету

Жаттығудың сапалы орындалуын қадағалау.

Ойын жаттығу түрінде негізгі қимылдарды орындау.

1,5 метр қашықтықтағы көлденең тұрған нысанаға екі қолмен кеудеден лақтыру.

Ойын жаттығуы: «Ең мерген».

Қолды созып допты екі жағынан ұстауға назар аудару.

Секіріп жүгіру (шабу) –

Ойын жаттығуы: «Аттар» – оң аяқты сол аяққа, сол аяқты оң аяққа тигізу.

Қолдарынан ұстап шеңбер бойымен жүру.

Ойын жаттығуы: «Шеңберге жылдам тұр»

– шеңбер бойында арақашықтықты, шеңбер көлемін сақтау.

Ойын жаттығуы: «Марғаулар мен балақайлар».

Балаларды – «Марғаулар», «Балақайлар» деп екі топқа бөледі.

III. Қорытынды кезең

«Көңіл күй пиктограммасы».

8.04.2022ж

*Мисеріс
Рәшит*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: Бәріне де цирк ұнайды

Мақсаты: Қолды бос ұстап, шеңберді тарылтпай бір қарқынмен баяу жүгіре алады.

Күтілетін нәтиже: баяу қарқынмен жүгіреді алақаны мен тізесін тіреп еңбектейді, бір ырғақпен шапалақтайды, орнында тұрып секіреді.

Ресурстар: серіппелі секіргіш, таяқ.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау.

ҰОҚ барысы:

I..

Цирк болып ойнаймыз,
Көрсетілім бастаймыз.
Батыл цирк әртісі боламыз,
Бәрін орындап, шаршамаймыз.

II. Негізгі кезең.

«Үйретілген иттер».

«Үйретілген пони»

«Үйретілген ала құландар»

Баяу қарқынмен жүгіру (50 секунд).

Ала құландар манежбен қалай жүгіретінін көрсетуді ұсынады – баяу қарқынмен жүгіреді.
Балалардың назарын арақашықтықты сақтауға, шеңбердің көлемін тарылтпауға аударады.

Шеңбер бойымен тұрып тыныс алу гимнастикасын орындау.

№4 кешен.

«Үйретілген жолбарыстар».

Еденге тігінен қойылған үш шеңберден еңбектеп өту.

– қол мен аяқ қимылын үйлестіру.

Жолбарыстың балаларына ат қою.

«Үйретілген маймылдар».

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Секір де, шапалақ ұр».

Жаттығуды топқа бөлініп орындау:

Қыздар алақандарын соғып шапалақ ұрады, ұлдар екі аяғымен бір орында секіреді.

Ұлдар алақандарын соғып шапалақ ұрады, қыздар екі аяғымен бір орында секіреді.

III. Қорытынды кезең

Саусақ гимнастикасы: «Піл».

Хайуанаттар бағына піл тұрады

Құлағы үлкен, мұрны ұзын, өзі сұр.

Қонаққа бізді шақырғандай,

Изейді басын үнемі.

Еске салады, цирк жануарлары сияқты бәріміз жігерлі болуымыз керек.

11.04.2022ж

Мисерия Рәшит

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Біздің қолдар жай емес, біздің қолдар алтын ғой»

Мақсаты: допты еденге лақтырып, секіріп түскенде қағып ала алады

Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық баспалдаққа шыға алады

Ресурстар: доп..

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I.. Өздерінің көмекшісі – қолдарына қарауды ұсынады.

Балаларға қол не үшін керек екенін айтып беру.

Шашырап жүру және жүгіру. Жүруге және жүгіруге жаттықтыру қайталанады.

Нұсқау береді. Балалардың бір-біріне соқтығыспай жүгіруін қадағалайды.

II. Негізгі кезең.

Шашыла жүргізу, жүгірту.

Жүргенде, жүгіргенде жаттығуларды қайталау.

Командаларды береді.

Балалардың бір-бірімен соқтығыспай жүгіруін бақылайды.

Доппен ЖДЖ орындау.

Нұсқау – шынтақты бүкпеу, еңкейгенде тізесін бүкпеу.

Негізгі қимыл түрлерін орындау.

Допты еденге лақтырып, секіріп түскенде қағып алу.

Төмен қарай лақтырған допты екі жағынан екі қолымен ұстап алу оңай екеніне назар аударту.

Гимнастикалық баспалдаққа шығу, төменгі тақтайшалар арқылы келесісіне өту.

Педагог жаттығуды қалай бастап, қайда аяқтайтынын көрсетеді, егер бала қиналып жатса, айтып жібереді.

Сақтық шарасын жасайды, қорқыныш немесе ыңғайсыздық сезінген баланы қолпаштайды, ең бастысы – тақтайшаны қалай ұстағанына (бас бармақ тақтайшаның төменгі жағынан, қалған саусақтарымен жоғарыдан) және аяғын тақтайшаға қалай қойғанына (табанының ортасымен) назар аударады.

Бір баланы шақырып жаттығуды жасатқызып, орындалуын көрсетеді.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қоймадағы тышқандар».

Ал қазір енді, балалар,

Біз ойын ойнаймыз.

Тышқан қашты мысықтан

Қатты-қатты жүгірді.

Орын тапты қуыстан

Зәресін мысық ұшырды.

III. Қорытынды

Өзінің қолына массаж жасауды ұсынады.

«Біздің қолдар жай емес»

Біздің қолдар жай емес,

Біздің қолдар алтын

Ақылды,

Оқымысты

Тамаша.

Өз денсаулығына мұқият болуды еске салады. Педагог қорытындылайды, балаларды мадақтайды.

*Мисериди
Р.Вит*

12.04.2022ж

.Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Ормандағы алаңқайда ойнаймыз»

Мақсаты: бірнеше заттан аттап өте алады

Күтілетін нәтиже: допты қолға ұстап жаттығу жасайды, бірден үш кедергіден өтеді
Ресурстар: доптар, кедергі ағаштары.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I.. Орманға серуенге шығып, алаңқайда ойнауды ұсынады.

Еркін ұста денеңді,

Тарсылдатпай еденді

Орнымыздан тұрып ап

Жүгірейік бір уақ.

Бір, екі, үш, бір, екі, үш.

Аяқты алға созайық,

Тік көтеріп, қозғайық.

Тым сылбыр да болмайық

Алға қарай озбайық.

Бір, екі, үш, бір, екі, үш.

Қолдарына доп ұстап жүру, жүгіру, допты түрлі қалыпта ұстап аяқтың ұшымен жүру – жоғары, алға.

Нұсқау беру – қимыл кезінде допты түсірмеу, жеңіл, ырғақты қозғалу.

II. Негізгі кезең.

Допты қолға ұстап жүргізу, жүгірту, доппен әртүрлі жаттығу жасап – допты жоғары көтеру, алға қарай ұстап аяқтың ұшымен жүргізу.

Нұсқау – допты түсіріп алмай, жеңіл әрі бір ырғақпен қозғалу.

Екі қатар болып сапта тұрып доппен ЖДЖ орындау.

Жаттығудың орындалу жолын көрсетеді.

Ойын жаттығуы түрінде негізгі қимылдарды орындау.

2 метр қашықтықтағы көлденең тұрған нысанаға допты екі қолымен ұстап кеуде тұсынан лақтыру.

Ойын жаттығуы: «Ең мерген»

Қолды жігерлене созып, доптың ұшуына дұрыс траектория бере білуге назар аударту.

Алақан мен тізені тіреп, модульді аттап өтіп, төрттағандап еңбектеу.

«Қоңырау соқ»

Топтарға бірнеше кедергілерден (2 қатар болып тұрған 3 модуль) өтіп, қоңырауды соғуды ұсынады.

Еркін ойыны: «Қасқыр мен лақтар».

Бөрте, бөрте, бөрте лақ,

Бөрте лақ тым ерке-ақ.

Кетесің кейде секеңдеп,

Байламаса көкем кеп.

III. Қорытынды кезең

Өз-өзіне массаж жасау: «Мыршай».

Кішкентай мыршай

ұйқыдан тұрды.

Оңға қарай керілді,

Солға қарай керілді,

Күнге қарап жымыды.
Жұдырыған түйіп ап
Уқалады денесін.
Қолы менен аяғын,
Бүйірін де қалдырмай,
Қарашы, міне, әдемі-ай!
Алақанын ашып сосын
Жайлап соқты ақырын,
Сипалады қолы менен аяғын,
Бүйірін де қалдырмай
Қарашы, міне, әдемі-ай!

15.04.2022ж

*Мисерис
Рәшит*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Көктемгі көңіл күй»

Мақсаты: бөренемен жүре алады, кедергілер арқылы өте алады

Күтілетін нәтиже: бөрене үстімен жүргенде тепе-теңдікті сақтайды, қонжықтың көңілін көтереді.

ҰОҚ барысы:

I.. Ойыншық қонжықты көрсетеді. Қонжықтың көңіл күйі нашар екеніне көңіл аудартады.

Қонжықпен ойнап, оның көңіл күйін көтеруді ұсынады.

II. Негізгі кезең.

Ойын жаттығуы: «Дыбысты-дыбыссыз».

Ойын гимнастикасы

Жолдарына үңіліп,

Екі бақа жүгіріп,

Секіреді, бақ-бақ,

Ағааштарды аттап.

Олар ерте тұрады,

Беті-қолын жуады.

Оңға-солға шайқалып,

Бақылдайды ән салып.

Судан шіркей табады,

Өсіп үлкен болады.

Бақ-бақ, нақ-нақ,

Біздер айттық тақпақ.

/Б.Бөрібаев/

Ойын жаттығуы түрінде негізгі қимылдарды орындау.

Ойын жаттығуы: «Батыл қонжық».

Тегістелген бөрене үстімен жүру.

Тепе-теңдікті сақтауға көңіл аудару.

Балалар бөрене үстімен жүргенде сақтық шараларын жасау.

Ойын жаттығуы: «Қоңырау соқ».

Модульдерден өрмелеп өтіп, алақан мен табанды тіреп, төрттағандап еңбектеу.

Жаттығудың орындалу ретін еске салады, бір бала көрсетіп тұрады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Күн мен жаңбыр».

III. Қорытынды.

«Қабырға, қабырға,
Екі баспалдақ.
Шатыр,
Екі терезе

Дың-дың қоңырау!»

Қонжық балаларға көңіл күйін көтерген үшін алғыс айтады.
Балалар үшін билеп береді.

18.04.2022ж

.Дене шынықтыру

*Мисериді
Рәуф*

Тақырыбы: «Тентек доптар саусақтарды шыңдайды»

Мақсаты: допты екі қолмен лақтыра алады және ұстап ала алады

Күтілетін нәтиже: допты еденге лақтырып, оны ағып алады, саусаққа массаж жасайды.

Ресурстар: доптар..

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I. Себеттегі доптар назар аудартады.

Допты қолына алып, айналдырады:

Добым-добым домалақ,

Бүйірі оның топ-томпақ.

Балаларға сен қарашы,

Жүгіріп, секіріп ойнашы.

II. Негізгі кезең.

Бір қатармен сапта жүргізу.

Кезегімен жүргізуді және жүгіртуді алмастырады.

Себеттен доптарды алуды ұсынады.

Түрлі түсті доптар,

Жылдам оны алыңдар.

Допты алып ойнайық,

Саусақтарды шыңдайық.

Қимылдың негізгі түрлері.

Допты еденге лақтыру және оны қағып алу.

Төменге лақтырған допты екі жағынан ұстап алу оңай екеніне көңіл аудартады, жаттығуды орындағанда секірмей, тыныш тұру керектігін еске салады.

«Домалат та, жетіп ал».

Екі қолымен допты тіке бағытта домалату.

Балаларды белгіленген жерге (жіп) жақындап, тақпақтың мәтініне сәйкес қимылдар орындауға шақырады.

Көңілді доптарды,

Домалаттық алысқа.

Қуып жету оларды,

Қиын емес бізге.

Тереңдікке секіру – 20 см биіктіктегі сәкіден секіру.

Б.қ. – аяқты табан қашықтығында қояды, тізені аздап бүгеді, денесін тік ұстайды, қолын артқа қарай қайырады.

Секіріп түсуге, сәкіден секіріп түскенде тепе-теңдікті сақтауға, басын және денесін тік ұстауға, алға қарап тұруға назар аударады.

Саусақтарға массаж жасау.

Алақанды қатты уқалап,
Әр саусақты бұраймын.
Амандасып онымен,
Созамын да оны мен.
Саусақты саусаққа қосып,
Құлыпқа жауып қоямын,
Жылуды қоям сақтап.
Саусақтарды босатам,
Жүгіріп кетсін қоян боп.

III. Қорытынды кезең

Педагог қорытындылайды.

Күлкінің суреті бар допты көрсетеді:

«Біздің доптар сендермен ойнағандарына, саусақтарды шындауға көмектескендеріне риза болып қуануда».

19.04.2022ж

*Мисериді
Рәшит*

.Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Сықырлы қоңырау»

Мақсаты: нық қадаммен жүре алады, Шектелген алаңда тепе-теңдікті сақтай алады, қимыл арқылы музыканы бейнелей алады

Күтілетін нәтиже: бөрене үстімен жүргенде тепе-теңдікті сақтайды, шашыла жүреді мен жүгіреді.

Ресурстар: музыка мен доптар..

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I. Дорбағана зараудартады.

Ойынғашақырған затты (сықырлы қоңырау) дыбысы арқылы табуды ұсынады.

2. Негізгі кезең:

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қатыпқал!» – қоңырауды дыбысымен шашыла жүргізу және жүгірту.

Музыкалық жұмбақтарды шешу, музыкалы-ырғақты қимылдар (түлкі, қасқыр, аю, тиін, қоян)

Қимылдардың дәлме-дәлорындалуын қадағалайды.

Аңдардың қимылдарының ерекшеліктеріне сесқалады.

Ойынжаттығуы түрінде негізгі қимылдарды орындау.

Ойынжаттығуы: «Батыл қонжық».

Тегістелген бөрене үстімен жүру

Нұсқау беру – тепе-теңдікті сақтау.

Балалар бөрене үстімен жүргенде сақтық шарасын жасау.

Аяқты алға қарай қойып жүру.

Ойынжаттығуы: «Жолмен жүріп өт» – батпақты із салынған жолмен жүріп өтіп, шариктерді алып келу.

Аяқты алға қарай қойып жүруді түсіндіреді және көрсетеді.

Екі команданың шариктерінің санын салыстырады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қасқыраулау».

Балаларды екі топқа – «Аңшылар», «Қасқырлар» деп бөледі.

Техникалыққа үйсіздікті ескесалады, қасқырлар бір-бірімен соқтығыспау керек.

III. Қорытынды кезең:

Шеңбер құрып отырып, тағы да бір рет сиқырлық оңыраудыңды бысынтыңдап, бір-біріне күлкі, жақсы көңіл күй сыйлауды ұсынады.

22.04.2022ж

*Мисериди
Р.Б.И.*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Бауырсақ, бауырсақ»

Мақсаты: кедергілер арасынан тепе-теңдікті сақтап «жыланша» ирелеңдеп жүре алады

Күтілетін нәтиже: кедергілер арасынан «жыландай» ирелеңдеп жүреді, тізені жоғары көтеріп жүреді.

Ресурстар: кедергілер..

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I.. «Бауырсақ» ертегісінен үзінді айтып береді. Ата мен әженің үйіне баруды ұсынады.

Бір-бірінің артынан жай жүру (2 с).

Міне, орманға келдік,

Келіңдер, шыршалардың арасымен жүрейік.

Заттардың арасымен «ирелеңдеп» жүру (5 с).

Биік шөптермен.

Тізелерін жоғары көтере отырып жүру (5 с).

Томардан аттап өтеміз.

Заттардан аттап өту (5 с).

Аяқтың ұшымен жүру (5 с).

Жай жүру (5 с).

– Қараңдаршы, мұнда құс ұя салыпты. Құстың балапандарын қорқытын алмас үшін ақырын жүрейік. Ұяның қасынан ақырын өттік.

II. Негізгі кезең.

Міне, біз орманға келдік.

Шыршалардың арасымен жүрейік.

Биік шөптер арасымен.

Балшықты аттап өтейік.

Қараңдар, мына жерге құстар ұя салыпты. Балапандарды қорқытпау үшін тыныштық сақтап өтейік.

Ұяның жанынан өтіп, әрі қарай жай жүреміз.

Міне, біз ата мен әженің үйіне келдік.

Таңертең ата ұйқыдан тұрды, жан-жағына қарады.

Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады,

3-4 – солға бұрады.

Үйден шықты және керілді.

Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді;

3-4 – түсіреді. (5-6 рет)

Әжеге былай деді:

– Бауырсақ пісіріп жіберші.

Ал әже оған былай жауап қайтарады:

– Неден пісірем, ұн жоқ қой.

– Қойманы сыпыр, қаптың түбін қыр, сөйтіп жинап аласың.

Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды.

Еңкейеді (6 рет).

Әже ұнды жинап алып, бауырсақ пісіреді.

Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет).

Әже бауырсақты пісірді де, терезенің алдына қойды. Бауырсақ жолға секіріп түсті де, домалап кетті. Соңынан жүгірейік.

Қимылды әңгіме түрінде негізгі қимылдар

– бауырсақ орманда домалап келеді, шыршаның төменгі бұталарының астынан өтті.

– құлап жатқан ағаштардан аттап өтті.

– жылғадан секіріп өтті.

– өзенге келді. Өзеннен көпір арқылы өтті. Қоянды кездестірді (ойыншық қоянды көрсетеді).

Қоян айтады:

– Бауырсақ, бауырсақ, мен сені жеймін!

– Мені жеме, одан да маған өзің сияқты секіруді үйрет.

Бауырсақ әрі қарай домалап, өзенге жетті. Жағада құм жатыр. Ол құмның үстімен жүргісі келді. Осы кезде өзенге аю келді.

Аю айтады:

– Бауырсақ, бауырсақ, мен сені жеймін!

– Мені жеме, одан да аюлар қалай жүреді, көрсетші.

Бауырсақ аюдан үйренді де әрі қарай домалады. Алдынан түлкі шықты.

– Бауырсақ, бауырсақ, мен сені жеймін!

– Мені жеме, түлкі! Одан да екеуіміз ойнайық.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Жұбынды тап!».

III. Қорытынды кезең:

Ойын массажы: «Тентек мұрын»

«Мұрын жағымсыз иіс сезді».

*Миссия
Роберт*

25.04.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Балақайлар хайуанаттар бағында»

Мақсаты: Кедергілерді аттап өткенде тепе-теңдікті сақтай алады

Күтілетін нәтиже: залдың бір жағынан екінші жағына жүгіру аяқтың ұшымен жүре біледі, аласа заттардың үстінен аттап өтеді, тепе-теңдік сақтайды.

Ресурстар: кедергілер..

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I.. «түлкі мен қоян» ертегісінен үзінді айтып береді. Зообаққа баруды ұсынады.

Бір-бірінің артынан жай жүру (2 с).

Міне, зообаққа келдік,

Келіңдер, шыршалардың арасымен жүрейік.

Заттардың арасымен «ирелендеп» жүру (5 с).

Биік шөптермен.

Тізелерін жоғары көтере отырып жүру (5 с).

Томардан аттап өтеміз.

Заттардан аттап өту (5 с).

Аяқтың ұшымен жүру (5 с).

Жай жүру (5 с).

– Қараңдаршы, мұнда құс ұя салыпты. Құстың балапандарын қорқытын алмас үшін ақырын жүрейік. Ұяның қасынан ақырын өттік.

II. Негізгі кезең.

Міне, біз зообаққа келдік.

Шыршалардың арасымен жүрейік.

Биік шөптер арасымен.

Балшықты аттап өтейік.

Қараңдар, мына жерге құстар ұя салыпты. Балапандарды қорқытпау үшін тыныштық сақтап өтейік.

Ұяның жанынан өтіп, әрі қарай жай жүреміз.

Міне, біз зообаққа келдік.

Таңертең аңдар ұйқыдан тұрды, жан-жағына қарады.

Б.қ.– о.с. 1-2 – басты оңға бұрады,

3-4 – солға бұрады.

Үйшіктерінен шықты және керілді.

Б.қ.– о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді;

3-4 – түсіреді. (5-6 рет)

Қимылды әңгіме түрінде негізгі қимылдар

– бауырсақ орманда домалап келеді, шыршаның төменгі бұталарының астынан өтті.

– құлап жатқан ағаштардан аттап өтті.

– жылғадан секіріп өтті.

– өзенге келді. Өзеннен көпір арқылы өтті. Қоянды кездестірді (ойыншық қоянды көрсетеді).

Қоян айтады:

– Бауырсақ, бауырсақ, мен сені жеймін!

– Мені жеме, одан да маған өзің сияқты секіруді үйрет.

Бауырсақ әрі қарай домалап, өзенге жетті. Жағада құм жатыр. Ол құмның үстімен жүргісі келді. Осы кезде өзенге аю келді.

Аю айтады:

– Бауырсақ, бауырсақ, мен сені жеймін!

– Мені жеме, одан да аюлар қалай жүреді, көрсетші.

Бауырсақ аюдан үйренді де әрі қарай домалады. Алдынан түлкі шықты.

– Бауырсақ, бауырсақ, мен сені жеймін!

– Мені жеме, түлкі! Одан да екеуіміз ойнайық.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Жұбынды тап!».

III. Қорытынды кезең:

Ойын массажы: «Тентек мұрын»

«Мұрын жағымсыз иіс сезді».

Миссериді.

26.04.2022ж

.Дене шынықтыру

Тақырыбы: «1-2-3 – кітапқа жан біт!»

Мақсаты: Дене бітімін тік ұстап, табанның алдыңғы жағымен бір қарқынмен жүруе алады және жеңіл жүгіре алады

Күтілетін нәтиже: аяқтың ұшымен жүреді және жүгіреді

Ресурстар: кітаптар, кедергілер..

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I. Дорбағаназараудартады.

Ойынғашақырғанзатты (сиқырлықоңырау) дыбысыарқылытабудыұсынады.

2. Негізгі кезең:

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қатыпқал!» – қоңыраудыбысыменшашылажүргізу және жүгірту.

Музыкалық жұмбақтарды шешу, музыкалы-ырғақты қимылдар (түлкі, қасқыр, аю, тиін, қоян)

Қимылдардың дәлме-дәлорындалуын қадағалайды.

Аңдардың қимылдарының ерекшеліктеріне сес салады.

Ойын жаттығуы түрінде негізгі қимылдарды орындау.

Ойын жаттығуы: «Батыл қонжық».

Тегістелген бөрене үстімен жүру

Нұсқау беру – тепе-теңдікті сақтау.

Балалар бөрене үстімен жүргенде сақтық шарасын жасау.

Аяқты алға қарай қойып жүру.

Ойын жаттығуы: «Жолмен жүріп өт» – батпақтыз салынған жолмен жүріп өтіп, шариктерді алып келу.

Аяқты алға қарай қойып жүруді түсіндіреді және көрсетеді.

Екі команданың шариктерінің санын салыстырады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қасқыраулау».

Балаларды екі топқа – «Аңшылар», «Қасқырлар» деп бөледі.

Техникалық қауіпсіздікті ескесалады, қасқырлар бір-бірімен соқтығыспауы керек.

III. Қорытынды кезең:

Шеңбер құрып отырып, тағы да бір рет сиқырлықоңыраудың дыбысын тыңдап, бір-біріне күлкі, жақсы көңіл күй сыйлауды ұсынады.

29.04.2022ж

*Мисериді
Рәшит*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Аңдарға арналған жаттығу»

Мақсаты: секіре алады және допты қақпаға домалата алады

Күтілетін нәтиже: жануарлар туралы ойларын жеткізеді, карточкадан оларды таба біледі, қимылдарды тек берілген команда бойынша орындайды, жаттығу жасағанда бір-біріне кедергі келтірмейді

Ресурстар: доптар..

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I. Себеттегі доптар назар аудартады.

Допты қолына алып, айналдырады:

Добым-добым домалақ,

Бүйірі оның топ-томпақ.

Балаларға сен қарашы,

Жүгіріп, секіріп ойнашы.

II. Негізгі кезең.

Бір қатармен сапта жүргізу.

Кезегімен жүргізуді және жүгіртуді алмастырады.

Себеттен доптарды алуды ұсынады.

Түрлі түсті доптар,

Жылдам оны алыңдар.

Допты алып ойнайық,

Саусақтарды шыңдайық.

Қимылдың негізгі түрлері.

Допты еденге лақтыру және оны қағып алу.

Төменге лақтырған допты екі жағынан ұстап алу оңай екеніне көңіл аудартады, жаттығуды орындағанда секірмей, тыныш тұру керектігін еске салады.

«Домалат та, жетіп ал».

Екі қолымен допты тіке бағытта домалату.

Балаларды белгіленген жерге (жіп) жақындап, тақпақтың мәтініне сәйкес қимылдар орындауға шақырады.

Көңілді доптарды,

Домалаттық алысқа.

Қуып жету оларды,

Қиын емес бізге.

Тереңдікке секіру – 20 см биіктіктегі сәкіден секіру.

Б.қ. – аяқты табан қашықтығында қояды, тізені аздап бүгеді, денесін тік ұстайды, қолын артқа қарай қайырады.

Секіріп түсуге, сәкіден секіріп түскенде тепе-теңдікті сақтауға, басын және денесін тік ұстауға, алға қарап тұруға назар аударады.

Саусақтарға массаж жасау.

Алақанды қатты уқалап,

Әр саусақты бұраймын.

Амандасып онымен,

Созамын да оны мен.

Саусақты саусаққа қосып,

Құлыпқа жауып қоямын,

Жылуды қоям сақтап.

Саусақтарды босатам,

Жүгіріп кетсін қоян боп.

III. Қорытынды кезең

Педагог қорытындылайды.

Күлкінің суреті бар допты көрсетеді:

«Біздің доптар сендермен ойнағандарына, саусақтарды шыңдауға көмектескендеріне риза болып қуануда».

*Мисериді
Рәшит*

3.05.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Орман, тоғайға серуенге барамыз»

Мақсаты: екі аяқпен ептілікпен еденнен итеріліп, кедергіден секіріп өте алады. Саптағы қатарды бұзбай, бағытты өзгерте отырып жүру мен жүгіруді алмастыра алады

Күтілетін нәтиже: педагогтің берген командасымен қозғалыстың бағытын өзгерте біледі

Ресурстар: кедергілер.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні

*Мисериді
Рәшит*

6.05.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Күлкіден шуақ шашылған»

Мақсаты: Ептілікпен итеріліп және жартылай бүгілген аяғымен кедергілерден секіріп түсе алады

Күтілетін нәтиже: педагогтің командасымен заттарды белгіленген орынға жинайды, жіптің бумасын бір-бірінің қолына дәлме-дәл береді

Ресурстар: кедергілер.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I..

Педагог өздерін орманнан келген көжек қонаққа шақырғанын хабарлайды.

Балаларды жұппен тұрғызады.

Жұппен жүру.

Балаларды тізбекке тұрғызады.

Педагогтың белгісі бойынша тоқтай отырып, бір-бірден жүгіруге аяқтың ұшымен жүру, шеңбер бойына тұру.

«Қатты-ақырын» ойын жаттығуы.

Педагогтың нұсқауы бойынша:

«Ақырын!» – аяқтың ұшымен жүреді,

«Қатты!» – аяқтарын қатты тарсылдатады.

Тізбектен шықпауға, жеңіл, ырғақты қозғалуға тырысады.

№3 тыныс алу гимнастикасы.

Денені тік ұстау, тыныс алу-тыныс шығару актілерін реттеу.

II. Негізгі кезең.

Текшелермен жалпы дамытатын жаттығулар(№1 қосымша, №17 кешен).

Ойын түрінде негізгі қимылдарды орындау.

Допты еденге лақтырып, қайта қағып алу.

Допты қағып алу әдісіне көңіл аудару – төмен қарай лақтырылған допты екі жағынан ұстап алу оңайырақ.

Екі аяқпен текшеден секіріп өту.

Еденнен екі аяқпен бір мезетте жігерлене итеріліп, аяғын жартылай бүгіп, аяғының ұшымен түсуге назар аударады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Будақ-будақ жіп».

Нұсқау – жіптің бумасын келесі баланың қолына дәлме-дәл ұстату.

Марғау жіпті алып қоюға тырысады.

III.Қорытынды кезең (рефлексия)

Ойын жаттығуы: «Марғаулар – кішкентай балақайлар».

Марғаулар кішкентай балалар сияқты өте сезімтал, нәзік әрі көңілді екенін еске салады. Жануарларды тастау кетуге болмайды.

13.05.2022ж

Масерис
Рәшит

Денешынықтыру

Тақырыбы: «Африкадан келген қонақтар»

Мақсаты: гимнастикалық қабырғада өрмелей алады

Күтілетін нәтиже: гимнастикалық қабырғаға мініп-түсуді, тұтқаларынан дұрыс ұстайды.

Ресурстар: доптар мен кедергілер.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

Спорт залдың ішінде жасырынған ерекше қонақты тауып алуды ұсынады. Маймылдарды табады. Қолдарын түрлі қалыпта ұстап, тізбекте жүру, түрлі бағытта жүгіру, қолдарына допты ұсап жүру.

Негізгі кезең.

Допты екі жағынан екі қолмен ұстау(маймылдар өте епті әрі тұтқыр).

Жаттығудың орындалу сапасын қадағалайды.

Ойын түрінде негізгі қимылдарды орындау:

Диаметрі 15см допты екі қолмен тор арқылы бастан асыра лақтыру

Доптың ұшу траекториясына,қолды созып лақтыруға назар аудартады.Жаттығуды орындау реті-допты алып,сызыққа таянады,допты лақтырады,доптың соңынан жүгіреді,қатардың соңына барып тұрады.

Гимнастикалық қабырғаға шығу және одан түсу.

Көлбеу тақтадан ұстау:төрт саусағымен жоғарыдан,бас бармақпен төменнен сондықтан маймылдар бұтақтардан жабысып ұстайды және құламайды.

Қимылды-қозғалыс ойыны: «Орыныңды тап!»

Қорытынды кезең:

Қолға гимнастика: «Саусақтар»

Қолымыз тізеде,

Жұдырық түюлі,

Саусақтар қаттырақ бүгілген

Жұдырық ашылды,

Саусақтар босады.

Балаларды мадақтайды.

16. .05.2022ж

*Мисериді
Р.Биб*

.Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Көгалға шығамыз, көңілді ойнаймыз»

Мақсаты: жоғарыда тұрған затқа қолын тигізіп, биіктікке секіре алады, еденнен ептілікпен аяқпен итеріле алады

Күтілетін нәтиже: жоғарыда тұрған затқа қолын тигізіп, биіктікке секіре алады

Ресурстар:гүлдің суреттері,бояғыштар.

Әдіс-тәсілдер:4К моделі,бақылау, саралау,әңгіме,бала үні.

ҰОҚ барысы:

I.. Ойын жаттығуы: «Көгалда серуендейміз».

Нұсқау – алға қарап жүру, басын төмен түсірмеу.

Тізбекте жүру және жүгіру, аяқтың ұшымен жүру, қолға арналған тапсырмамен – қолдарды екі жаққа, жоғары. Тік тұру, аяқты тізеден аз бүгуге баса назар аударады.

II. Негізгі кезең.

Бір қатармен жүру, жүгіру, аяқтың ұшымен жүру, қолымен жаттығу жасау – қолын екі жаққа созу, жоғары көтеру.

Жақсылап түзелуге, тізелерін бүгуді азайтуға көңіл аудартады.

Шенбер бойымен тұрып ЖДЖ орындау.

Екі қатар болып сапқа тұру.

Сапқа тұруға көмектеседі.

Негізгі қимылдарды орындау:

Таяқтардан жол құрастырады (ені – 20 см, ұзындығы – 2,5 м).

1.. Тіке жолмен жүру және жүгіру.

2.Жоғарыда ілініп тұрған затқа (қоңырауға) қолын тигізіп биіктікке секіру.

Жаттығудың орындалу ретін түсіндіреді (бір бала көрсетіп тұрады).

Жолмен жүргенде, жүгіргенде тепе-теңдікті сақтауға назар аударылады.

Секірген кезде бар күшімен, жігерімен, уақытымен және жылдам итерілуі керек.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Өз гүліңді тап!» (2 рет қайталау).

Еденге үлкен гүлдер (қызыл, ақ, көк, жасыл түсті) орналастырады.

Балаларға түрлі түсті көбелектер (қызыл, ақ, көк, сары түсті) таратып береді.

206

Суық тиюдің алдын алуға арналған бетке жасалатын массаж: «Ара».

Ра – ра – ра – гүлде отыр ара,

Ел – ел – ел – соқты самал жел.

Ра – ра – ра – қанатын жайды ара.

Ра – ра – ра – бал тасиды ара.

III.Қорытынды кезең (рефлексия):

Ойын жаттығуы: «Гүлді иіскейік».

17.05.2022ж

*Мисерисе
Рәхмет*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Ойыншыққа толы сандық»

Мақсаты: Жоғарыда ілініп тұрған затқа басын тигізіп, биіктікке секіре алады

Күтілетін нәтиже: қолмен жаттығу жасай жүріп, аяғының ұшымен жүреді, екі қатар болып сапқа тұрады, жоғарыда ілініп тұрған затқа басын тигізіп биіктікке секіреді

Ресурстар:жіптер мен ойыншықтар.

Әдіс-тәсілдер:4К моделі,бақылау, саралау,әңгіме,бала үні.

ҰОҚ барысы:

I.. Ойын жаттығуы: «Сандықты тауып ал!».

Зал ішінде жүргізу – алға қарап жүру, басын төмен түсірмеу.

Бір-бірінің қолынан ұстап шеңбер бойымен жүру.

Ойын гимнастикасы

Алақанды ашайық,

Шапалақты соғайық.

Шап-шап-шапалақ - шап-шап-шапалақ - шап-шап-шапалақ ,

Шап-шап-шапалақ - шап-шап-шапалақ - шап-шап-шапалақ .

Маған қарай қараңдар,

Бәрін бірдей қайталаңдар.

Бір-екі-үш, бір-екі-үш,

Бәрін бірдей қайталаңдар.

(Барлық қимылды).

Ал енді аяқтармен,
Тыпырлаттық біз аздап
Топ-топ-топ, топ-топ-топ.
Қол мен аяқты көрсетіп,
Ойнайықшы біз аздап.
(Қолмен, аяқпен еркін қимылдар жасалады)
Бір-екі-үш, бір-екі-үш,
Ойнайықшы біз аздап.

II. Негізгі кезең.

Ойын түрінде негізгі қимылдарды орындау:

Түрегеп тұрып допты бір-біріне домалату. (2 метр қашықтықтан)

Допты таратады, кім-кімге допты домалататынын ескертеді.

Допты алға қарай бағыттауын, бар күшімен және сенімді итеруді керектігіне көңіл аудартады.

«Футболшылар»

Жоғарыда ілініп тұрған затқа (шарға) басын тигізіп, биіктіккесекіру.

Футболшы болып ойнауға, басымен допты қақпағасалуды ұсынады.

Шарға басын тигізу үшін жазықтықтан жігерлене және дәлуақытында итерілуіне көңіл аудартады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Кетті, кетті орамал».

Ойын бастаушының рөлі ойнайды және балалардан орамалды алып қоюғатырысады.

III. Қорытынды кезең (рефлексия):

Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесін талдайды. Балаларды мадақтап – шариктерді қолдарына ұстайды.

Мәсерісгі
Р.Бибі

20.05.2022ж

.Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Біз саяхаттауды ұнатамыз»

Мақсаты: жылдам қарқында жүгіре алады

Күтілетін нәтиже: жылдам қарқынмен жүгіреді, жаттығуды бірінен соң бірін орындайды

Ресурстар: кедергілер.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, әңгіме, бала үні.

ҰОҚ барысы:

I.. Паровоз ойыншығына назараудартады.

Балаларға бүгін паровозбен саяхаттайтындарын хабарлайды.

Міне, пойыз келеді,

Дөңгелегі тарсылдап.

Бұл пойызда отыр

Балалар біздің.

Чу-чу, чу-чу, чу-чу,

Паровоз жүреді,

Балаларды әкете ді.

Алысқа, алысқа.

Мінекей, аялдама,

Кім түседі?

Тұрындар, балалар,

Жасаймыз жаттығу.

Бір-бірден жүру және жүгіру. Жүгірген кездегі қолдарының жұмысына назараударады. 2 топқа қайтатұруға көмектеседі.

II. Негізгі кезең.

Бір қатармен жүргізу, жүгірту.

Жүгіргенде қолдың қимылына назараударады.

Екі топқа бөлініп тұруға көмектеседі.

ЖДЖ орындау.

Қимылдың негізгі түрлері.

Жылдам қарқынмен 20 метр қашықтыққа жүгіру.

Сәкіден өту және сәкінің астымен өту.

2 сәкіні бір-бірінен 2 метр қашықтықта қояды.

Жаттығуды көрсетеді және түсіндіреді: сәкінің бойымен бетінен жатады, қолымен ұстап, кезекпен немесе бір мезетте аяғын өткізеді, содан соң тұрады.

Содан соң сәкінің астымен өтеді.

2) Көлбеу ақтай үстімен жүру.

Алдымен бір көлбеу ақтаймен көтеріліп, екіншісімен түсуді ұсынады.

Велосипед тебу. Велосипедке өз бетінше отыру. Тура жүру. Жерден аяқпен итерілу.

Жылдамдық жинау. Аяқты педальға қою және оларды айналдыру.

Велосипедпен жүрген кезде аяқтар педальды табанның алдыңғы бөлігімен біркелкі басады.

Жүріп бара жатқандар ульді өте аты тұстаудың қажеті жоқ. Алдыға қарай қатты еңкеймеу.

Ойын жаттығуы: «Өзтүсінді тап».

Балаларға үш түсті орамал таратады.

Залдың үш бұрышына тұғырға орнатылған үш жалауша апарып қояды.

III. Қорытынды кезең (рефлексия):

Су-джок массажи: «Көлік».

Біз сені меной наймыз,

Көліктератауынатаймыз.
Автокөлікжәнетікұшақ,
Автобус, пойызжәнеұшақ.
Бес саусақтыжұмамыз,
Бес көліктіатаймыз.
Педагог қорытындылайды, балалардымадақтайды.

23.05.2022ж

*Мисеригі
Рәбит*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Ормандағы соқпақ жолмен жүру»

Мақсаты: қол ұстасып, айнала жүгіре алады

Күтілетін нәтиже: Допты екі қолымен кеуде тұсынан лақтыра алады, қолды шұғыл қимылмен соза алды

Ресурстар: тақырып бойынша спорттық құралдар.

Әдіс-тәсілі: 4К, бала үні, саралау. жанама бақылау

ҰОҚ барысы:

I.«Қонаққа шақырамыз» деген ашықхаты бар шарға назар аудартады.

Ойын жаттығуы: «Паровоз».

Тыныс алу жолдарына арналған жаттығулар кешені.

«Біз паровозбен орманға келдік».

Біз паровозбен орманға келдік:

Чух-чух-чух! Чух-чух-чух! Шынтақты бүгіп, баяу жүру.

Айнала неткен тамаша!«М-м-м», – на дем шығарып, мұрындарын саусақпен ұрып жүреді.

Төмен иіліп, екі қолымен кеуделерін қапсыра құшақтайды.

Ой, қараңдар, ашулы кірпі келе жатыр:

П-ф-ф-ф, п-ф-ф-ф, п-ф-ф-ф! кірпі сияқты бүкеліп жатады.

Кірпінің мұрны қайда? Мен көре алмай тұрмын.

Фэф-р! Фэф-р!Фэф-р!

О-О-О! Ызылдап ара ұшынкелді. Ол бал жинапжүр.

З-з-з! З-з-з!

Меніңшынтағымақонды.

З-з-з! З-з-з!

Мұрынғақонды: Көмейгежаттығуларжасау.

З-з-з! З-з-з!

Есекараданқорқыпкетті.

Й-а-а! Й-а-а! Й-а-а!

Онындауысыбүкілормандышарлапкетті:

Й-а-а! Й-а-а! Й-а-а!

Аспандажабайықаздарұшыпжүр. «Ұшып» жүреді.

Қақ! Қақ!

II. Негізгікезең.

Доппенжалпыдамытатынжаттығулар (№1 қосымша, №24 кешен).

Ойынтүрінденегізгіқимылдардыорындау.

Ирекжолмен (иректеліпқойылғанжіп) алаңқайдың (залдың) қарсыжағынаөтуді ұсынады.

Кеудетұсынандоптыекіқолыменлақтыру.

Қолдышұғылсозыпжіберугеназараудартады.

Доптыңсоңынанбелгіберілгендеғанажүгірукеректігінескесалады.

Қозалысойыны: «Көпірденеңбектепөт».

Ойынорнынқұрастырады – жіптерденөзенді, гимнастикалықтақтайларданкөпір жасайды.

Кедергіденөтуді – көпірденеңбектепөтіп, өзенніңқарсыжағынабарыптұрудыұсынады.

III. Қорытындыкезең (рефлексия):

Демалуғажаттығу.

Көздібіргежұмайық,

Демалукереколарға.

Кірпі, сен де жұмкөзді

Демалшыбізбенбірге.

24.05.2022ж

*Мисериді
Рәхмет*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Сәуле әженің сыйлықтары»

Мақсаты: заттан секіре алады

Күтілетін нәтиже: Саптыңқатарын бұзбай бағытты өзгерте отырып, жүру мен жүгіруді алмастыра алады. Биіктетілген тірек үстінде тепе-теңдікті сақтай алды

Ресурстар: тақырып бойынша спорттық құралдар.

Әдіс-тәсілі: 4К, бала үні, саралау. жанама бақылау

ҰОҚ барысы:

I. Шеңбер бойымен тұрған текшелерге назар аудартады.

«Текшені көтер» ойын жаттығуы.

Нұсқау – жүру және жүгіру бағытын өзгерту кезінде сапты бұзбау.

Балалар текшелердің жанында тұрады. Текшелердің айнала шеңбермен жүреді, бағытты өзгерте отырып жүреді және жүгіреді. Педагогтің: «1-2-3- текшені көтер!» деген нұсқауы бойынша жылдам өз текшесін табады, жоғары көтереді. Қозғалыс бағытын өзгерту кезінде саптан шықпауға тырысады.

II. Негізгікезең.

Доппенжалпыдамытатынжаттығулар (№1 қосымша, №24 кешен).

Ойынжаттығуы: «Заттыкөтер» (текшені).

Бағыттыөзгертежүргендежәнежүгіргендеқатардыбұзбау.

Негізгіқимылдардыорындау:

Кедергінің (текшенің)

үстіненекіаяқпенсекіріпөту

– екіаяқпенбірмезеттееденненитерілуге, тізесінжартылайбүгіп, аяғыныңұшымен секіріптүсугеназараударылады.

Гимнастикалықсәкіүстіменжүру (қолдарынекіжаққасозу).

Текшелердісебеткесалады, ойынойнауғадоптыалады. Денебітімінтікұстауына, тепе-теңдіктісақтауынакөңілаударады.

Қимыл-қозғалысойыны: «Еңепті».

Доптықағыпалутәсілінескесалады – доптыжоғарығалақтырғанда, доптысаусақтары айқараашылғаналақаныментөменненқағыпалуыңғайлы.

III. Қорытындыкезең (рефлексия):

Қимыл-қозғалысойыны: «Кетті, кеттіорамал».

27.05.2022ж

*Мисериді
Рәхмет*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Денсаулық еліне пойызбен саяхаттаймыз»

Мақсаты: алысқа лақтыра алады және құрсауға секіре алады

Күтілетін нәтиже: секіреді, бір қатармен сапқа тұрады, шеңбер бойымен тұрады, дене бітімін тік ұстап, тепе-теңдікті сақтап еркін жүреді және жүгірді

Ресурстар: тақырып бойынша спорттық құралдар.

Әдіс-тәсілі: 4К, бала үні, саралау. жанама бақылау

ҰОҚ барысы:

I.. Балалармен сәлемдеседі, оларға денсаулығын түзету үшін пойызға мініп саяхатқа шығуды ұсынады.

Чук – Чук – Чук! Чук – Чук - Чук!

Паровоз –біздің досымыз.

Ойлы-қырлы жерлермен,

Қалың ну орманмен

Зулап алып жүреді.

Қолыңмен мықтап ұста,

Достарыңнан айрылма.

Машинист қара, алға,

Көңілді жол алда.

Бірқатармен жүргізу, жүгірту.

Педагог«паровоз» болып алда келеді және тақпақты айтып, әртүрлі бағытта, соңынан вагондарды ертіп жылжиды.

II. Негізгі кезең.

Доппен ЖДЖ орындау (музыка ырғағымен).

Хабарлама:

Бірінші стансы – «Аңдар жаттығуы».

«Кәне, жылдам қатарғатұр,

Шақырамыз бар баланы.

Вагондардан шығыңдар,

Көрсет күш пен ептілікті»

Негізгі қимылдарды орындау:

1)Оң және сол қолдарымен қашықтыққа лақтыру.

Хабарлайды:

Екінші стансы– «Кім алысқа лақтырады».

Жаттығуды көрсетеді.

Белгі сызыққа келіп, допты неғұрлым алысқа лақтыру ұсынылады.

Балшықтан-балшыққа секіру.

Хабарлайды:

Үшінші стансы – «Секіргіш».

Залдың ішінде еркін күйде шеңберлерді қояды.

Кез келген шеңберге секіру арқылы жағаға шығуды, батпақтан өтіп кетуді ұсынады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Өткеншек».

Төртінші стансы – «Кәне, ойнайық!»

Ойын ойнауды ұсынады.

III. Қорытынды кезең (рефлексия):

Шырша жаңғақтарымен қолға массаж жасау.

Алақанға қадалды жаңғақ инесі,

Аздап ойнайық біз онымен,

Жаңғақпен біз ойнаймыз,

Қолымызды шыңдаймыз.

Саусағымыз епті болады,

Ұлдар мен қыздар ақылды.

Міне, біздің «Денсаулық еліне» жасаған саяхатымыз аяқталды.
Денсаулықтарың мықты болғанын көрсетіңдерші.

*Мисериді
Рәкіп*

30.05.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Ормандағы соқпақ жолмен жүру»

Мақсаты: қол ұстасып, айнала жүгіре алады

Күтілетін нәтиже: Допты екі қолымен кеуде тұсынан лақтыра алады, қолды шұғыл қимылмен соза алды

Ресурстар: тақырып бойынша спорттық құралдар.

Әдіс-тәсілі: 4К, бала үні, саралау. жанама бақылау

ҰОҚ барысы:

I.«Қонаққа шақырамыз» деген ашықхаты бар шарға назар аудартады.

Ойын жаттығуы: «Паровоз».

Тыныс алу жолдарына арналған жаттығулар кешені.

«Біз паровозбен орманға келдік».

Біз паровозбен орманға келдік:

Чух-чух-чух! Чух-чух-чух! Шынтақты бүгіп, баяу жүру.

Айнала неткен тамаша!«М-м-м», – на дем шығарып, мұрындарын саусақпен ұрып жүреді.

Төмен иіліп, екі қолымен кеуделерін қапсыра құшақтайды.

Ой, қараңдар, ашулы кірпі келе жатыр:

П-ф-ф-ф, п-ф-ф-ф, п-ф-ф-ф! кірпі сияқты бүкеліп жатады.

Кірпінің мұрны қайда? Мен көре алмай тұрмын.

Фэф-р! Фэф-р!Фэф-р!

О-О-О! Ызылдап ара ұшынкелді. Ол бал жинапжүр.

З-з-з! З-з-з!

Меніңшынтағымақонды.

З-з-з! З-з-з!

Мұрынғақонды: Көмейгежаттығуларжасау.

З-з-з! З-з-з!

Есекараданқорқыпкетті.

Й-а-а! Й-а-а! Й-а-а!

Онындауысыбүкілормандышарлапкетті:

Й-а-а! Й-а-а! Й-а-а!

Аспандажабайықаздарұшыпжүр. «Ұшып» жүреді.

Қақ! Қақ!

II. Негізгікезең.

Доппенжалпыдамытатынжаттығулар (№1 қосымша, №24 кешен).

Ойынтүрінденегізгіқимылдардыорындау.

Ирекжолмен (иректеліпқойылғанжіп) алаңқайдың (залдың) қарсыжағынаөтуді ұсынады.

Кеудетұсынандоптыекіқолыменлақтыру.

Қолдышұғылсозыпжіберугеназараудартады.

Доптыңсоңынанбелгіберілгендеғанажүгірукеректігінескесалады.

Қозалысойыны:«Көпірденеңбектепөт».

Ойынорнынқұрастырады – жіптерденөзенді, гимнастикалықтақтайларданкөпір жасайды.

Кедергіден өтуді – көпірденеңбектеп өтіп, өзеннің қарсы жағына барып тұруды ұсынады.

III. Қорытынды кезең (рефлексия):

Демалуға жаттығу.

Көзді бірге жұмайық,

Демалу керек оларға.

Кірпі, сен де жұм көзді

Демалшы бізбен бірге.

*Мисериді
Рәшит*

31.05.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Сәуле әженің сыйлықтары»

Мақсаты: заттан секіре алады

Күтілетін нәтиже: Саптыңқатарын бұзбай бағытты өзгерте отырып, жүру мен жүгіруді алмастыра алады. Биіктетілген тірек үстінде тепе-теңдікті сақтай алды

Ресурстар: тақырып бойынша спорттық құралдар.

Әдіс-тәсілі: 4К, бала үні, саралау. жанама бақылау

ҰОҚ барысы:

I.. Шеңбер бойымен тұрған текшелерге назар аудартады.

«Текшені көтер» ойын жаттығуы.

Нұсқау – жүру және жүгіру бағытын өзгерту кезінде сапты бұзбау.

Балалар текшелердің жанында тұрады. Текшелердің айнала шеңбермен жүреді, бағытты өзгерте отырып жүреді және жүгіреді. Педагогтің: «1-2-3- текшені көтер!» деген нұсқауы бойынша жылдам өз текшесін табады, жоғары көтереді. Қозғалыс бағытын өзгерту кезінде саптан шықпауға тырысады.

II. Негізгі кезең.

Доппен жалпы дамытатын жаттығулар (№1 қосымша, №24 кешен).

Ойын жаттығуы: «Затты көтер» (текшені).

Бағытты өзгерте жүргенде және жүгіргенде қатарды бұзбау.

Негізгі қимылдарды орындау:

Кедергінің (текшенің)

үстінен екі аяқпен секіріп өту

– екі аяқпен бір мезетте еденнен итерілуге, тізесін жартылай бүгіп, аяғының ұшымен секіріп түсуге назар аударылады.

Гимнастикалық сәкі үстімен жүру (қолдарынекі жаққасозу).

Текшелерді себеткесалады, ойынына уағдоптыалады. Дене бітіміңтікұстауына, тепе-теңдікті сақтауына көңілаударады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Еңепті».

Допты қағып алу тәсіліне кесалады – допты жоғары ғалақтырғанда, допты саусақтары айқара ашылған алақаныментөменнен қағып алуыңғайлы.

III. Қорытынды кезең (рефлексия):

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Кетті, кетті орамал».

Бекітемін
МКҚК «Аққу» бөбекжай-балабақшасы

меңгеруші:  А.Шойнбаева
№1 пед кеңес шешімімен

«27» тамыз 2021ж

**«Аққу» бөбекжай-балабақшасының
дене шынықтыру нұсқаушысының
2021-2022 оқу жылындағы
«Қызғалдақ», «Наурыз» ересек
топтардың
ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ**

2021-2022 оқу жылы

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Қызғалдақ», «Наурыз» Ересектер тобы
2021 -2022 оқу жылы
Қыркүйек айы
Өтпелі тақырып «Балабақша»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қыркүйек. «Балабақша»	1.Тақырыбы: Табан мен алақанға сүйеніп төрттағандап еңбектеу. 2.Тақырыбы: Нысананы дәлде.	Негізгі қимылдар: Табан мен алақанға сүйеніп төрттағандап еңбектеу.50см жоғары көтерілген арқанның астынан өту дағдысын қалыптастыру.Қолданылатын құралдар: Арқан, ұзын орындықтар. Негізгі қимылдар: Алысқа дәлдеп лақтыруды үйрету. (3,5-6,5 м кем)
	1.Тақырыбы: Тепе-теңдікті сақтау. 2.Тақырыбы: Баспалдақтан өту. 3.Тақырыбы: Доппен ойнаймыз.	Негізгі қимылдар: Тепе-теңдікті сақтау қолын беліне қойып, бір аяқпен тұру, қолын беліне қойып екі жаққа айналууды үйрету. Негізгі қимылдар: Еденнен 20-25см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өтуін меңгерту. Негізгі қимылдар: Допты жерге лақтыру және оны екі қолмен қағып алуды үйрету.
	1.Тақырыбы: Түзу жүреміз. 2.Тақырыбы: Қызықты ойындар. 3.Тақырыбы: Құрсаумен еңбектеп үйренеміз.	Негізгі қимылдар: Кішкене қапшықты төбесіне қойып, ұзын тақтаймен жүруін қалыптастыру. Негізгі қимылдар: Ойлы-қырлы тақтаймен жүру, көлбеу тақтаймен (ені 2см, биіктігі 30-35 см) жоғары және төмен жүру мен жүгіруді үйрету. Негізгі қимылдар: Құрсаудан еңбектеп өтуді үйрету.
	1.Тақырыбы: Допты қағып аламыз. 2.Тақырыбы: Сиқырлы үңгірден өтеміз. 3. Тақырыбы: Допты	Негізгі қимылдар: Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алуды үйрету, (1,5метр қашықтықта) Негізгі қимылдар: Табан мен алақанға сүйеніп төрттағандап еңбектеу. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан өту дағдысын қалыптастыру. Негізгі қимылдар: Допты бір-біріне төменнен

	қағып аламыз.	лақтыру және қағып алуды үйрету, (1,5метр қашықтықта)
	1.Тақырыбы: Қызықты ойындар. 2.Тақырыбы: Генгуру мен дос болайық. 3.Тақырыбы: Біз епті баламыз.	Негізгі қимылдар: Сапта бір-біреуден жүру, жүгіру. 2-3 метр қашықтыққа алға жылжи отырып секіру. Қарама- қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалатуды дамыту. Негізгі қимылдар: Бір орнында тұрып екі аяқпен секіру, алға ұмтыла секіру. Гимнастикалық орындық арқылы еңбектеп өтуді үйрету. Негізгі қимылдар: Қимыл-қозғалыс маторикасын дамыту. Жүгіру кезінде сигнал бойынша саптағы өз орнын тауып алу. Допты жерге лақтыру, және оны екі қолмен қағып алу, ептілікке баулу.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Қызғалдақ», «Наурыз» Ересектер тобы
2021 -2022 оқу жылы
Қазан айы

Өтпелі тақырып ««Қош келдің, Алтын күз!»»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қазан айы «Қош келдің, Алтын күз!»	1.Тақырыбы: Тепе-теңдікті сақтаймыз. 2.Тақырыбы: Қызықты саяхат 3.Тақырыбы: Менің артымнан жүгір.	Негізгі қимылдар: Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 деп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту. Түрлі жағдайда тепе-теңдікті сақтауды үйрету Негізгі жаттығулар: Музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқында әртүрлі таныс дене жаттығуларын орындау. Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолымен қағуды үйрету. Негізгі қимылдар: Жетекшінің ауысуымен қарқынды жылдамдатып және ақырын жүгіру. Тізесін бүгіп тұрып, аяқтарды кезекпен көтеру, тепе-теңдікті сақтау, бөренемен жүруді үйрету.
	1 Тақырыбы: Досыммен ойнаған қызықты. 2.Тақырыбы: Мысық пен тышқан. 3.Тақырыбы: Күзгі баққа саяхат.	Негізгі қимылдар: Аяқты бірге, сосын алшақ қойып, біреуін алға, екіншісін артқа қойып бір орнында тұрып секіру. Допты бір-бірінен төменнен лақтыруды үйрету. Негізгі жаттығулар: 50 см жоғары көтерілген арқан астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Негізгі жаттығулар: Қырлы тақтаймен жүру. Допты жоғары лақтыру. Еденге ұру және оны екі қолымен қағып алуды үйрету.
	1. Тақырыбы: Доппен ойнаған қызықты. 2.Тақырыбы: Клебльдер мен қызықты ойын.	Негізгі қимылдар: Жүгіру кезінде сигнал бойынша саптағы өз орнын тауып алу. Допты жерге лақтыру. Негізгі қимылдар: Сапқа тұру, сапқа құрылымын өзгертіп қайта тұру. Қатарға бір-бірден сапқа тұру.Қатарға бір-бірден сапқа тұру. Кегль ойындарына үйрету. Бастапқы қалыпта дұрыс тұрып, допты лақтыру. 1,5-2 метр арақашықтықтан кегльдерді қағып түсіруді меңгерту.

	3.Тақырыбы: Еңбектеп мәреге жылдам жетеміз.	Негізгі қимылдар: 8 метрге дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеуді қалыптастыру.
	1.Тақырыбы: Допты қызықты ойындар.	Негізгі бөлім: Жүру, жүгіру әдістерін қайталап, пысықтау. Скамейка үстімен жүру.
	2.Тақырыбы: Ақ қоян. 3.Тақырыбы: Жыланша жүгіреміз.	Негізгі бөлім: Бір аяқтап секіру. Негізгі қимылдар: Аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп шеңбер бойлап, тоқтай қалып, «Жыланша» заттарды айналып өтіп, алаңның бір жағынан екінші жағына және т.с.с. жүгіру

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Қызғалдақ», «Наурыз» Ересектер тобы
2021 -2022 оқу жылы
Қараша айы
Өтпелі тақырып «Менің отбасым»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қараша айы «Менің отбасым»	1.Тақырыбы: Эстафеталық жарыс.	Негізгі қимылдар: Тізені жоғары көтеріп шеңбер бойлап жүру, аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру. Тоқтап затты алысқа, тура нысанаға лақтыру. 40см биіктіктегі доғаның астымен еңбектеу

	2.Тақырыбы: Біз көңілді балақай. 3.Тақырыбы: Күшік пен мысық .	дағдыларын қалыптастыру. Негізгі қимылдар: Еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру. Еңіс тақтай бойымен (20-30см) жүру дағдыларын қалыптастыру. Негізгі қимылдар: Жүру және жүгіру әдістерін қайталап, орындық аяқтары арасымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру, екі аяқпен алға қарай жылжи отырып секіру.
	1.Тақырыбы: Тақтай бетіне еңбектеу. 2.Тақырыбы: Скамейка үстімен жүру. 3.Тақырыбы: Орманға саяхат	Негізгі қимылдар: Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай секіру. Заттар арасымен, еденге қойылған тақта бетімен еңбектеуді үйрету. Негізгі қимылдар: Жүру, жүгіру әдістерін талап пысықтау. Скамейка үстімен жүру, секіріп түсуді қайталап жасату. Негізгі қимылдар: Еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру. Еңіс тақтай бойымен (20-30см) жүру дағдыларын қалыптастыру.
	1.Тақырыбы: Орманға саяхат 2.Тақырыбы: Жаттығулар жасаймыз 3.Тақырыбы: Доп ойнайық	Негізгі қимылдар: Еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру. Еңіс тақтай бойымен (20-30см) жүру дағдыларын қалыптастыру. Негізгі қимылдар: Жүру, алға, кері, тез, баяу, адымдап жүгіру, тез ,баяу секіру. 1 аяқпен және 2 аяқпен кедергілер арасымен еңбектеу. Негізгі қимылдар: Отырып допты бір-біріне домалату
	1.Тақырыбы: Кім жүйрік. 2.Тақырыбы: Түлкі мен қоян 3.Тақырыбы: Түлкі мен қоян	Негізгі қимылдар: Жүру түрлері -1 минут заттардың арасымен оларға тиіп кетпей жүру, жүгіру. Команда бойынша сапқа тұру. Кішкене қапшықты төбесіне қойып, ұзын тақтаймен жүруді дамыту. Негізгі қимылдар: 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіруді үйрету. Негізгі қимылдар: 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіруді үйрету.

Перспективалық жоспар
«Қызғалдақ», «Наурыз» Ересектер тобы
2021 -2022 оқу жылы
Желтоқсан айы
Өтпелі тақырып «Менің Қазақстаным»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Желтоқсан айы «Менің Қазақстаным»	1.Тақырыбы: Аяқтарымызды кезекпен көтеріміз.	Негізгі бөлім: Тізесін бүгіп тұрып, аяқтарды кезекпен көтеру, тепе-теңдікті сақтау, бөренемен жүруді үйрету.
	2..Тақырыбы: Доппен қызықты ойындар.	Негізгі қимылдар: Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру, қағып алуды пысықтау.
	1.Тақырыбы: Жыланша жүреміз.	Негізгі қимылдар: Шеңбер бойлап, тоқтай қалып, «Жыланша» заттарды айналып алаңның бір жағынан екінші жағына алаңның бір жағынан екінші жағына және т.с.с. жүгіру. 5-1 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ шеңберге секіру дағдыларын қалыптастыру.
	2.Тақырыбы: Қармен ойнаймыз .	Негізгі қимылдар: Нық қадаммен алға, артқа жүру, тізені биікке көтере отырып жүру
	3.Тақырыбы: Арқанмен жүріп үйренеміз.	Негізгі қимылдар: Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау. Еденге тігінен тұрған құрсауданеңбектеуге жаттықтыру.
	1.Тақырыбы: Қысқы саябаққа саяхат	Негізгі қимылдар: Өз бетінше сапқа тұру, шеңбердегі өз орнын табу (бағдары бойынша) дағдыларын қалыптастыру.
	1 Тақырыбы: Төбешіктен сырғанайық.	Негізгі қимылдары: Биік емес төбеден бір-бірімен сырғанату біліктерін қалыптастыру.
	2.Тақырыбы: Қыс қызығы	Негізгі қимылдар: Далада шанамен сырғанауды қалыптастыру.
	3.Тақырыбы: Өрмекші боп өрмелейміз	Негізгі қимылдар: Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары, төмен өрмелеу дағдыларын қалыптастыру.

	1.Тақырыбы: Аю мен түлкі	Негізгі қимылдар: Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу дағдысын дамыту.
	2.Тақырыбы: Доппен ойнайық	Негізгі қимылдар: Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 доп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өтуді үйрету.
	3.Тақырыбы: Біз мергенбіз.	Негізгі қимылдар: Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру дағдысын пысықтау. (3,5-6,5м)

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Қызғалдақ», «Наурыз» Ересектер тобы
2021 -2022 оқу жылы
Қаңтар айы
Өтпелі тақырып «Қызықты қыс мезгілі»

Өтпелі тақырыптар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қаңтар айы «Қызықты қыс мезгілі»	1.Тақырыбы: Біз мергенбіз.	Негізгі қимылдар: Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру дағдысын пысықтау. (3,5-6,5м) .
	1.Тақырыбы: Көңілді доптар. 2.Тақырыбы: Көңілді Күшіктер 3.Тақырыбы: Гимнастикалық тақтайшаға өрмелеу.	. Негізгі қимылдар: Доптарды домалату, қағып алу, лақтыру дағдыларын жетілдіру. Негізгі қимылдар: Таяқтың астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіруді үйрету. Негізгі қимылдар: Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеуді үйрету
	1.Тақырыбы: Қоянша секіреміз. 2.Тақырыбы: Лақтыруды меңгереміз. 3.Тақырыбы: Доппен ойнаған қызықты	Негізгі қимылдар: Биіктігі 5-10 см 2-3 заттың үстімен кезектесе секіруді қалыптастыру. Негізгі қимылдар: (2-2,5 қашықтықта) оң, сол қолмен лақтыруды меңгерту. Негізгі қимылдар: Түрлі бағытта жүгіру, затты қағып алып жүгіру.
	Тақырыбы: Жүру дағдыларын меңгереміз.	Негізгі қимылдар: Тізесін бүгіп тұрып, аяқтарды кезекпен көтеру, өкшемен таяқтың,

	2.Тақырыбы: Қызықты ойындар 3.Тақырыбы: Күшік пен мысық.	арқанның ұшымен еденге сүйене отырып, қырындап жүру, аяқтың саусақтарымен жіпті жинау дағдыларын қалыптастыру. Негізгі қимылдар: Жүруді, жүгірумен, кезектестіріп, бағытты, қарқынды өзгертіп жүру. Допты екі қолымен басынан асыра және бір қолымен кедергі арқылы лақтыру (2метр). Негізгі қимылдар: Бөрене ,гимнастикалық орындық арқылы еңбектеп өту дағдысын жетілдіру.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Қызғалдақ», «Наурыз» Ересектер тобы
2021 -2022 оқу жылы
Ақпан айы
Өтпелі тақырып «Бізді қоршаған әлем»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Ақпан айы. «Бізді қоршаған әлем»	1.Тақырыбы: Қыс қызығы 2.Тақырыбы: Футбол 3.Тақырыбы: Сапқа тұрып үйренеміз.	Негізгі қимылдар: Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 доп арқылы кезекпен қолдың түрлі қалпымен аттап өтуді үйрету. Негізгі қимылдар: Футбол. Берілген бағытта допты домалату. Допты қақпаға домалату Негізгі қимылар: Қатарға бір-бірден сапқа, шеңберге тұру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру. Бағдар бойынша теңелу, оңға, солға айналу, бұрылыстар, ажырату және жақындатуларды үйрету.

	1.Тақырыбы: Төрттағандап еңбектеп үйренеміз. 2.Тақырыбы: Жылдамдыққа жүгіреміз. 3.Тақырыбы: Біздің қызықты ойындар	Негізгі қимылдар: Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеуді үйрету. Негізгі қимылдар: Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру. Негізгі қимылдар: Жүру, алға, кері, тез, баяу, адымдап, жүгіре тез және баяу секіру. 1 және 2 аяқпен. Кедергілер арасымен секіру дағдысын пысықтау
	1.Тақырыбы: Күшікше еңбектейміз. 2.Тақырыбы: Біз ептіміз 3.Тақырыбы: Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп үйренеміз.	Негізгі қимылдар: Гимнастикалық орындықта қолдарымен тартылу арқылы ішімен еңбектеу дағдысын дамыту. Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен оларға тиіп кетпей жүру, жүгіру. Команда бойынша сапқа тұру. Кішкене қапшықты төбесіне қойып, ұзын тақтаймен жүру, дағдыларын дамыту. Негізгі қимылдар: Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары- төмен кезектескен қадаммен өрмелеу, оң аралықтан, сол аралыққа ауысуды үйрету.
	1.Тақырыбы: Лақтыру 2.Тақырыбы: Баскетбол элементтерін үйренеміз 3.Тақырыбы: Саябаққа саяхат	Негізгі қимылдар: Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру дағдысын дамыту. (3,5-6,5 метрден кем емес) Негізгі қимылдар: Өз бетінше сапқа тұру, шеңберде өз орнын (бағдары бойынша) дағдыларын қалыптастыру. Допты екі қолымен арқаннан, тордан өткізе лақтыру дағдыларын қалыптастыру. Негізгі қимылдар: Сызықтар арасымен (15 см арақашықтығы), ирек сызықпен жүру. Бір орнында оңға, солға бұрылып секіру дағдысын қалыптастыру.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Қызғалдақ», «Наурыз» Ересектер тобы
2021 -2022 оқу жылы
Наурыз айы
Өтпелі тақырып «Алғашқы тамшылар»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Наурыз айы. «Алғашқы тамшылар»	1.Тақырыбы: Саябаққа саяхат.	Негізгі қимылдар: Сызықтар арасымен (15 см арақашықтығы), ирек сызықпен жүру. Бір орнында оңға, солға бұрылып секіру дағдысын қалыптастыру
	2.Тақырыбы: Қызықты ойындар	Негізгі қимылдар: Табан мен алақанға сүйеніп төрттағандап еңбектеуді қалыптастыру.
	3.Тақырыбы: Қызықты ойындар	Негізгі қимылдар: Табан мен алақанға сүйеніп төрттағандап еңбектеуді қалыптастыру.
Наурыз айы. «Алғашқы тамшылар»	1.Тақырыбы: Секіру.	Негізгі қимылардар: 20-25 см биіктіктен секіру, бір орнында тұрып, ұзындыққа 4-6 сызықтың үстінен секіруді үйрету.(сызықтардың арақашықтығы 40-50см
	2.Тақырыбы: Секіру.	Негізгі қимылардар: 20-25 см биіктіктен секіру, бір орнында тұрып, ұзындыққа 4-6 сызықтың үстінен секіруді үйрету.(сызықтардың арақашықтығы 40-50см
Наурыз айы. «Алғашқы тамшылар»	1.Тақырыбы: Баспалдақ	Негізгі қимылдар: Еденнен 20-25 см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өтуді қалыптастыру.
	2.Тақырыбы: Қояндар.	Негізгі қимылдар: Тепе-теңдікті сақтау қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұру. Қолын беліне қойып екі жаққа

	3.Тақырыбы: Мысықтар	айналдаруды үйрету. Негізгі қимылдар: 8 метрге дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеуді үйрету.
	1.Тақырыбы: Көңілді көктем	Негізгі қимылдар: Тізесін бүгіп тұрып, аяқтарды кезекпен көтеру, өкшемен таяқтың, арқанның үстіне, аяқтың ұшымен еденге сүйене отырып, қырындап жүру, аяқтың саусақтарымен жіпті жинауды үйрету.
	1.Тақырыбы: Біз мергенбіз 2.Тақырыбы: Көктемгі гүлдер 3.Тақырыбы: Тақтайша үстімен жүру	Негізгі қимылдар: Алысқа дәлдеп лақтыру дағдысын дамыту. (3,5-6,5 м кем емес) Негізгі қимылдар: Жүгіру кезінде сигнал бойынша саптағы өз орнын тауып алу. Допты жерге лақтыру және оны екі қолмен қағып алу, ептілікке үйрету. Негізгі қимылдар: Кішкене қапшықты төбесіне қойып, ұзын тақтаймен жүруді үйрету.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Қызғалдақ», «Наурыз» Ересектер тобы
2021 -2022 оқу жылы
Сәуір айы
Өтпелі тақырып «Табиғаттың гүлденуі»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Сәуір айы: Табиғаттың гүлденуі»	1.Тақырыбы: Доппен қызықты ойындар 2.Тақырыбы: Көктемгі баққа саяхат 3.Тақырыбы: Доптар мен гимнастикалық орындықтар	Негізгі қимылдар: Допты бір-біріне төменнен лақтыруды қалыптастыру. Негізгі қимылдар: Жүру, жүгіру, секіру (кезінде) жаттығуларын пысықтап , скамейка үстінде еңбектеп жүру. Негізгі қимылдар: Бөрене, гимнастикалық орындық арқылы еңбектеп өтуді пысықтау. Жүру кезінде сигнал бойынша саптағы өз

		орнын тауып алу. Доптағы жерге лақтыру және оны екі қолмен қағып алу, ептілікке үйрету.
	2.Тақырыбы: Доптар мен гимнастикалық орындықтар	Негізгі қимылдар: Бөрене, гимнастикалық орындық арқылы еңбектеп өтуді пысықтау. Жүру кезінде сигнал бойынша саптағы өз орнын тауып алу. Доптағы жерге лақтыру және оны екі қолмен қағып алу, ептілікке үйрету.
	3.Тақырыбы: Кенгуру	Негізгі қимылдар: Бір орнында тұрып, ұзындыққа 4-5 сызықтың үстінен секіруді үйрету. (сызықтың арақашықтығы 40-50 см)
	3.Тақырыбы: Мысық	Негізгі қимылдар: 8 метр дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеуді қалыптастыру.
	1.Тақырыбы: Велосипед самакат тебеміз.	Негізгі қимылдар: Үш дөңгелекті велосипед және самакат тебу. Оңға, солға бұрылыстарды орындау дағдысын дамыту.
	2.Тақырыбы: Саябаққа саяхат	Негізгі қимылдар: Жүру, жүгіру әдістерін қайталап, екі аяқпен алға қарай жылжи отырып секіру.
	3.Тақырыбы: Жүру.секіру.	Негізгі қимылдар: Жүру, алға, кері, тез, баяу, секіру. 1 аяқпен және 2 аяқпен.
	1.Тақырыбы: Доппен ойнайық	Негізгі қимылдар: Отырып допты бір-бірімен допты домалату, биіктігі 40-45 см жіптің астынан еңбектеп өту. Майда доптарды нысанаға тигізіп лақтыру дағдысын дамыту.
	2.Тақырыбы: Біз бақытты баламыз.	Негізгі қимылдар: 50см жоғары көтерілген арқанның, доғаның астынан, таяқтың астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру дағдысын дамыту.
	3.Тақырыбы: Жүру	Негізгі қимылдар: Тізесін бүгіп тұрып, аяқтарды кезекпен көтеру, өкшемен таяқтардың, арқанның үстіне аяқтың ұшымен еденге сүйене отырып, қырындап

		жүру, аяқтың саусақтарымен жіпті жинау дағдысын дамыту.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Қызғалдақ», «Наурыз» Ересектер тобы
2021 -2022 оқу жылы
Мамыр айы
Өтпелі тақырып «Әрқашан күн сөнбесін!»

Өтпелі тақырыптар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Мамыр айы «Әрқашан күн сөнбесін!»	1.Тақырыбы: Тақтай үстімен жүреміз. Допты қағып аламыз.	Негізгі қимылдар: Қырлы тақтай үстімен, жүру. Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолмен қағып алу дағдысын дамыту.
	2.Тақырыбы: Біз мықтымыз.	Негізгі қимылдар: Еденнен 20-25 см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өту дағдысын дамыту.
	1.Тақырыбы: Өрмекші	Негізгі қимылдар: Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары төмен кезектескен қаламмен өрмелеу, оң аралықтан сол аралыққа ауысу дағдысын қалыптастыру
	2.Тақырыбы: Жүгіру	Негізгі қимылдар: Қалыпты, аяқ ұшымен тізені жоғары көтеріп, ұсақ және алшаақ адыммен сапта бір-бірден және жұппен түрлі бағытта, бытырап жүгіру.
	1.Тақырыбы: Тепе-теңдікті сақтаймыз.	Негізгі қимылдар: Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 деп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту. Түрлі жағдайда тепе-теңдікті сақтауды үйрету.
	2.Тақырыбы: Қызықты	Негізгі жаттығулар: Музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқында әртүрлі таныс дене

	саяхат 3.Тақырыбы: Менің артымнан жүгір.	жаттығуларын орындау. Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолымен қағуды үйрету. Негізгі қимылдар: Жетекшінің ауысуымен қарқынды жылдамдатып және ақырын жүгіру. Тізесін бүгіп тұрып, аяқтарды кезекпен көтеру, тепе-теңдікті сақтау, бөренемен жүруді үйрету.
	1.Тақырыбы: Досыммен ойнаған қызықты. 2.Тақырыбы: Мысық пен тышқан. 3.Тақырыбы: Күзгі баққа саяхат. .	Негізгі қимылдар: Аяқты бірге, сосын алшақ қойып, біреуін алға, екіншісін артқа қойып бір орнында тұрып секіру. Допты бір-бірінен төменнен лақтыруды үйрету. Негізгі жаттығулар: 50 см жоғары көтерілген арқан астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Негізгі жаттығулар: Қырлы тақтаймен жүру. Допты жоғары лақтыру. Еденге ұру және оны екі қолымен қағып алуды үйрету
	1.Тақырыбы: Доппен ойнаған қызықты.	Негізгі қимылдар: Жүгіру кезінде сигнал бойынша саптағы өз орнын тауып алу. Допты жерге лақтыру.

**«Аққу» бөбекжа- балабақшасының
дене шынықтыру нұсқаушысының 2021-2022оқу
жылындағы «Қызғалдақ», «Наурыз» ересек
топтарының циклограммасы**

2021-2022 оқу жылы

01.09.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

*Мисерисе
Р.Бек*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Табан мен алақанға сүйеніп төрттағандап еңбектеу.

Негізгі қимылдар: Табан мен алақанға сүйеніп төрттағандап еңбектеу.

50см жоғары көтерілген арқанның астынан өту дағдысын қалыптастыру.

Қолданылатын құралдар: Арқан, ұзын орындықтар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қыркүйек айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

1. Шеңбер бойлап жүру, жүгіру.
2. Бір орнында тұрып жаттығулар жасату.
 - А) Б.Қ. аяқ бірге, қол төменде. Қолды белге қойып, басты айналдыру, оңға, солға.
 - Б) Б.Қ. аяқ арасы ашық, қол белде, қолды алға созып, оң қолды сол аяқ ұшына, сол қолды оң аяқ ұшына тигізу.
 - В) Аяқ арасы ашық, қол белде, белді оңға солға айналдыру, 5-рет қайталау.
 - Г) Аяқ арасы ашық, қол кеудеде, қояндарша бір орнында
3. Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Табан мен алақанға сүйеніп төрттағандап еңбектеу.

50см жоғары көтерілген арқанның астынан өту дағдысын қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Күн шуақ және жаңбыр» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

03.09.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Нысананы дәлде.

Мисерли
Рәшит

Негізгі қимылдар: Алысқа дәлдеп лақтыруды үйрету. (3,5-6,5 м кем)

Көрнекі құралдар: Кішкене шарлар, доаптар, кегельдер, орындықтар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қыркүйек айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Алысқа дәлдеп лақтыруды үйрету. (3,5-6,5 м кем)

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Күн шуақ және жаңбыр» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

06.09.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Масериди
Р.Б.

Тақырыбы: Тепе-теңдікті сақтау.

Негізгі қимылдар: Тепе-теңдікті сақтау қолын беліне қойып, бір аяқпен тұру, қолын беліне қойып екі жаққа айналуы үйрету.

Көрнекі құралдар: Кішкене шарлар, доаптар, кегельдер, орындықтар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қыркүйек айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Тепе-теңдікті сақтау қолын беліне қойып, бір аяқпен тұру, қолын беліне қойып екі жаққа айналуы үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Күн шуақ және жаңбыр» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

08.09.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Мисерлигі
Р.Бек

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Баспалдақтан өту.

Негізгі қимылдар: Еденнен 20-25см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өтуін меңгерту.

Көрнекі құралдар: Жердегі саты

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қыркүйек айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Еденнен 20-25см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өтуін меңгерту.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Күн шуақ және жаңбыр» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

10.09.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Доппен ойнаймыз.

Негізгі қимылдар: Допты жерге лақтыру және оны екі қолмен қағып алуды үйрету.

Көрнекі құралдар: Жердегі доптар, кішкене шарлар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қыркүйек айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Допты жерге лақтыру және оны екі қолмен қағып алуды үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Күн шуақ және жаңбыр» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

Мисерли
Р.Бек

13.09.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Түзу жүреміз.

*Миссериді
Рәуф*

Негізгі қимылдар: Кішкене қапшықты төбесіне қойып, ұзын тақтаймен жүруін қалыптастыру.

Көрнекі құралдар: Кішкене құм қапшықтар, ұзын тақтай орындық.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қыркүйек айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Кішкене қапшықты төбесіне қойып, ұзын тақтаймен жүруін қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Тышқандар мен мысықтар» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

15.09.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Қызықты ойындар.

Масерис
Рәуф

Негізгі қимылдар: Ойлы-қырлы тақтаймен жүру, көлбеу тақтаймен (ені 2см, биіктігі 30-35 см) жоғары және төмен жүру мен жүгіруді үйрету.

Көрнекі құралдар: Ұзын тақтай орындық.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қыркүйек айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Ойлы-қырлы тақтаймен жүру, көлбеу тақтаймен (ені 2см, биіктігі 30-35 см) жоғары және төмен жүру мен жүгіруді үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Соқыр теке» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

17.09.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Құрсаумен еңбектеп үйренеміз.

Негізгі қимылдар: Құрсаудан еңбектеп өтуді үйрету.

Көрнекі құралдар: Құрсаулар. Доғалар.

Масерис
Рәуф

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қыркүйек айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Құрсаудан еңбектеп өтуді үйрету. Құрсаудан балалардың еңбектеп өтуін жасату. Доға астымен еңбектеп өтуді жалғастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Соқыр теке» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

20.09.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Допты қағып аламыз.

*Мисериді
Р.Б.*

Негізгі қимылдар: Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алуды үйрету, (1,5метр қашықтықта)

Көрнекі құралдар: Допар, үлкен кішкене доптар, ойынға орамал.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қыркүйек айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алуды үйрету, (1,5метр қашықтықта)

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Соқыр теке» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

22.09.2021ж.

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Сыйқырлы үңгірден өтеміз.

*Мисерғи
Рзыт*

Негізгі қимылдар: Табан мен алақанға сүйеніп төрттағандап еңбектеу. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан өту дағдысын қалыптастыру.

Көрнекі құралдар: Арқан, ойынға орамал.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Табан мен алақанға сүйеніп төрттағандап еңбектеу. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан өту дағдысын қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Соқыр теке» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

24.09.2021ж

*Масерис
Рәис*

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Допты қағып аламыз.

Негізгі қимылдар: Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алуды үйрету, (1,5метр қашықтықта)

Көрнекі құралдар: Допар, үлкен кішкене доптар, ойынға орамал.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қыркүйек айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алуды үйрету, (1,5метр қашықтықта)

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Соқыр теке» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

27.09.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Қызықты ойындар.

*Миссериді
Р.Бек*

Негізгі қимылдар: Сапта бір-біреуден жүру, жүгіру. 2-3 метр қашықтыққа алға жылжи отырып секіру. Қарама- қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалатуды дамыту.

Көрнекі құралдар: Доптар, шыбық.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Сапта бір-біреуден жүру, жүгіру. 2-3 метр қашықтыққа алға жылжи отырып секіру. Қарама- қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалатуды дамыту.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Шыбыққа қалпақ кигізу.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

29.09.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Генгуру мен дос болайық.

*Миссериді
Р.Бек*

Негізгі қимылдар: Бір орнында тұрып екі аяқпен секіру, алға ұмтыла секіру. Гимнастикалық орындық арқылы еңбектеп өтуді үйрету.

Көрнекі құралдар: Гимнастикалық орындық.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Бір орнында тұрып екі аяқпен секіру, алға ұмтыла секіру. Гимнастикалық орындық арқылы еңбектеп өтуді үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Мекиен мен балапандар» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

01.10.2021ж

*Мисирова
Р.Вит*

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Біз епті баламыз.

Негізгі қимылдар: Қимыл-қозғалыс маторикасын дамыту. Жүгіру кезінде сигнал бойынша саптағы өз орнын тауып алу. Допты жерге лақтыру, және оны екі қолмен қағып алу, ептілікке баулу.

Көрнекі құралдар: Доптар, ойыншықтар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Қимыл-қозғалыс маторикасын дамыту. Жүгіру кезінде сигнал бойынша саптағы өз орнын тауып алу. Допты жерге лақтыру, және оны екі қолмен қағып алу, ептілікке баулу.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Мекиен мен балапандар» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау

04.10.2021ж

*Мисериді
Рәуф*

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Тепе-теңдікті сақтаймыз.

Негізгі қимылдар: Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 деп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту. Түрлі жағдайда тепе-теңдікті сақтауды үйрету.

Көрнекі құралдар: Үлкен шарлар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 деп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту. Түрлі жағдайда тепе-теңдікті сақтауды үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ойыншықты алып кел» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

06.10.2021ж

*Мисериді
Рәуф*

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Қызықты саяхат

Негізгі жаттығулар: Музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқында әртүрлі таныс дене жаттығуларын орындау. Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолымен қағуды үйрету.

Көрнекі құралдар: Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік Қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқында әртүрлі таныс дене

жаттығуларын орындау. Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолымен қағуды үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ойыншықты алып кел» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

08.10.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

*Масарисі
Рәис*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Менің артымнан жүгір.

Негізгі қимылдар: Жетекшінің ауысуымен қарқынды жылдамдатып және ақырын жүгіру. Тізесін бүгіп тұрып, аяқтарды кезекпен көтеру, тепе-теңдікті сақтау, бөренемен жүруді үйрету.

Көрнекі құралдар: Бөренелер.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік Қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Жетекшінің ауысуымен қарқынды жылдамдатып және ақырын жүгіру. Тізесін бүгіп тұрып, аяқтарды кезекпен көтеру, тепе-теңдікті сақтау, бөренемен жүруді үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ойыншықты алып кел» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

11.10.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Досыммен ойнаған қызықты.

Негізгі қимылдар: Аяқты бірге, сосын алшақ қойып, біреуін алға, екіншісін артқа қойып бір орнында тұрып секіру. Допты бір-бірінен төменнен лақтыруды үйрету.

Көрнекі құралдар: Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік Қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Аяқты бірге, сосын алшақ қойып, біреуін алға, екіншісін артқа қойып бір орнында тұрып секіру. Допты бір-бірінен төменнен лақтыруды үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Кешікпе» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

*Мәсеріңді
Рәуш*

13.10.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Мысық пен тышқан.

Негізгі жаттығулар: 50 см жоғары көтерілген арқан астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру.

Көрнекі құралдар: Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік Қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

*Мәсеріңді
Рәуш*

50 см жоғары көтерілген арқан астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Шыбыққа қалпақ кигізу.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

15.10.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Күзгі баққа саяхат.

Негізгі жаттығулар: Қырлы тақтаймен жүру. Допты жоғары лақтыру. Еденге ұру және оны екі қолымен қағып алуды үйрету.

*Мисериді
Рәшит*

Көрнекі құралдар: Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік Қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Қырлы тақтаймен жүру. Допты жоғары лақтыру. Еденге ұру және оны екі қолымен қағып алуды үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Үрпек төбет.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

18.10.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Доппен ойнаған қызықты.

Негізгі қимылдар: Жүгіру кезінде сигнал бойынша саптағы өз орнын тауып алу. Допты жерге лақтыру.

Көрнекі құралдар: Доптар.

Мисериди Р.Бек

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік Қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Жүгіру кезінде сигнал бойынша саптағы өз орнын тауып алу. Допты жерге лақтыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Шыбыққа қалпақ кигізу» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

20.10.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықты

Тақырыбы: Клебльдер мен қызықты ойын.

Негізгі қимылдар: Сапқа тұру, сапқа құрылымын өзгертіп қайта тұру. Қатарға бір-бірден сапқа тұру. Қатарға бір-бірден сапқа тұру. Кегль ойындарына үйрету. Бастапқы қалыпта дұрыс тұрып, допты лақтыру. 1,5-2 метр арақашықтықтан кегльдерді қағып түсіруді меңгерту.

Көрнекі құралдар: Доптар. Клебльдер.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік Қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Сапқа тұру, сапқа құрылымын өзгертіп қайта тұру. Қатарға бір-бірден сапқа

Мисериди Р.Бек

тұру.Қатарға бір-бірден сапқа тұру. Кегль ойындарына үйрету. Бастапқы қалыпта дұрыс тұрып, допты лақтыру. 1,5-2 метр арақашықтықтан кегльдерді қағып түсіруді меңгерту.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Шыбыққа қалпақ кигізу» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

22.10.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

*Мисерия
Рзы*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Еңбектеп мәреге жылдам жетеміз.

Негізгі қимылдар: 8 метрге дейінгі қашықтықта заттар арасымен тұра бағыт бойынша төрттағандап еңбектеуді қалыптастыру.

Көрнекі құралдар: Текшелер.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік Қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

8 метрге дейінгі қашықтықта заттар арасымен тұра бағыт бойынша төрттағандап еңбектеуді қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Шыбыққа қалпақ кигізу» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

25.10.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Доппен қызықты ойындар.

*Мисериді
Рәуф*

Негізгі бөлім: Жүру, жүгіру әдістерін қайталап, пысықтау. Скамейка үстімен жүру.

Көрнекі құралдар: Скамейка, доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қараша айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Жүру, жүгіру әдістерін қайталап, пысықтау. Скамейка үстімен жүру. Секіріп түсуді үйрету, допты қағып-лақтыру жаттығуларын меңгерту.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Тышқандар мен мысықтар» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

27.10.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Ақ қоян.

Негізгі бөлім: Бір аяқтап секіру.

*Мисериді
Рәуф*

Көрнекі құралдар: Бөренелер, доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қараша айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Бір аяқтап секіру. Допты нысанаға лақтыру, бөрене үстінен аттауды меңгерту.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Допты қағып алу.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен,

ережесіментаныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

29.10.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Жыланша жүгіреміз.

Негізгі қимылдар: Аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп шеңбер бойлап, тоқтай қалып, «Жыланша» заттарды айналып өтіп, алаңның бір жағынан екінші жағына және т.с.с. жүгіру.

Көрнекі құралдар: Кедергілер.Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қараша айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп шеңбер бойлап, тоқтай қалып, «Жыланша» заттарды айналып өтіп, алаңның бір жағынан екінші жағына және т.с.с. жүгіру. Еңіс тақтай бойымен (20-30см) жүру дағдыларын қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Допты қағып алу.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

Масерис
Р.Б.

01.11.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Эстафеталық жарыс.

Негізгі қимылдар: Тізені жоғары көтеріп шеңбер бойлап жүру, аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру. Тоқтап затты алысқа, тура нысанаға лақтыру. 40см биіктіктегі доғаның астымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру.

Көрнекі құралдар: Кедергілер.Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қараша айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Тізені жоғары көтеріп шеңбер бойлап жүру, аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру. Тоқтап затты алысқа, тура нысанаға лақтыру. 40см биіктіктегі доғаның астымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру.

Масерис
Р.Б.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Допты қағып алу.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

03.11.2021ж

Масерис
Р.Вит

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Біз көңілді балақай.

Негізгі қимылдар: Еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру. Еңіс тақтай бойымен (20-30см) жүру дағдыларын қалыптастыру.

Көрнекі құралдар: Тақтай орындық.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қараша айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру. Еңіс тақтай бойымен (20-30см) жүру дағдыларын қалыптастыру. Екі қолмен жоғары, бастан асыра лақтыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Допты қағып алу.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

05.11.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Күшік пен мысық .

Негізгі қимылдар: Жүру және жүгіру әдістерін қайталап, орындық аяқтары арасымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру, екі аяқпен алға қарай жылжи отырып секіру.

Көрнекі құралдар: Тақтай орындық.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қараша айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Жүру және жүгіру әдістерін қайталап, орындық аяқтары арасымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру, екі аяқпен алға қарай жылжи отырып секіру.

Аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалатуды үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Допты қағып алу.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

Мисериди Рәуф

08.11.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Тақтай бетіне еңбектеу.

Негізгі қимылдар: Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай секіру.

Заттар арасымен, еденге қойылған тақта бетімен еңбектеуді үйрету.

Көрнекі құралдар: Тақтай орындық. Лента.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қараша айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай секіру. Заттар арасымен, еденге қойылған тақта бетімен еңбектеуді үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

Мисериди Рәуф

«Орамал тастамақ» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

10.11.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Скамейка үстімен жүру.

Негізгі қимылдар: Жүру, жүгіру әдістерін талап пысықтау. Скамейка үстімен жүру, секіріп түсуді қайталап жасату.

Көрнекі құралдар: Скамейка.

Миссериди Р.Б.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қараша айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Жүру, жүгіру әдістерін талап пысықтау. Скамейка үстімен жүру, секіріп түсуді қайталап жасату.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Орамал тастамақ» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

12.11.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Орманға саяхат

Негізгі қимылдар: Еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру. Еңіс тақтай бойымен (20-30см) жүру дағдыларын қалыптастыру.

Көрнекі құралдар: Ұзын тақтай орындық, доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қараша айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру. Еңіс тақтай бойымен (20-30см) жүру дағдыларын қалыптастыру. Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтырып, қағып алуды пысықтау.

Миссериди Р.Б.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Допты қағып ал» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

15.11.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Орманға саяхат

*Мисериді
Р.Б.*

Негізгі қимылдар: Еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру. Еңіс тақтай бойымен (20-30см) жүру дағдыларын қалыптастыру.

Көрнекі құралдар: Ұзын тақтай орындық, доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қараша айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру. Еңіс тақтай бойымен (20-30см) жүру дағдыларын қалыптастыру. Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтырып, қағып алуды пысықтау.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Допты қағып ал» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

17.11.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Жаттығулар жасаймыз

Негізгі қимылдар: Жүру, алға, кері, тез, баяу, адымдап жүгіру, тез ,баяу секіру.

1 аяқпен және 2 аяқпен кедергілер арасымен еңбектеу.

Көрнекі құралдар: Аркалар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік желтоқсан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Жүру, алға, кері, тез, баяу, адымдап жүгіру, тез ,баяу секіру. 1 аяқпен және 2 аяқпен кедергілер арасымен еңбектеу. Секіру, лақтыру жаттығулары.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Допты қағып ал» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

Мисериді Рәуф

19.11.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Доп ойнайық

Негізгі қимылдар: Отырып допты бір-біріне домалату.

Көрнекі құралдар: Доптар, жіптер, қар түйіршіктері.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік желтоқсан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Отырып допты бір-біріне домалату, биіктігі 40-50 см жіптің астынан еңбектеп өту. Майда қар түйіршіктерін нысанаға тигізіп лақтыруды үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Орамал тастамақ» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен

Мисериді Рәуф

таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

22.11.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Мисериді Рәуф

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Кім жүйрік.

Негізгі қимылдар: Жүру түрлері -1 минут заттардың арасымен оларға тиіп кетпей жүру, жүгіру. Команда бойынша сапқа тұру. Кішкене қапшықты төбесіне қойып, ұзын тақтаймен жүруді дамыту.

Көрнекі құралдар: Мұнаралар, кішкене құм қапшық, ұзын тақтайлар..

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік желтоқсан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Жүру түрлері -1 минут заттардың арасымен оларға тиіп кетпей жүру, жүгіру. Команда бойынша сапқа тұру. Кішкене қапшықты төбесіне қойып, ұзын тақтаймен жүруді дамыту.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Орамал тастамақ» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

24.11.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Мисериді Рәуф

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Түлкі мен қоян

Негізгі қимылдар: 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіруді үйрету.

Көрнекі құралдар: Доптар, арқандар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік желтоқсан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Жүру, жүгіру түрлері. Допты жерге лақтыру және оны екі қолмен қағып алуды үйрету. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіруді үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

26.11.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Түлкі мен қоян

Масерин
Р.Вит

Негізгі қимылдар: 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіруді үйрету.

Көрнекі құралдар: Доптар, арқандар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік желтоқсан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Жүру, жүгіру түрлері. Допты жерге лақтыру және оны екі қолмен қағып алуды үйрету. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіруді үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Орамал тастамақ» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

29.11.2021ж

*Масериди
Р.Б.И.*

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Аяқтарымызды кезекпен көтереміз.

Негізгі бөлім: Тізесін бүгіп тұрып, аяқтарды кезекпен көтеру, тепе-теңдікті сақтау, бөренемен жүруді үйрету.

Көрнекі құралдар: Бөренелер, гимнастикалық орындық.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік желтоқсан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Жетекшінің ауысуымен, қарқынды жылдамдатып және ақырын жүгіру.

Тізесін бүгіп тұрып, аяқтарды кезекпен көтеру, тепе-теңдікті сақтау, бөренемен жүруді үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Орамал тастамақ» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

03.12.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Мисериді Р.Бек

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Доппен қызықты ойындар.

Негізгі қимылдар: Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру, қағып алуды пысықтау.

Көрнекі құралдар: Еңіс тақтай, доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік желтоқсан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Еркін жүру, жүгіру дағдыларын қалыптастыру. Еңіс тақта бойымен жүру (20-30 см) дағдыларын қалыптастыру. Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру, қағып алуды пысықтау.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Орамал тастамақ» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

06.12.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Мисериді Р.Бек

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Жыланша жүреміз.

Негізгі қимылдар: Шеңбер бойлап, тоқтай қалып, «Жыланша» заттарды айналып алаңның бір жағынан екінші жағына алаңның бір жағынан екінші жағына және т.с.с. жүгіру. 5-1 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ шеңберге секіру дағдыларын қалыптастыру.

Көрнекі құралдар: Кедергілер, кішкене орындық.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік желтоқсан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Шеңбер бойлап, тоқтай қалып, «Жыланша» заттарды айналып алаңның бір жағынан екінші жағына алаңның бір жағынан екінші жағына және т.с.с. жүгіру. 5-1 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ шеңберге секіру дағдыларын қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Жалауға қарай жүгір» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

08.12.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Қармен ойнаймыз

*Мисериді
Р.Бек*

Негізгі қимылдар: Нық қадаммен алға, артқа жүру, тізені биікке көтере отырып жүру.

Көрнекі құралдар: орындықтар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік желтоқсан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Нық қадаммен алға, артқа жүру, тізені биікке көтере отырып жүру.

Тереңдікке (15-20 см биіктіктен) секіру дағдыларын қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Жалауға қарай жүгір» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

10.12.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Мисериді Рәуф

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Арқанмен жүріп үйренеміз.

Негізгі қимылдар: Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау. Еденге тігінен тұрған құрсауданеңбектеуге жаттықтыру.

Көрнекі құралдар: Арқан, құрсаулар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік желтоқсан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Бір аяқпен бір аяққа секіру. Арқан бойымен жүрукезінде тепе-теңдікті сақтау. Еденге тігінен тұрған құрсауданеңбектеуге жаттықтыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Жалауға қарай жүгір» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

13.12.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Мисериді Рәуф

Білім бөлімі: Дене шынықтыру

Тақырыбы: Қысқы саябаққа саяхат

Негізгі қимылдар: Өз бетінше сапқа тұру, шеңбердегі өз орнын табу (бағдары бойынша) дағдыларын қалыптастыру.

Көрнекі құралдар: Арқан, тор, доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік желтоқсан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Өз бетінше сапқа тұру, шеңбердегі өз орнын табу (бағдары бойынша) дағдыларын қалыптастыру. Допты екі қолмен арқаннан, тордан өткізе лақтыру дағдыларын қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Жалауға қарай жүгір» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

20.12.2021ж.

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Төбешіктен сырғанауық.

Негізгі қимылдары: Биік емес төбеден бір-бірімен сырғанату біліктерін қалыптастыру.

*Миссериди
Р.Бек*

Қолданылатын құралдар: Шаналар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қаңтар айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Биік емес төбеден бір-бірімен сырғанату біліктерін қалыптастыру. Шанамен төбешіктен төмен қарай кезектесіп сырғанап түсуді үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Жасырулы тұрған не» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

22.12.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Қыс қызығы

*Миссерия
Рыс*

Негізгі қимылдар: Далада шанамен сырғанауды қалыптастыру.

Қолданылатын құралдар: Шаналар

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қаңтар айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Биік емес төбеден бір-бірімен сырғанату біліктерін қалыптастыру. Шанамен төбешіктен төмен қарай кезектесіп сырғанап түсуді үйрету. Шанамен бір-бірін сырғанатуды жасату.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Жасырулы тұрған не» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

24.12.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Мисериді Рәуф

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Өрмекші боп өрмелейміз.

Негізгі қимылдар: Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары, төмен өрмелеу дағдыларын қалыптастыру.

Қолданылатын құралдар: Гимнастикалық қабырға.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қаңтар айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары, төмен өрмелеу дағдыларын қалыптастыру. Қатармен келіп қабырғаға бекітілген сатыға өмелеп, түсуді жасату.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Шеңберге түсір» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

27.12.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Мисериді Рәуф

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Аю мен түлкі

Негізгі қимылдар: Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу дағдысын дамыту.

Қолданылатын құралдар: Доптар, құрсаулар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қаңтар айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу дағдысын дамыту. Биіктігі 10,15 см биіктіктегі ұзын тақтай орындықтың үстімен еңбектеуді

үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Шеңберге түсір» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

29.12.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Мисерли
Р.Б.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Доппен ойнайық

Негізгі қимылдар: Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 доп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өтуді үйрету.

Қолданылатын құралдар: Үлкен доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қаңтар айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 доп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өтуді үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Шеңберге түсір» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

31.12.2021ж

Білім саласы: Денсаулық.

Мисерли
Р.Б.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Біз мергенбіз.

Негізгі қимылдар: Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру дағдысын пысықтау. (3,5-6,5м) .

Қолданылатын құралдар: Кедергілер, доптар, гимнастикалық орындық.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қаңтар айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру дағдысын пысықтау. (3,5-6,5м) .

Гимнастикалық орындықта қолдарымен тартылу арқылы ішімен еңбектеуді үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Шеңберге түсір» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен

таныстырып, ойынды ойнату.Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

05.01.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Мисериди Р.Б.

Тақырыбы: Біз мергенбіз.

Негізгі қимылдар: Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру дағдысын пысықтау. (3,5-6,5м) .

Қолданылатын құралдар: Кедергілер, доптар, гимнастикалық орындық.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қаңтар айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру дағдысын пысықтау. (3,5-6,5м) .

Гимнастикалық орындықта қолдарымен тартылу арқылы ішімен еңбектеуді үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Шеңберге түсір» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

10.01.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Көңілді доптар.

Негізгі қимылдар: Доптарды домалату, қағып алу, лақтыру дағдыларын жетілдіру.

Қолданылатын құралдар: Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік ақпан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Қолданылатын құралдар: Асықтар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік наурыз айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Доптарды домалату, қағып алу, лақтыру дағдыларын жетілдіру. Екі екіден бір-біріне доптарды лақтырып, қайта қағып алуды үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Допты қағып ал» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

12.01.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Көңілді Күшіктер

Негізгі қимылдар: Таяқтың астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіруді үйрету.

Қолданылатын құралдар: Таяқтар, доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік ақпан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Таяқтың астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіруді үйрету.

Мисериді Рәуф

Мисериді Рәуф

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Допты қағып ал» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

14.01.2022ж

Мисерли
Р.Бек

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Гимнастикалық тақтайшаға өрмелеу.

Негізгі қимылдар: Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеуді үйрету.

Қолданылатын құралдар: Гимнастикалық қабырға.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік ақпан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеуді үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Допты қағып ал» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

17.01.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

*Мисерисе
Рәуф*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Қоянша секіреміз.

Негізгі қимылдар: Биіктігі 5-10 см 2-3 заттың үстімен кезектесе секіруді қалыптастыру.

Қолданылатын құралдар: Кедергілер.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік ақпан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Биіктігі 5-10 см 2-3 заттың үстімен кезектесе секіруді қалыптастыру.

Кедергілердің үстімен кезектесіп секіру жаттығуларын жасату.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Трамвай, поезд» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

19.01.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

*Мисерисе
Рәуф*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Лақтыруды меңгереміз.

Негізгі қимылдар: (2-2,5 қашықтықта) оң, сол қолмен лақтыруды меңгерту.

Қолданылатын құралдар: Кегльдер, кішкене доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік ақпан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

(2-2,5 қашықтықта) оң, сол қолмен лақтыруды меңгерту. Кішкене доппен кегльдерді қатар қойып дәлдеп лақтыру жаттығуын жасату.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Трамвай, поезд» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен

таныстырып, ойынды ойнату.Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

21.01.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Доппен ойнаған қызықты

Негізгі қимылдар: Түрлі бағытта жүгіру, затты қағып алып жүгіру.

Масерис
Рәис

Қолданылатын құралдар: Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік ақпан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Түрлі бағытта жүгіру, затты қағып алып жүгіру. Доптарды бір-біріне лақтыруды және қағып алуды үйрету. Шашырай жүгіріп, қайта қатарға өз орнына тұруға үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Трамвай, поезд» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

24.01.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Жүру дағдыларын меңгереміз.

*Мисериді
Рәуф*

Негізгі қимылдар: Тізесін бүгіп тұрып, аяқтарды кезекпен көтеру, өкшемен таяқтың, арқанның ұшымен еденге сүйене отырып, қырындап жүру, аяқтың саусақтарымен жіпті жинау дағдыларын қалыптастыру.

Қолданылатын құралдар: Арқан, таяқ, доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік ақпан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Тізесін бүгіп тұрып, аяқтарды кезекпен көтеру, өкшемен таяқтың, арқанның ұшымен еденге сүйене отырып, қырындап жүру, аяқтың саусақтарымен жіпті жинау дағдыларын қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Допты қағып ал» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

26.01.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Қызықты ойындар

*Мисериді
Рәуф*

Негізгі қимылдар: Жүруді, жүгірумен, кезектестіріп, бағытты, қарқынды өзгертіп жүру. Допты екі қолымен басынан асыра және бір қолымен кедергі арқылы лақтыру (2метр).

Қолданылатын құралдар: Кедергілер, доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік ақпан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Жүруді, жүгірумен, кезектестіріп, бағытты, қарқынды өзгертіп жүру. Допты екі қолымен басынан асыра және бір қолымен кедергі арқылы лақтыру (2метр).

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Допты дәлдеп лақтыр» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

28.01.2022ж

Білім саласы:

Денсаулық.

*Мәсерігі
Рәкіп*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Күшік пен мысық.

Негізгі қимылдар: Бөрене ,гимнастикалық орындық арқылы еңбектеп өту дағдысын жетілдіру.

Қолданылатын құралдар: Бөрене, гимнастикалық орындық, доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік ақпан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Бөрене ,гимнастикалық орындық арқылы еңбектеп өту дағдысын жетілдіру.

Қатармен тұрып кезекпен бөренеден еңбектеп өту жаттығуын жасату.

Осылай кезекпен гимнастикалық орындықтан еңбектеп өту.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Допты дәлдеп лақтыр» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

31.01.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Масерис
Р.Б.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Қыс қызығы

Негізгі қимылдар: Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 доп арқылы кезекпен қолдың түрлі қалпымен аттап өтуді үйрету.

Қолданылатын құралдар: Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік ақпан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 доп арқылы кезекпен қолдың түрлі қалпымен аттап өтуді үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Қояным» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

02.02.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Масерис
Р.Б.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Футбол

Негізгі қимылдар: Футбол. Берілген бағытта допты домалату. Допты қақпаға домалату.

Қолданылатын құралдар: Доптар. Қақпа.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік ақпан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Футбол. Берілген бағытта допты домалату. Допты қақпаға домалату. Екі топқа бөлініп алып футбол элементтерін жасату, допты қақпаға қарай бағыттай тебуді жасату.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Қояным» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

04.02.2022ж

Білім саласы:

*Масерисі
Рәшит*

Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Сапқа тұрып үйренеміз.

Негізгі қимылар: Қатарға бір-бірден сапқа, шеңберге тұру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру. Бағдар бойынша теңелу, оңға, солға айналу, бұрылыстар, ажырату және жақындатуларды үйрету.

Қолданылатын құралдар: Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік ақпан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Қатарға бір-бірден сапқа, шеңберге тұру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру. Бағдар бойынша теңелу, оңға, солға айналу, бұрылыстар, ажырату және жақындатуларды үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Қояным» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

07.02.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

*Масерисәгі
Рәшит*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Төрттағандап еңбектеп үйренеміз.

Негізгі қимылдар: Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеуді үйрету.

Қолданылатын құралдар: Ұзын тақтай орындық.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік наурыз айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеуді үйрету. Жіңішке ұзын тақтай орындықтардың, гимнастикалық орындықтан еңбектеуді жасату.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Масаны ұстап ал» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

09.02.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

*Масерисәгі
Рәшит*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Жылдамдыққа жүгіреміз.

Негізгі қимылдар: Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру.

Қолданылатын құралдар: Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік наурыз айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру. Табан мен алақанға сүйеніп төрттағандап еңбектеуді үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Масаны ұстап ал» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

11.02.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

*Миссериди
Р.Б.И.*

Тақырыбы: Біздің қызықты ойындар

Негізгі қимылдар: Жүру, алға, кері, тез, баяу, адымдап, жүгіре тез және баяу секіру. 1 және 2 аяқпен. Кедергілер арасымен секіру дағдысын пысықтау.

Қолданылатын құралдар: Аркалар, доғалар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік наурыз айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Жүру, алға, кері, тез, баяу, адымдап, жүгіре тез және баяу секіру. 1 және 2 аяқпен. Кедергілер арасымен еңбектеу дағдысын пысықтау

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Масаны ұстап ал» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

14.02.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Күшікше еңбектейміз.

Негізгі қимылдар: Гимнастикалық орындықта қолдарымен тартылу арқылы ішімен еңбектеу дағдысын дамыту.

Қолданылатын құралдар: Гимнастикалық орындық.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік наурыз айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Гимнастикалық орындықта қолдарымен тартылу арқылы ішімен еңбектеу дағдысын дамыту.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Масаны ұстап ал» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

16.02.2022ж

Білім саласы:

Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Біз ептіміз

Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен оларға тиіп кетпей жүру, жүгіру.

Команда бойынша сапқа тұру. Кішкене қапшықты төбесіне қойып, ұзын тақтаймен жүру, дағдыларын дамыту.

Қолданылатын құралдар: Кедергілер, кішкене қапшықар, асықтар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік наурыз айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Заттардың арасымен оларға тиіп кетпей жүру, жүгіру. Команда бойынша сапқа тұру. Кішкене қапшықты төбесіне қойып, ұзын тақтаймен жүру, дағдыларын дамыту.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Хан талапай» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

18.02.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп үйренеміз.

Негізгі қимылдар: Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары- төмен кезектескен қадаммен өрмелеу, оң аралықтан, сол аралыққа ауысуды үйрету.

Қолданылатын құралдар: Гимнастикалық қабырға.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік наурыз айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары- төмен кезектескен қадаммен өрмелеу, оң аралықтан, сол аралыққа ауысуды үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Кімнің дауысы екенін тап.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

21.02.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Лақтыру

Негізгі қимылдар: Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру дағдысын дамыту. (3,5-6,5 метрден кем емес)

Қолданылатын құралдар: Доптар, кегльдер.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік наурыз айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру дағдысын дамыту. (3,5-6,5 метрден кем

емес)

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Кімнің дауысы екенін тап.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

23.02.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

*Мисериді
Рәуф*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Баскетбол элементтерін үйренеміз.

Негізгі қимылдар: Өз бетінше сапқа тұру, шеңберде өз орнын (бағдары бойынша) дағдыларын қалыптастыру. Допты екі қолымен арқаннан, тордан өткізе лақтыру дағдыларын қалыптастыру.

Қолданылатын құралдар: Доптар, кегльдер, асықтар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік наурыз айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Өз бетінше сапқа тұру, шеңберде өз орнын (бағдары бойынша) дағдыларын қалыптастыру. Допты екі қолымен арқаннан, тордан өткізе лақтыру дағдыларын қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Хан талапай.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

25.02.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Саябаққа саяхат

*Масериді
Р.Бит*

Негізгі қимылдар: Сызықтар арасымен (15 см арақашықтығы), ирек сызықпен жүру. Бір орнында оңға, солға бұрылып секіру дағдысын қалыптастыру.

Қолданылатын құралдар: Ленталар, асықтар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік наурыз айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Сызықтар арасымен (15 см арақашықтығы), ирек сызықпен жүру. Бір орнында оңға, солға бұрылып секіру дағдысын қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Хан талапай.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

28.02.2022ж

*Мисериді
Рәуф*

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Саябаққа саяхат

Негізгі қимылдар: Сызықтар арасымен (15 см арақашықтығы), ирек сызықпен жүру. Бір орнында оңға, солға бұрылып секіру дағдысын қалыптастыру.

Қолданылатын құралдар: Ленталар, асықтар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік наурыз айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Сызықтар арасымен (15 см арақашықтығы), ирек сызықпен жүру. Бір орнында оңға, солға бұрылып секіру дағдысын қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Хан талапай.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

02.03.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Қызықты ойындар

Негізгі қимылдар: Табан мен алақанға сүйеніп төрттағанда еңбектеуді қалыптастыру.

Масерис
Рәуф

Қолданылатын құралдар: Асықтар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік наурыз айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Табан мен алақанға сүйеніп төрттағанда еңбектеуді қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Хан талапай.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

04.03.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Қызықты ойындар

Негізгі қимылдар: Табан мен алақанға сүйеніп төрттағанда еңбектеуді қалыптастыру.

Масерис
Рәуф

Қолданылатын құралдар: Асықтар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік наурыз айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Табан мен алақанға сүйеніп төрттағанда еңбектеуді қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Хан талапай.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы

оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

09.03.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Секіру.

Негізгі қимылар: 20-25 см биіктіктен секіру, бір орнында тұрып, ұзындыққа 4-6 сызықтың үстінен секіруді үйрету.(сызықтардың арақашықтығы 40-50см)

Қолданылатын құралдар: Асықтар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік наурыз айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

20-25 см биіктіктен секіру, бір орнында тұрып, ұзындыққа 4-6 сызықтың үстінен секіруді үйрету.(сызықтардың арақашықтығы 40-50см)

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Хан талапай.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

11.03.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Секіру.

Негізгі қимылар: 20-25 см биіктіктен секіру, бір орнында тұрып, ұзындыққа 4-6 сызықтың үстінен секіруді үйрету.(сызықтардың арақашықтығы 40-50см)

Қолданылатын құралдар: Асықтар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік наурыз айына арналған жаттығулар

топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

20-25 см биіктіктен секіру, бір орнында тұрып, ұзындыққа 4-6 сызықтың үстінен секіруді үйрету.(сызықтардың арақашықтығы 40-50см)

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Хан талапай.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

14.03.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Баспалдақ

Негізгі қимылдар: Еденнен 20-25 см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өтуді қалыптастыру.

*Мисериді
Р.Б.*

Қолданылатын құралдар: Баспалдақ.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік сәуір айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

3. Шеңбер бойлап жүру, жүгіру.
4. Бір орнында тұрып жаттығулар жасату.
 - А) Б.Қ. аяқ бірге, қол төменде. Қолды белге қойып, басты айналдыру, оңға, солға.
 - Б) Б.Қ. аяқ арасы ашық, қол белде, қолды алға созып, оң қолды сол аяқ ұшына, сол қолды оң аяқ ұшына тигізу.
 - В) Аяқ арасы ашық, қол белде, белді оңға солға айналдыру, 5-рет қайталау.
 - Г) Аяқ арасы ашық, қол кеудеде, қояндарша бір орнында
3. Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Еденнен 20-25 см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өтуді қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Қояным» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

16.03.2022ж

*Мисериді
Р.Б.Б.*

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Қояндар.

Негізгі қимылдар: Тепе-теңдікті сақтау қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұру. Қолын беліне қойып екі жаққа айналдаруды үйрету.

Қолданылатын құралдар: Асықтар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік сәуір айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Тепе-теңдікті сақтау қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұру. Қолын беліне қойып екі жаққа айналдаруды үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Қояным» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

18.03.2022ж

Білім саласы:

Денсаулық.

*Мисериді
Р.Б.Б.*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Мысықтар

Негізгі қимылдар: 8 метрге дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеуді үйрету.

Қолданылатын құралдар: Кедергілер.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік сәуір айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

8 метрге дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеуді үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Қояным» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

25.03.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

*Масерисі
Рәуф*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Көңілді көктем

Негізгі қимылдар: Тізесін бүгіп тұрып, аяқтарды кезекпен көтеру, өкшемен таяқтың, арқанның үстіне, аяқтың ұшымен еденге сүйене отырып, қырындап жүру, аяқтың саусақтарымен жіпті жинауды үйрету.

Қолданылатын құралдар: Таяқ, арқан.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік сәуір айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Тізесін бүгіп тұрып, аяқтарды кезекпен көтеру, өкшемен таяқтың, арқанның үстіне, аяқтың ұшымен еденге сүйене отырып, қырындап жүру, аяқтың саусақтарымен жіпті жинауды үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ұшты-ұшты» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

28.03.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

*Масерисі
Рәуф*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Біз мергенбіз

Негізгі қимылдар: Алысқа дәлдеп лақтыру дағдысын дамыту. (3,5-6,5 м кем емес)

Қолданылатын құралдар: Доптар, кегелдер.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік сәуір айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Алысқа дәлдеп лақтыру дағдысын дамыту. (3,5-6,5 м кем емес)

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ұшты-ұшты» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

30.03.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

*Миссериді
Р.Вит*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Көктемгі гүлдер

Негізгі қимылдар: Жүгіру кезінде сигнал бойынша саптағы өз орнын тауып алу. Допты жерге лақтыру және оны екі қолмен қағып алу, ептілікке үйрету.

Қолданылатын құралдар: Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік сәуір айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Жүгіру кезінде сигнал бойынша саптағы өз орнын тауып алу. Допты жерге лақтыру және оны екі қолмен қағып алу, ептілікке үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ұшты-ұшты» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

01.04.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

*Миссериді
Рәуф*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Тақтайша үстімен жүру

Негізгі қимылдар: Кішкене қапшықты төбесіне қойып, ұзын тақтаймен жүруді үйрету.

Қолданылатын құралдар: Кішкене қапшықтар, ұзын тақтай.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік сәуір айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Кішкене қапшықты төбесіне қойып, ұзын тақтаймен жүруді үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ұшты-ұшты» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

04.04.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

*Миссериді
Рәуф*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Доппен қызықты ойындар

Негізгі қимылдар: Допты бір-біріне төменнен лақтыруды қалыптастыру.

Қолданылатын құралдар: Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік сәуір айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Аяқты бірге сосын алшақ қойып, біреуін алға, екіншісін артқа қойып, бір орнында тұрып секіру. Допты бір-біріне төменнен лақтыруды қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ұшты-ұшты» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы

оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

06.04.2022ж

Білім саласы:

Денсаулық.



Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Көктемгі баққа саяхат

Негізгі қимылдар: Жүру, жүгіру, секіру (кезінде) жаттығуларын пысықтап , скамейка үстінде еңбектеп жүру.

Қолданылатын құралдар: Доптар, Скамейка.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік сәуір айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Жүру, жүгіру, секіру (кезінде) жаттығуларын пысықтап , скамейка үстінде еңбектеп жүру. Допты қағып алу, лақтыру жаттығуларын меңгерту.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ұшты-ұшты» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

08.04.2022ж

*Мисерлигі
Р.Б.Б.*

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Доптар мен гимнастикалық орындықтар

Негізгі қимылдар: Бөрене, гимнастикалық орындық арқылы еңбектеп өтуді пысықтау. Жүру кезінде сигнал бойынша саптағы өз орнын тауып алу.

Доптағы жерге лақтыру және оны екі қолмен қағып алу, ептілікке үйрету.

Қолданылатын құралдар: Доптар, бөрене, гимнастикалық орындық.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік сәуір айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Бөрене, гимнастикалық орындық арқылы еңбектеп өтуді пысықтау. Жүру кезінде сигнал бойынша саптағы өз орнын тауып алу. Доптағы жерге лақтыру және оны екі қолмен қағып алу, ептілікке үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ұшты-ұшты» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

11.04.2022ж

*Мисерлигі
Р.Б.Б.*

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Доптар мен гимнастикалық орындықтар

Негізгі қимылдар: Бөрене, гимнастикалық орындық арқылы еңбектеп өтуді пысықтау. Жүру кезінде сигнал бойынша саптағы өз орнын тауып алу.

Доптағы жерге лақтыру және оны екі қолмен қағып алу, ептілікке үйрету.

Қолданылатын құралдар: Доптар, бөрене, гимнастикалық орындық.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік сәуір айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Бөрене, гимнастикалық орындық арқылы еңбектеп өтуді пысықтау. Жүру кезінде сигнал бойынша саптағы өз орнын тауып алу. Доптағы жерге лақтыру

және оны екі қолмен қағып алу, ептілікке үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ұшты-ұшты» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

13.04.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Масерин
Р.Вит

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Кенгуру

Негізгі қимылдар: Бір орнында тұрып, ұзындыққа 4-5 сызықтың үстінен секіруді үйрету. (сызықтың арақашықтығы 40-50 см)

Қолданылатын құралдар: Бор.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік сәуір айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Бір орнында тұрып, ұзындыққа 4-5 сызықтың үстінен секіруді үйрету.

(сызықтың арақашықтығы 40-50 см)

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ұшты-ұшты» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

15.04.2022ж

*Мисерлигі
Р.Б.А.*

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Мысық

Негізгі қимылдар: 8 метр дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеуді қалыптастыру.

Қолданылатын құралдар: Кедергілер.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік мамыр айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

5. Шеңбер бойлап жүру, жүгіру.
6. Бір орнында тұрып жаттығулар жасату.
 - А) Б.Қ. аяқ бірге, қол төменде. Қолды белге қойып, басты айналдыру, оңға, солға.
 - Б) Б.Қ. аяқ арасы ашық, қол белде, қолды алға созып, оң қолды сол аяқ ұшына, сол қолды оң аяқ ұшына тигізу.
 - В) Аяқ арасы ашық, қол белде, белді оңға солға айналдыру, 5-рет қайталау.
 - Г) Аяқ арасы ашық, қол кеудеде, қояндарша бір орнында
3. Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

8 метр дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеуді қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Қояным» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

18.04.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

*Миссерия
Рыс*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Велосипед самакат тебеміз.

Негізгі қимылдар: Үш дөңгелекті велосипед және самакат тебу. Оңға, солға бұрылыстарды орындау дағдысын дамыту.

Қолданылатын құралдар: Кедергілер.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік мамыр айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Үш дөңгелекті велосипед және самакат тебу. Оңға, солға бұрылыстарды орындау дағдысын дамыту.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Қояным» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

20.04.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

*Мисериді
Рәуф*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Саябаққа саяхат

Негізгі қимылдар: Жүру, жүгіру әдістерін қайталап, екі аяқпен алға қарай жылжи отырып секіру.

Қолданылатын құралдар: Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік мамыр айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Жүру, жүгіру әдістерін қайталап, екі аяқпен алға қарай жылжи отырып секіру. Аяқтың алшақ ұстаған қалпында допты домалату дағдысын дамыту.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ұшты-ұшты» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

22.04.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

*Мисериді
Рәуф*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Жүру.секіру.

Негізгі қимылдар: Жүру, алға, кері, тез, баяу, секіру. 1 аяқпен және 2 аяқпен.

Қолданылатын құралдар: Кедергілер.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік мамыр айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Жүру, алға, кері, тез, баяу, секіру. 1 аяқпен және 2 аяқпен. Кедергілер арасымен еңбектеу дағдысын дамыту.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ұшты-ұшты» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен

таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

25.04.2022ж

*Мисериді
Р.Бек*

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Доппен ойнайық

Негізгі қимылдар: Отырып допты бір-бірімен допты домалату, биіктігі 40-45 см жіптің астынан еңбектеп өту. Майда доптарды нысанаға тигізіп лақтыру дағдысын дамыту.

Қолданылатын құралдар: Допты, майда доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік мамыр айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Отырып допты бір-бірімен допты домалату, биіктігі 40-45 см жіптің астынан еңбектеп өту. Майда доптарды нысанаға тигізіп лақтыру дағдысын дамыту.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ұшты-ұшты» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

27.04.2022ж.

Білім саласы: Денсаулық.

*Мисерлигі
Рәшит*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Біз бақытты баламыз.

Негізгі қимылдар: 50см жоғары көтерілген арқанның, доғаның астынан, таяқтың астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру дағдысын дамыту.

Қолданылатын құралдар: Доғалар, арқан, таяқшалар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік мамыр айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

50см жоғары көтерілген арқанның, доғаның астынан, таяқтың астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру дағдысын дамыту.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ұшты-ұшты» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

29.04.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

*Мисерлигі
Рәшит*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Жүру.

Негізгі қимылдар: Тізесін бүгіп тұрып, аяқтарды кезекпен көтеру, өкшемен таяқтардың, арқанның үстіне аяқтың ұшымен еденге сүйене отырып, қырындап жүру, аяқтың саусақтарымен жіпті жинау дағдысын дамыту.

Қолданылатын құралдар: Жіп, арқан, таяқшалар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік мамыр айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Тізесін бүгіп тұрып, аяқтарды кезекпен көтеру, өкшемен таяқтардың, арқанның үстіне аяқтың ұшымен еденге сүйене отырып, қырындап жүру, аяқтың саусақтарымен жіпті жинау дағдысын дамыту.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ұшты-ұшты» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

04.05.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

*Миссерова
Р.Вит*

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Тақтай үстімен жүреміз. Допты қағып аламыз.

Негізгі қимылдар: Қырлы тақтай үстімен, жүру. Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолмен қағып алу дағдысын дамыту.

Қолданылатын құралдар: Тақтай, доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік мамыр айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Қырлы тақтай үстімен, жүру. Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолмен қағып алу дағдысын дамыту.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ұшты-ұшты» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

06.05.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Біз мықтымыз.

Мәсерісгі
Рәуф

Негізгі қимылдар: Еденнен 20-25 см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өту дағдысын дамыту.

Қолданылатын құралдар: Еден тақтайлары.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік мамыр айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Еденнен 20-25 см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өту дағдысын дамыту.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ұшты-ұшты» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

11.05.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Өрмекші

Негізгі қимылдар: Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары төмен кезектескен қаламмен өрмелеу, оң аралықтан сол аралыққа ауысу дағдысын қалыптастыру.

Қолданылатын құралдар: Гимнастикалық қабырға.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік мамыр айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Мәсерісгі
Рәуф

Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары төмен кезектескен қаламмен өрмелеу, оң аралықтан сол аралыққа ауысу дағдысын қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ұшты-ұшты» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

13.05.2022ж

Сәрсенбі. Білім саласы: Денсаулық. Білім бөлімі:

Дене шынықтыру.

*Мисериді
Рәшит*

Тақырыбы: Жүгіру

Негізгі қимылдар: Қалыпты, аяқ ұшымен тізені жоғары көтеріп, ұсақ және алшаақ адыммен сапта бір-бірден және жұппен түрлі бағытта, бытырап жүгіру.

Қолданылатын құралдар: Доптар, құрсаулар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қаңтар айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар.

Қалыпты, аяқ ұшымен тізені жоғары көтеріп, ұсақ және алшаақ адыммен сапта бір-бірден және жұппен түрлі бағытта, бытырап жүгіру. Доптарды, құрсауларды домалату қалыптастыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Шеңберге түсір» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

16.05.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Тепе-теңдікті сақтаймыз.

Мисериді Рәшит

Негізгі қимылдар: Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 деп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту. Түрлі жағдайда тепе-теңдікті сақтауды үйрету.

Көрнекі құралдар: Үлкен шарлар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 деп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту. Түрлі жағдайда тепе-теңдікті сақтауды үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ойыншықты алып кел» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

18.05.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Қызықты саяхат

Мисериді Рәшит

Негізгі жаттығулар: Музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқында әртүрлі таныс дене жаттығуларын орындау. Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолымен қағуды үйрету.

Көрнекі құралдар: Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік Қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқында әртүрлі таныс дене

жаттығуларын орындау. Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолымен қағуды үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ойыншықты алып кел» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

20.05.2022ж

*Мисерлиді
Р.Бек*

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Менің артымнан жүгір.

Негізгі қимылдар: Жетекшінің ауысуымен қарқынды жылдамдатып және ақырын жүгіру. Тізесін бүгіп тұрып, аяқтарды кезекпен көтеру, тепе-теңдікті сақтау, бөренемен жүруді үйрету.

Көрнекі құралдар: Бөренелер.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік Қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Жетекшінің ауысуымен қарқынды жылдамдатып және ақырын жүгіру. Тізесін бүгіп тұрып, аяқтарды кезекпен көтеру, тепе-теңдікті сақтау, бөренемен жүруді үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Ойыншықты алып кел» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

23.05.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Досыммен ойнаған қызықты.

Негізгі қимылдар: Аяқты бірге, сосын алшақ қойып, біреуін алға, екіншісін артқа қойып бір орнында тұрып секіру. Допты бір-бірінен төменнен лақтыруды үйрету.

Көрнекі құралдар: Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік Қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Аяқты бірге, сосын алшақ қойып, біреуін алға, екіншісін артқа қойып бір орнында тұрып секіру. Допты бір-бірінен төменнен лақтыруды үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Кешікпе» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

25.05.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Мысық пен тышқан.

Негізгі жаттығулар: 50 см жоғары көтерілген арқан астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру.

Көрнекі құралдар: Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік Қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

50 см жоғары көтерілген арқан астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп

Мисериди Рәшит

Мисериди Рәшит

кіру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Шыбыққа қалпақ кигізу.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

27.05.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Күзгі баққа саяхат.

Негізгі жаттығулар: Қырлы тақтаймен жүру. Допты жоғары лақтыру. Еденге ұру және оны екі қолымен қағып алуды үйрету.

Көрнекі құралдар: Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік Қазан айына арналған жаттығулар топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Қырлы тақтаймен жүру. Допты жоғары лақтыру. Еденге ұру және оны екі қолымен қағып алуды үйрету.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Үрпек төбет.» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату.

Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

30.05.2022ж

Білім саласы: Денсаулық.

Білім бөлімі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Доппен ойнаған қызықты.

Негізгі қимылдар: Жүгіру кезінде сигнал бойынша саптағы өз орнын тауып алу.

Допты жерге лақтыру.

Көрнекі құралдар: Доптар.

Кіріспе бөлім: Таңертеңгілік Қазан айына арналған жаттығулар
топтамасының қайталап жасату.

Негізгі бөлім: Негізгі қимылдар:

Жүгіру кезінде сигнал бойынша саптағы өз орнын тауып алу. Допты жерге лақтыру.

Қорытынды бөлім: Қимылды ойын.

«Шыбыққа қалпақ кигізу» ойынын ойнату. Ойынның мақсатымен, ережесімен таныстырып, ойынды ойнату. Балалардың қимыл әрекетін бағалап, жалпы оқу қызметінің барысына тоқтала келе мақтап, марапаттау.

Утверждаю
Заведующий ясли-детский садом ГKKП «Аққу»
А.О.Шойнбаева



Решение №1 пед совета 27.08.2021г.

ГKKП ясли-детский сад «Аққу»

**Перспективно-тематическое планирование
организованной учебной деятельности план учителя
физкультуры в старшей группе «Солнышко» за 2021-
2022 учебный год**

2021-2022 учебный год

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН
«.», «Солнышко» Старшая группа
2021-2022 учебный год
Сентябрь
Сквозная тема «Детский сад».

Переходный процесс тема узкий	Еженедельные темы	Цель
Сентябрь. "Детский сад"	1. Тема: Работа на четвереньках, опираясь на подошвы и ладони. 2. Тема: Определите цель.	Основные движения: работа на четвереньках, опираясь на подошвы и ладони. Формирование навыка прохождения под канатом высотой 50 см. Используемые инструменты: веревка, длинные стулья. Основные движения: Учимся метко бросать. (менее 3,5-6,5 м)
	1. Тема: Сохранение баланса. 2. Тема: Прохождение по лестнице. 3. Тема: Поиграем с мячом.	Основные движения: удержание равновесия, стоя на одной ноге с рукой на талии, учимся перекатываться из стороны в сторону с рукой на талии. Основные движения: учимся перепрыгивать через лестницу на высоте 20-25 см от пола. Основные движения: Бросок мяча на землю и обучение ловле его обеими руками.
	1. Тема: Идем прямо. 2. Тема: Интересные игры. 3. Тема: Учимся работать с обручами.	Основные движения: Положите сверху небольшую сумку и сформируйте длинную планку. Основные движения: ходьба по неровной доске, обучение ходьбе вверх-вниз и бегу по наклонной доске (ширина 2 см, высота 30-35 см). Основные движения: Учимся проходить через обручи.
	1. Тема: Давайте ударим по мячу. 2. Тема: Проходим через волшебную	Основные движения: Перебрасывание мяча друг другу снизу и обучение его ловле, (на расстоянии 1,5 метра) Основные движения: Работа на четвереньках, опираясь на подошвы и ладони. Формирование умения проходить под канатом, поднятым

	пещеру. 3. Тема: Давайте ударим по мячу.	высотой 50 см. Основные движения: Перебрасывание мяча друг другу снизу и обучение его ловле, (на расстоянии 1,5 метра)
	1. Тема: Интересные игры. 2. Тема: Давайте дружить с Генгуру. 3. Тема: Мы умные дети.	Основные движения: ходьба по очереди, бег. Прыгните вперед на расстояние 2-3 метра. Развитие перекачивания мяча сидя напротив, держа ноги врозь. Основные движения: Прыжки на двух ногах стоя, прыжки вперед. Учимся работать через гимнастический стул. Основные движения: Развитие моторики. Найдите свое место в очереди во время бега. Бросок мяча на землю и ловля его обеими руками обучают ловкости.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН
«., «Солнышко» Старшая группа
2021-2022 учебный год
Месяц октябрь

Сквозная тема»«Добро пожаловать, золотая осень!»»

Переходный процесс тема узкий	Еженедельные темы	Цель
Месяц октябрь»«Добро пожаловать, золотая осень!»»	1. Тема: Сохраняем баланс. 2. Тема: Интересное путешествие. 3. Тема: Беги за мной.	Основные движения: прыжки через 5-6 надутых мячей, расположенных на расстоянии друг от друга, поочередно, с разным положением рук. Учимся сохранять равновесие в различных ситуациях. Базовые упражнения: Выполнять различные знакомые телесные упражнения в разном темпе под музыкальное сопровождение. Учить подбрасывать мяч вверх, ударять об пол и бить по нему обеими руками. Основные движения: ускоряйтесь и бегите медленно с переходами отведений. Учимся сгибать колени, поочередно поднимать ноги, сохранять равновесие, ходить по бревне.
	1Тема: С другом весело играть. 2. Тема: Кошка и мышка. 3. Тема: Поездка в осенний сад.	Основные движения: Прыжок стоя, одна нога вперед, другая назад. Учимся перебрасывать мяч от одного к другому. Базовые упражнения: прыжок в высоту 50 см из-под скакалки в правую и левую сторону. Базовые упражнения: Ходьба с бортовой доской. Подбросить мяч вверх. Научитесь ударяться об пол и ловить его обеими руками.
	1. Тема: Играть с мячом – это весело. 2. Тема: Правила и интересная	Основные движения: Нахождение своего места в строю по сигналу во время бега. Бросьте мяч на землю. Основные движения: Стоя в ряду, меняя структуру ряда и снова стоя. Выстраивайтесь по одному. Научитесь играть в кегли. Встаньте в

	игра. 3. Тема: Мы быстро достигнем финиша, если будем усердно работать.	исходное положение и бросьте мяч. Обучение ударам по кеглям с расстояния 1,5-2 метра. Основные движения: формирование работы на четвереньках в прямом направлении между предметами на расстоянии до 8 метров.
	1. Тема: Интересные игры с мячом. 2. Тема: Белый кролик. 3. Тема: Побежим змейкой.	Основная часть: повторение и отработка способов ходьбы и бега. Прогулка по скамейке. Основная часть: Прыжок на одной ноге. Основные движения: Асохраняя скорость, меняя направление и обходя круг, останавливаясь, «Зыланша» обходит предметы, с одной стороны поля на другую и т. д. бежать

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН
«.», «Солнышко» Старшая группа
2021-2022 учебный год
ноябрь
Сквозная тема «Моя семья».

Переходный процесс тема	Еженедельные темы	Цель

узкий		
Ноябрь «Мой праздник»	1. Тема: Эстафета. 2. Тема: Мы счастливые дети. 3. Тема: Щенок и кот.	Основные движения: Тходьба по кругу ступеньками вверх, меняя направление с соблюдением дистанции, координируя движения рук и ног. Остановитесь и бросьте предмет далеко, прямо в цель. Формирование навыков работы под аркой на высоте 40 см. Основные движения: Формирование навыков свободной ходьбы и бега. Формирование умений ходить по наклонной доске (20-30 см). Основные движения: повторение приемов ходьбы и бега, формирование навыков работы между ножками стула, прыжки вперед на двух ногах.
	1. Тема: Работа над поверхностью доски. 2. Тема: Ходьба по скамейке. 3. Тема: Путешествие в лес.	Основные движения: Подпрыгните вверх, касаясь обеими ногами основного объекта. Учить работать с вещами, положив поверхность доски на пол. Основные движения: освоение способов ходьбы и бега. Ходим по скамейке, делаем прыжки снова и снова. Основные движения: Формирование навыков свободной ходьбы и бега. Формирование умений ходить по наклонной доске (20-30 см).
	1. Тема: Путешествие в лес 2. Тема: Будем делать упражнения. 3. Тема: Поиграем в мяч.	Основные движения: Формирование навыков свободной ходьбы и бега. Формирование умений ходить по наклонной доске (20-30 см). Основные движения: Ходьба, вперед, назад, быстро, медленно, шаг, бег, быстрый, медленный прыжок. Работа между препятствиями на 1 и 2 ногах. Основные движения: Сидя и перекачивая мяч друг к другу.

	1. Тема: Кто самый быстрый.	Основные движения: Виды ходьбы – 1 минута ходьбы между предметами, не касаясь их, бег. Выстраивайтесь по командам. Развитие ходьбы на длинной доске с небольшой сумкой наверху.
	2. Тема: Лиса и кролик.	Основные движения: научиться ползти вперед с правым и левым боком под поднятой на 50 см веревкой.
	3. Тема: Лиса и кролик.	Основные движения: научиться ползти вперед с правым и левым боком под поднятой на 50 см веревкой.

Перспективный план
«.», «Солнышко» Старшая группа
2021-2022 учебный год
Месяц декабрь
Сквозная тема»Мой Казахстан»

Переходный процесс тема узкий	Еженедельные темы	Цель
Месяц декабрь»Мой Казахстан»	1. Тема: Поднимаем ноги по очереди.	Основная часть: Учимся сгибать колени, поочередно поднимать ноги, сохранять равновесие, ходить по бревне.
	2..Тема: Интересные игры с мячом.	Основные движения: бросок обеими руками над головой, идеальный улов.
	1. Тема: Мы ходим как змея. 2. Тема: Поиграем со снегом. . 3. Тема: Учимся ходить по канату.	Основные движения: Идти по кругу, остановиться, «Змейка» обходит предметы с одной стороны поля на другую, с одной стороны поля на другую и так далее. бежать Формировать навыки прыжков по ровному кругу на земле через предмет высотой 5-1 см. Основные движения: Ходьба вперед, назад твердым шагом, ходьба с высоко поднятыми коленями. Основные движения: Удержание равновесия при ходьбе по канату. Потренируйтесь стоять на

		обруче, стоя вертикально на полу.
	1. Тема: Поездка в зимний парк	Основные движения: Формирование навыков самостоятельного стояния, нахождения своего места в кругу (по направлению).
	1. Тема: Скатимся с горки.. 2. Тема: Зимние забавы. 3. Тема: Лезем как пауки.	Основные движения: Формирование скользящих валов друг с другом с невысокой горки. Основные движения: Построение санок по полю. Основные движения: Формирование навыков лазания вверх и вниз по гимнастической стенке.
	1. Тема: Медведь и лиса. 2. Тема: Поиграем с мячом. 3. Тема: Мы снайперы.	Основные движения: Развитие умения работать на четвереньках на горизонтальной и наклонной скамье. Основные движения: Учить поочередно прыгать через 5-6 надутых мячей, расположенных на расстоянии друг от друга, с разным положением рук. Основные движения: Развивать навык точного метания предметов. (3,5-6,5м)

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН
«.,», «Солнышко» Старшая группа
2021-2022 учебный год
Январь месяц
Сквозная тема «Интересный зимний сезон»

Переходный процесс тема узкий	Еженедельные темы	Цель
Январь месяц «Интересный зимний сезон»	1. Тема: Мы снайперы.	Основные движения: Развивать навык точного метания предметов. (3,5-6,5 м).
	1. Тема: Веселые шарики. 2. Тема: Забавные	. Основные движения: совершенствование навыков катания, ловли и метания мячей.

	ценки. 3. Тема: Лазание по гимнастической доске.	Основные движения: Учить работать вперед из-под палки правой и левой стороной. Основные движения: Обучение лазанию по гимнастической стенке с поочередным шагом вверх и вниз.
	1. Тема: Давайте попрыгаем, как зайчики. 2. Тема: Учимся бросать. 3. Тема: Играть с мячом интересно.	Основные движения: Формирование попеременных прыжков через 2-3 предмета высотой 5-10 см. Основные движения: (на расстояние 2-2,5) учимся бросать правой и левой рукой. Основные движения: Бег в разные стороны, бег после удара о предмет.
	Тема: Учимся навыкам ходьбы. 2. Тема: Интересные игры. 3. Тема: Щенок и кот.	Основные движения: Сгибание коленей и подъем ног поочередно, битье, опираясь пяткой на пол концом палки или веревки, формирование навыков собирания нити пальцами ног. Основные движения: Ходьба, бег, попеременные, меняющие направление, темп. Бросок мяча через голову обеими руками и через препятствие одной рукой (2 метра). Основные движения: совершенствование навыка работы через бревно и гимнастический стул.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН
«.», «Солнышко» Старшая группа
2021-2022 учебный год
февраль
Сквозная тема "Мир вокруг нас"

Переходный процесс тема узкий	Еженедельные темы	Цель

февраль. "Мир вокруг нас"	1. Тема: Развлечения зимой.	Основные движения: учимся прыгать через 5-6 надутых мячей, расположенных на расстоянии друг от друга, с разными положениями рук по очереди.
	2. Тема: Футбол	Основные виды деятельности: Футбол. Катите мяч в заданном направлении. Забрасывание мяча в ворота
	3. Тема: Научимся стоять в очереди.	Основные движения: Стоя по одному в ряд, по кругу. Встав по двое-трое в ряд, снова сформируйте ряд. Обучение выравниванию, повороту вправо, влево, разворотам, разделению и подходам.
	1. Тема: Мы будем учиться, усердно работая.	Основные движения: Учимся работать на четвереньках на горизонтальной и наклонной скамье.
	2. Тема: Побежим на скорость.	Основные движения: Бег 40-50 метров, попеременная ходьба со средней скоростью.
	3. Тема: Наши интересные игры.	Основные движения: Ходьба, вперед, назад, быстро, медленно, шаг, бег, быстрый и медленный прыжок. С 1 и 2 ножками. Совершенствование навыка прыжков между препятствиями
	1. Тема: Работаем как щенки.	Основные движения: Развитие навыка работы животом путем подтягивания руками на гимнастической скамье.
	2. Тема: Мы гибкие	Основные движения: Ходьба между предметами, не касаясь их, бег. Выстраивайтесь по командам. Ставим небольшую сумку на крышу, ходим по длинной доске, развиваем навыки.
	3. Тема: Будем учиться лазить по гимнастической	Основные движения: лазание по гимнастической стенке попеременными шагами вверх и вниз,

	стенке.	обучение переходу из правого интервала в левый интервал.
	1. Тема: Метание 2. Тема: Изучим азы баскетбола. 3. Тема: Поездка в парк.	Основные движения: Развитие умения метко бросать предметы далеко. (не менее 3,5-6,5 метров) Основные движения: Формирование навыков самостоятельного стояния в шеренге, занятия своего места (ориентировки) в кругу. Формировать навыки перебрасывания мяча через веревку и сетку двумя руками. Основные движения: Ходьба между линиями (расстояние 15 см), зигзагообразная линия. Формировать навык прыжков вправо и влево на одном месте.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН
«.», «Солнышко» Старшая группа
2021-2022 учебный год
Маршировать
Сквозная тема «Первые капли»

Переходный процесс тема узкий	Еженедельные темы	Цель
Маршировать. «Первые капли»	1. Тема: Поездка в парк. 2. Тема: Интересные игры. 3. Тема: Интересные игры.	Основные движения: Ходьба между линиями (расстояние 15 см), зигзагообразная линия. Формирование навыка прыжков вправо и влево на одном месте. Основные движения: формирование работы на четвереньках с опорой на подошвы и ладони. Основные движения: формирование работы на четвереньках с опорой на подошвы и ладони.

	1. Тема: Прыжки. 2. Тема: Прыжки.	Основные движения: прыгать с высоты 20-25 см, учиться стоять на одном месте и перепрыгивать 4-6 длинных линий (расстояние между линиями 40-50 см). Основные движения: прыгать с высоты 20-25 см, учиться стоять на одном месте и перепрыгивать 4-6 длинных линий (расстояние между линиями 40-50 см).
	1. Тема: Лестницы 2. Тема: Кролики. 3. Тема: Кошки	Основные движения: Построение прыжков через подножку, поднятую на 20-25 см от пола. Основные движения: Балансирование, стоя на цыпочках с поднятыми руками. Научиться перекатываться из стороны в сторону, держа руки на поясе. Основные движения: научиться работать на четвереньках по прямой между предметами на расстоянии до 8 метров.
	1. Тема: Веселая весна	Основные движения: поочередное сгибание коленей и подъем ног, ходьба пятками по палке, веревке, опора на пол кончиком стопы, обучение сбору нити пальцами ног.
	1. Тема: Мы снайперы 2. Тема: Весенние цветы. 3. Тема: Ходьба по доске.	Основные движения: Развивать навык точного метания на дальность. (не менее 3,5-6,5 м) Основные движения: Нахождение своего места в строю по сигналу во время бега. Бросок мяча на землю и ловля его обеими руками тренирует ловкость. Основные движения: Учимся ходить по длинной доске с небольшой сумкой наверху.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН
«.», «Солнышко» Старшая группа
2021-2022 учебный год
Месяц апрель
Сквозная тема «Цветущая природа»

Переходный процесс тема узкий	Еженедельные темы	Цель
Апрель: Цветение природы»	1. Тема: Интересные игры с мячом.	Основные движения: Построение метания мяча друг другу снизу.
	2. Тема: Поездка в весенний сад.	Основные движения: ходьба, бег, прыжки (при выполнении) упражнений, работа на скамье.
	3. Тема: Мячи и гимнастические стулья.	Основные движения: Тренировка через брус, гимнастический стул. Нахождение своего места в очереди на ходу. Бросок мяча на землю и ловля его обеими руками тренирует ловкость.
	2. Тема: Мячи и гимнастические стулья.	Основные движения: Тренировка через брус, гимнастический стул. Нахождение своего места в очереди на ходу. Бросок мяча на землю и ловля его обеими руками тренирует ловкость.
	3. Тема: Кенгуру	Основные движения: Учимся перепрыгивать 4-5 длинных линий стоя на месте. (расстояние между линиями 40-50 см)
	3. Тема: Кошка	Основные движения: формирование работы на четвереньках в прямом направлении между предметами на расстоянии до 8 метров.
	1. Тема: Поехали покататься на велосипеде.	Основные движения: Езда на трехколесном велосипеде и самокате. Развивать умение совершать повороты направо и налево.
	2. Тема: Поездка в парк.	Основные движения: Повторите приемы ходьбы, бега, прыжка вперед
	3. Тема: Ходьба, прыжки.	

		обеими ногами. Основные движения: Ходьба, вперед, назад, быстро, медленно, прыжок. С 1 ногой и 2 ногой.
	1. Тема: Поиграем с мячом.	Основные движения: сидя и перекатывая мяч друг с другом, работая под струной высотой 40-45 см. Развивать навык метания мелких мячей в цель.
	2. Тема: Мы счастливые дети.	Основные движения: развивать навык работы вперед правой и левой стороной под поднятой на 50 см скакалкой, под аркой, под палкой.
	3. Тема: Прогулка	Основные движения: поочередное сгибание коленей и подъем ног, бритье пятками на палках, веревках с упором пальцев ног в пол, отработка умения собирать нить пальцами ног.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН
«.»», «Солнышко» Старшая группа
2021-2022 учебный год
Май месяц
Сквозная тема «Пусть солнце никогда не погаснет!»

Переходный процесс	Еженедельные темы	Цель
тема узкий		
Май месяц «Пусть солнце никогда не погаснет!»	1. Тема: Ходим по доске. Ловим мяч.	Основные движения: ходьба по обрезной доске. Развивать умение подбрасывать мяч вверх, ударять об пол и ловить его обеими руками.
	2. Тема: Мы сильные.	Основные движения: Развивать навык прыжков через ступеньку, поднятую на 20-25 см от пола.

	1. Тема: Паук	Основные движения: подъем и спуск по гимнастической стенке попеременно с ручкой, формирование навыка перехода с правого интервала на левый.
	2. Тема: Бег	Основные движения: обычные, подъем коленей кончиками пальцев ног, бег мелкими и длинными шагами подряд, по одному и парами в разные стороны, фрагментированные.
	1. Тема: Сохраняем баланс.	Основные движения: прыжки через 5-6 надутых мячей, расположенных на расстоянии друг от друга, поочередно, с разным положением рук. Учимся сохранять равновесие в различных ситуациях.
	2. Тема: Интересное путешествие.	Базовые упражнения: Выполнять различные знакомые телесные упражнения в разном темпе под музыкальное сопровождение. Учить подбрасывать мяч вверх, ударять об пол и бить по нему обеими руками.
	3. Тема: Беги за мной.	Основные движения: ускоряйтесь и бегите медленно с переходами отведений. Учимся сгибать колени, поочередно поднимать ноги, сохранять равновесие, ходить по бревне.
	1. Тема: С другом весело играть.	Основные движения: Прыжок стоя, одна нога вперед, другая назад. Учимся перебрасывать мяч от одного к другому.
	2. Тема: Кошка и мышка.	Базовые упражнения: прыжок в высоту 50 см из-под скакалки в правую и левую сторону.
	3. Тема: Поездка в осенний сад.	Базовые упражнения: Ходьба с бортовой доской. Подбросить мяч вверх. Научитесь ударяться об пол и ловить его обеими руками.
	1. Тема: Играть с мячом – это весело.	Основные движения: Нахождение своего места в строю по сигналу во

		время бега. Бросьте мяч на землю.

ГККП ясли-детский сад «Акку»

**Циклограмма -тематического планирование
организованной учебной деятельности план
инструктора по физической культуры в
старшей группе «Солнышко» за 2021-2022
учебный год**

2021-2022 учебный год

01.09.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Работа на четвереньках, опираясь на подошвы и ладони.



Основные движения: Работа на четвереньках, опираясь на подошвы и ладони.

Формирование умения проходить под канатом, поднятым высотой 50 см.

Используемые инструменты: Веревка, длинные стулья.

Вводный раздел: Повторение комплекса утренней зарядки за сентябрь месяц.

1. Ходьба по кругу, бег.

2. Упражняйтесь стоя.

А) Б.К. ноги вместе, руки вниз. Положите руки на талию и поверните голову вправо, влево.

Б) Б.К. раскрыться между ног, руки на талии, вытянуть руки вперед, коснуться правой рукой кончика левой стопы, а левой руки — кончика правой стопы.

В) Открыть между ног, руки на талии, повернуть талию справа налево, повторить 5 раз.

Г) Ноги открыты, руки на груди, бедра на одном месте.

3. Делаем дыхательные упражнения.

Основная часть: Базовые движения.

Работаем на четвереньках, опираясь на подошвы и ладони.

Формирование умения проходить под канатом, поднятым высотой 50 см.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Игра «Солнце и дождь». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

03.09.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Цель.

Миссериди Р.Вит

Основные движения: Учимся метко бросать. (менее 3,5-6,5 м)

Наглядные пособия: маленькие мячики, мячики, кегли, стулья.

Вводный раздел: Повторение комплекса утренней зарядки за сентябрь месяц.

Основная часть: Базовые движения:

Научиться метко бросать. (менее 3,5-6,5 м)

Заключительная часть: Экшен-игра.

Игра «Солнце и дождь». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

07.09.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Тепе- сохранять равновесие.

Миссериди Р.Вит

Основные движения: удержание равновесия, стоя на одной ноге с рукой на талии, учимся перекатываться из стороны в сторону с рукой на талии.

Наглядные пособия: маленькие мячики, мячики, кегли, стулья.

Вводный раздел: Повторение комплекса утренней зарядки за сентябрь месяц.

Основная часть: Базовые движения:

Удерживая равновесие, стоя на одной ноге, положив руку на пояс, учимся поворачиваться, держа руку на поясе.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Игра «Солнце и дождь». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

08.09.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Переход по лестнице.

Основные движения: учимся перепрыгивать через лестницу на высоте 20-25 см от пола.

Наглядные пособия: Лестница на земле.

Вводный раздел: Повторение комплекса утренней зарядки за сентябрь месяц.

Основная часть: Базовые движения:

Учимся прыгать через лестницу, поднятую на 20-25 см от пола.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Игра «Солнце и дождь». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

Мисериди Р.Вит

10.09.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Давайте поиграем с мячом.

Основные движения: Бросок мяча на землю и обучение ловле его обеими руками.

Наглядные пособия: Мячи на земле, маленькие мячики.

Вводный раздел: Повторение комплекса утренней зарядки за сентябрь месяц.

Основная часть: Базовые движения:

Бросок мяча на землю и обучение ловле его обеими руками. Заключительная часть: Экшен-игра.

Игра «Солнце и дождь». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

Мисериди Р.Вит

14.09.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Давайте прямо.

*Миссерида
Раш*

Основные движения: Положите сверху небольшую сумку и сформируйте длинную планку.

Наглядные пособия: небольшие мешки с песком, длинная скамейка.

Вводный раздел: Повторение комплекса утренней зарядки за сентябрь месяц.

Основная часть: Базовые движения:

Поместите небольшой мешок на крышу и заставьте его ходить по длинной доске.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Кошки и мыши». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности

15.09.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Интересные игры.

*Миссериди
Р.Вит*

Основные движения: ходьба по неровной доске, обучение ходьбе вверх-вниз и бегу по наклонной доске (ширина 2 см, высота 30-35 см).

Наглядные пособия: Длинный дощатый стул.

Вводный раздел: Повторение комплекса утренней зарядки за сентябрь месяц.

Основная часть: Базовые движения:

Учимся ходить по неровной доске, ходить вверх-вниз и бегать по наклонной доске (ширина 2 см, высота 30-35 см).

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Слепой козел». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

17.09.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Работа с обручами.мы учим.

*Миссериди
Р.Вит*

Основные движения: Учимся проходить через обручи.

Наглядные пособия: Обручи. Дуги.

Вводный раздел: Повторение комплекса утренней зарядки за сентябрь месяц.

Основная часть: Базовые движения:

Учимся проходить через обручи. Заставить детей работать с обручами. Продолжайте работать под дугой.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Слепой козел». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

21.09.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Давайте поймем мяч.

*Миссерида
Р.Вит*

Основные движения: Перебрасывание мяча друг другу снизу и обучение его ловле, (на расстоянии 1,5 метра)

Наглядные пособия: допар, большие маленькие мячи, игровое полотенце.

Вводный раздел: Повторение комплекса утренней зарядки за сентябрь месяц.

Основная часть: Базовые движения:

Учить бросать и ловить мяч снизу друг к другу (на расстоянии 1,5 метра).

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Слепой козел». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

22.09.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Проходим через волшебную пещеру.

Миссис Р.В.И.

Основные движения: Работа на четвереньках, опираясь на подошвы и ладони.

Формирование умения проходить под канатом, поднятым высотой 50 см.

Наглядные пособия: Веревка, игровое полотенце.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на октябрь.

Основная часть: Базовые движения:

Работаем на четвереньках, опираясь на подошвы и ладони. Формирование умения проходить под канатом, поднятым высотой 50 см.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Слепой козел». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

24.09.2021

*Масериски
Роберт*

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Давайте поймаем мяч.

Основные движения: Перебрасывание мяча друг другу снизу и обучение его ловле, (на расстоянии 1,5 метра)

Наглядные пособия: допар, большие маленькие мячи, игровое полотенце.

Вводный раздел: Повторение комплекса утренней зарядки за сентябрь месяц.

Основная часть: Базовые движения:

Учить бросать и ловить мяч снизу друг к другу (на расстоянии 1,5 метра).

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Слепой козел». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

28.09.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Интересные игры.

Миссис Р.В.И.

Основные движения: ходьба по очереди, бег. Прыгните вперед на расстояние 2-3 метра.

Развитие перекачивания мяча сидя напротив, держа ноги врозь.

Наглядные пособия: Мячи, палка.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на октябрь.

Основная часть: Базовые движения:

Ходьба и бег друг за другом по очереди. Прыгните вперед на расстояние 2-3 метра.

Развитие перекачивания мяча сидя напротив, держа ноги врозь.

Заключительная часть: Экшен-игра.

«Надеваем шляпу на палку». играть в игру. Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

29.09.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Давайте дружить с Генгуру.

Миссис Р.В.И.

Основные движения: Прыжки на двух ногах стоя, прыжки вперед. Учимся работать через гимнастический стул.

Наглядные пособия: Гимнастический стул.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на октябрь.

Основная часть: Базовые движения:

Стояние на одном месте, прыжки двумя ногами, прыжки вперед. Учимся работать через гимнастический стул.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Дом и цыплята». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

01.10.2021

*Миссисиди
Р.Вит*

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Мы умные дети.

Основные движения: Развитие моторики. Найдите свое место в очереди во время бега.

Бросок мяча на землю и ловля его обеими руками обучают ловкости.

Наглядные пособия: Мячи, игрушки.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на октябрь.

Основная часть: Базовые движения:

Развитие моторики. Найдите свое место в очереди во время бега. Бросок мяча на землю и ловля его обеими руками обучают ловкости.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Дом и цыплята». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

05.10.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Сохраняем баланс.

Основные движения: прыжки через 5-6 надутых мячей, расположенных на расстоянии друг от друга, поочередно, с разным положением рук. Учимся сохранять равновесие в различных ситуациях.

Наглядные пособия: Большие мячи.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на октябрь.

Основная часть: Базовые движения:

Прыжки через 5-6 надутых мячей, расположенных на расстоянии друг от друга по очереди, с разным положением рук. Учимся сохранять равновесие в различных ситуациях.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Принеси игрушку». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

Миссериди Р.Б.

06.10.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Интересное путешествие.

Базовые упражнения: Выполнять различные знакомые телесные упражнения в разном темпе под музыкальное сопровождение. Учить подбрасывать мяч вверх, ударять об пол и бить по нему обеими руками.

Наглядные пособия: Мячи.

Вводный раздел: Утренний обзор октябрьской серии упражнений.

Основная часть: Базовые движения:

Выполнение различных знакомых физических упражнений в разном темпе под музыкальное сопровождение. Учить подбрасывать мяч вверх, ударять об пол и бить по нему обеими руками.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Принеси игрушку». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

Миссериди Р.Б.

08.10.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Беги за мной.

*Масериски
Рыж*

Основные движения: ускоряйтесь и бегите медленно с переходами отведений. Учимся сгибать колени, поочередно поднимать ноги, сохранять равновесие, ходить по бревне.

Наглядные пособия: Журналы.

Вводный раздел: Утренний обзор октябрьской серии упражнений.

Основная часть: Базовые движения:

Ускорьте темп и плавно бегите со сменой ведущего. Учимся сгибать колени, поочередно поднимать ноги, сохранять равновесие, ходить по бревне.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Принеси игрушку». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

12.10.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: С другом весело играть.

Основные движения: Прыжок стоя, одна нога вперед, другая назад. Учимся перебрасывать мяч от одного к другому.

Наглядные пособия: Мячи.

Вводный раздел: Утренний обзор октябрьской серии упражнений.

Основная часть: Базовые движения:

Прыгайте стоя, поставив одну ногу вперед, а другую назад. Учимся перебрасывать мяч от одного к другому.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру с задержкой. Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

*Миссерида
Р.Вит*

13.10.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Кошка и мышь.

Базовые упражнения: прыжок в высоту 50 см из-под скакалки в правую и левую сторону.

Наглядные пособия: Мячи.

КЧасть 1: Повторяем утреннюю гимнастику за октябрь.

Основная часть: Базовые движения:

На высоте 50 см над скакалкой, работая вперед с правой и левой стороны.

Заключительная часть: Экшен-игра.

«Надеваем шляпу на палку». играть в игру. Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

*Миссерида
Р.Вит*

15.10.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Поездка в осенний сад.

Базовые упражнения: Ходьба с бортовой доской. Подбросить мяч вверх. Научиться ударяться об пол и ловить его обеими руками.

*Миссериди
Р.Вит*

Наглядные пособия: Мячи.

Вводный раздел: Утренний обзор октябрьской серии упражнений.

Основная часть: Базовые движения:

Променад. Подбросить мяч вверх. Научиться ударяться об пол и ловить его обеими руками.

Заключительная часть: Экшен-игра.

"Вы трус." играть в игру. Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

19.10.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Играть с мячом весело.

Миссериди Р.Вик

Основные движения: Нахождение своего места в строю по сигналу во время бега. Бросьте мяч на землю.

Наглядные пособия: Мячи.

Вводный раздел: Утренний обзор октябрьской серии упражнений.

Основная часть: Базовые движения:

Найдите свое место в очереди во время бега. Бросьте мяч на землю.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Надень шапку на палку». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

20.10.2021

Область образования: Здоровье. Кафедра образования: Физическое воспитание

Тема: Клегглы и интересная игра.

Миссериди Р.Вик

Основные движения: Стоя в ряду, меняя структуру ряда и снова стоя. Выстраивайтесь по одному. Научитесь играть в кегли. Встаньте в исходное положение и бросьте мяч.

Обучение ударам по кеглям с расстояния 1,5-2 метра.

Наглядные пособия: Мячи. Клеггс.

Вводный раздел: Утренний обзор октябрьской серии упражнений.

Основная часть: Базовые движения:

Стою в очереди, меняю структуру очереди и снова стою. Выстраивайтесь по одному.

Научитесь играть в кегли. Встаньте в исходное положение и бросьте мяч. Обучение ударам по кеглям с расстояния 1,5-2 метра.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Надень шапку на палку». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

22.10.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Работая усердно, мы быстро доберемся до финиша.

Основные движения: формирование работы на четвереньках в прямом направлении между предметами на расстоянии до 8 метров.

Наглядные пособия: Кубики.

Вводный раздел: Утренний обзор октябрьской серии упражнений.

Основная часть: Базовые движения:

Формирование работы на четвереньках в прямом направлении между предметами на расстоянии до 8 метров.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Надень шапку на палку». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

*Миссерида
Р.Вит*

26.10.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Веселые игры с мячом.

*Миссериди
Роберт*

Основная часть: повторение и отработка способов ходьбы и бега. Прогулка по скамейке.

Наглядные пособия: Скамейка, мячи.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на ноябрь.

Основная часть: Базовые движения:

Повторяйте и совершенствуйте способы ходьбы и бега. Прогулка по скамейке. Учимся прыгать, осваиваем упражнения по метанию мяча.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Кошки и мыши». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

27.10.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Белый Кролик.

*Миссериди
Роберт*

Основная часть: Прыжок на одной ноге.

Наглядные пособия: Бревна, мячи.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на ноябрь.

Основная часть: Базовые движения:

Прыгайте на одной ноге. Забросить мяч в цель, научиться перепрыгивать бревно.

Заключительная часть: Экшен-игра.

"Поймать мяч." играть в игру. Ознакомьтесь с целью и правилами игры и сыграйте в игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

29.10.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Побежим как змея.

*Миссерида
РБШ*

Основные движения: Асохраняя скорость, меняя направление и обходя круг, останавливаясь, «Зыланша» обходит предметы, с одной стороны поля на другую и т. д. бежать

Наглядные пособия: Препятствия. Мячи.

Введение раздел: Повторение утренней зарядки, запланированной на ноябрь.

Главная часть: Соблюдая дистанцию, меняйте направление и идите по кругу, останавливайтесь, «Зыланша» обходит предметы, с одной стороны поля на другую и так далее. бежать Формирование умений ходить по наклонной доске (20-30 см).

Заключительная часть: Экшн-игра.

"Поймать мяч." играть в игру. Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

02.11.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Эстафета.

*Миссерида
РБШ*

Основные движения: Тходьба по кругу ступеньками вверх, меняя направление с соблюдением дистанции, координируя движения рук и ног. Остановитесь и бросьте предмет далеко, прямо в цель. Формирование навыков работы под аркой на высоте 40 см.

Наглядные пособия: Препятствия. Мячи.

Введение раздел: Повторение утренней зарядки, запланированной на ноябрь.

Главная часть: Ходьба по кругу с поднятыми коленями, меняя направление, сохраняя дистанцию, координируя движения рук и ног. Остановитесь и бросьте предмет далеко, прямо в цель. Формирование навыков работы под аркой на высоте 40 см.

Заключительная часть: Экшн-игра.

"Поймать мяч." играть в игру. Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

03.11.2021

Область образования: Здоровье.

*Миссерида
Р.Вит*

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Мы веселые дети.

Основные движения: Формирование навыков свободной ходьбы и бега. Формирование умений ходить по наклонной доске (20-30 см).

Наглядные пособия: Председатель правления.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на ноябрь.

Основная часть: Базовые движения:

Формирование навыков свободной ходьбы и бега. Формирование умений ходить по наклонной доске (20-30 см). Бросок обеими руками вверх через голову.

Заключительная часть: Экшен-игра.

"Поймать мяч." играть в игру. Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

05.11.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Щенок и кот.

*Миссериди
Робин*

Основные движения: повторение приемов ходьбы и бега, формирование навыков работы между ножками стула, прыжки вперед на двух ногах.

КИнструменты для выкройки: Стул для доски.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на ноябрь.

Основная часть: Базовые движения:

Повторять приемы ходьбы и бега, формируя навыки работы между ножками стула, прыжка вперед двумя ногами. Учимся катать мяч, держа ноги врозь.

Заключительная часть: Экшен-игра.

"Поймать мяч." играть в игру. Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

09.11.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Работа над доской.

*Миссериди
Робин*

Основные движения: Подпрыгните вверх, касаясь обеими ногами основного объекта.

Учить работать с вещами, положив поверхность доски на пол.

Наглядные пособия: Председатель правления. Лента.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на ноябрь.

Основная часть: Базовые движения:

Подпрыгните вверх, касаясь обеими ногами основного объекта. Учить работать с вещами, положив поверхность доски на пол.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Подбрось полотенце». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

10.11.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Прогулка по скамейке.

Миссериди Р.Вит

Основные движения: освоение способов ходьбы и бега. Ходим по скамейке, делаем прыжки снова и снова.

Наглядные пособия: Скамейка.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на ноябрь.

Основная часть: Базовые движения:

Разработка требований к ходьбе и способам ходьбы. Ходим по скамейке, делаем прыжки снова и снова.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Подбрось полотенце». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

12.11.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Путешествие в лес.

Миссериди Р.Вит

Основные движения: Формирование навыков свободной ходьбы и бега. Формирование умений ходить по наклонной доске (20-30 см).

Наглядные пособия: стул с длинной доской, мячи.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на ноябрь.

Основная часть: Базовые движения:

Формирование навыков свободной ходьбы и бега. Формирование умений ходить по наклонной доске (20-30 см). Отточите бросок и ловлю мяча двумя руками через голову.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Игра «Поймай мяч». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

16.11.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Путешествие в лес.

*Мисериди
Р.В.И.*

Основные движения: Формирование навыков свободной ходьбы и бега. Формирование умений ходить по наклонной доске (20-30 см).

Наглядные пособия: стул с длинной доской, мячи.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на ноябрь.

Основная часть: Базовые движения:

Формирование навыков свободной ходьбы и бега. Формирование умений ходить по наклонной доске (20-30 см). Отточите бросок и ловлю мяча двумя руками через голову.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Игра «Поймай мяч». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

17.11.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Делаем упражнения

Основные движения: Ходьба, вперед, назад, быстро, медленно, шаг, бег, быстрый, медленный прыжок. Работа между препятствиями на 1 и 2 ногах.

Миссерида Р.Вит

Наглядные пособия: Арки.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на декабрь.

Основная часть: Базовые движения:

Ходьба вперед, назад, быстро, медленно, шаг, бег, быстрый, медленный прыжок. Работа между препятствиями на 1 и 2 ногах. Прыжки, метательные упражнения.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Игра «Поймай мяч». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

19.11.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Давай поиграем в мяч.

Основные движения: Сидя и перекатывая мяч друг к другу.

Миссерида Р.Вит

Наглядные пособия: Шарики, нитки, снежинки.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на декабрь.

Основная часть: Базовые движения:

Сидим и перекатываем шарик друг к другу, работая под нитью высотой 40-50 см. Учить бросать в мишень мелкие снежинки.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Подбрось полотенце». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

23.11.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Кто быстрый.

*Миссерида
Рыт*

Основные движения: Виды ходьбы – 1 минута ходьбы между предметами, не касаясь их, бег. Выстраивайтесь по командам. Развитие ходьбы на длинной доске с небольшой сумкой наверху.

Наглядные пособия: башни, небольшой мешок с песком, длинные доски.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на декабрь.

Основная часть: Базовые движения:

Виды ходьбы – 1 минутная ходьба между предметами, не касаясь их, бег. Выстраивайтесь по командам. Развитие ходьбы на длинной доске с небольшой сумкой наверху.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Подбрось полотенце». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

24.11.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Лиса и Заяц

*Миссерида
Рыт*

Основные движения: научиться ползти вперед с правым и левым боком под поднятой на 50 см веревкой.

Наглядные пособия: Мячи, веревки.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на декабрь.

Основная часть: Базовые движения:

Виды ходьбы, бега. Бросок мяча на землю и обучение ловле его обеими руками. Учить ползать вперед с правой и левой стороны под поднятой на 50 см веревкой.

Заключительная часть: Экшен-игра

.

26.11.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Лиса и Заяц

*Миссерида
Рыт*

Основные движения: научиться ползти вперед с правым и левым боком под поднятой на 50 см веревкой.

Наглядные пособия: Мячи, веревки.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на декабрь.

Основная часть: Базовые движения:

Виды ходьбы, бега. Бросок мяча на землю и обучение ловле его обеими руками. Учить

ползать вперед с правой и левой стороны под поднятой на 50 см веревкой.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Подбрось полотенце». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

30.11.2021

*Масериди
Р.Вит*

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Поднимаем ноги по очереди.

Основная часть: Учимся сгибать колени, поочередно поднимать ноги, сохранять равновесие, ходить по бревне.

Наглядные пособия: Бревна, гимнастический стул.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на декабрь.

Основная часть: Базовые движения:

Со сменой поводка ускоряя темп и бегая медленно. Учимся сгибать колени, поочередно поднимать ноги, сохранять равновесие, ходить по бревне.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Подбрось полотенце». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

03.12.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Веселые игры с мячом.

Основные движения: бросок обеими руками над головой, идеальный улов.

Наглядные пособия: наклонная доска, мячи.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на декабрь.

Основная часть – формирование навыков свободной ходьбы и бега. Формирование умений ходить по наклонной доске (20-30 см). Бросок через голову обеими руками, оттачивание ловли.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Подбрось полотенце». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

Миссериди Р.Вит

07.12.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Мы ходим как змеи.

Основные движения: Идти по кругу, остановиться, «Змейка» обходит предметы с одной стороны поля на другую, с одной стороны поля на другую и так далее. бежать

Формировать навыки прыжков по ровному кругу на земле через предмет высотой 5-1 см.

Наглядные пособия: Барьеры, небольшой стул.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на декабрь.

Основная часть: Идти по кругу, остановиться, «Змейка» обходит предметы с одной стороны поля на другую, с одной стороны поля на другую и так далее. бежать

Формировать навыки прыжков по ровному кругу на земле через предмет высотой 5-1 см.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Игра «Беги к флагу». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

Миссериди Р.Вит

08.12.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Поиграем со снегом.

Миссис Р. Вит

Основные движения: Ходьба вперед, назад твердым шагом, ходьба с высоко поднятыми коленями.

Наглядные пособия: стулья.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на декабрь.

Основная часть: Базовые движения:

Ходьба вперед, назад твердым шагом, ходьба с высоко поднятыми коленями.

Формирование умений прыгать на глубину (с высоты 15-20 см).

Заключительная часть: Экшен-игра.

Игра «Беги к флагу». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

10.12.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Учимся ходить по верёвке.

Основные движения: Удержание равновесия при ходьбе по канату. Потренируйтесь стоять на обруче, стоя вертикально на полу.

Наглядные пособия: Веревка, обручи.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на декабрь.

Основная часть: Базовые движения:

Прыжки на одной ноге. Балансируйте при ходьбе по веревке. Потренируйтесь стоять на обруче, стоя вертикально на полу.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Игра «Беги к флагу». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

Мисериди Р.Вит

14.12.2021

Область образования: Здоровье.

Кафедра образования: Физическое воспитание

Тема: Поездка в зимний парк.

Основные движения: Формирование навыков самостоятельного стояния, нахождения своего места в кругу (по направлению).

Наглядные пособия: веревка, сетка, мячи.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на декабрь.

Основная часть: Базовые движения:

Оформирование умений самостоятельно выстраиваться в шеренгу, находить свое место в кругу (по направлению). Формирование навыков перебрасывания мяча через веревку и сетку двумя руками.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Игра «Беги к флагу». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

Мисериди Р.Вит

21.12.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Скатимся с горки.

*Миссериди
Р.Вит*

Основные движения: Формирование скользящих валов друг с другом с невысокой горки.

Используемые инструменты: Сани.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на январь.

Основная часть: Базовые движения.

Формировать умение скатываться с невысокой горки друг с другом. Учимся поочередно скатываться с горки на санях.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Поиск предметов». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

22.12.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Развлечения зимой.

Основные движения: Построение санок по полю.

*Миссериди
Р.В.И.*

Используемые инструменты: Сани.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на январь.

Основная часть: Базовые движения.

Формировать умение скатываться с невысокой горки друг с другом. Учимся поочередно скатываться с горки на санях. Делаем друг другу санки.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Поиск предметов». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

24.12.2021

Область образования: Здоровье.

Департамент образования: Телообучение.

Тема: Лезем как пауки.

Основные движения: Формирование навыков лазания вверх и вниз по гимнастической стенке.

Миссисиди Рэйт

Используемые инструменты: Гимнастическая стенка.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на январь.

Основная часть: Базовые движения.

Формировать навыки лазания вверх и вниз по гимнастической стенке. Придя в шеренгу, заберитесь на прикрепленную к стене лестницу и совершите спуск.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Расстреляй круг». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

28.12.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Медведь и лиса.

Основные движения: Развитие умения работать на четвереньках на горизонтальной и наклонной скамье.

Миссисиди Рэйт

Используемые инструменты: мячи, обручи.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на январь.

Основная часть: Базовые движения.

Развивать умение работать на четвереньках на горизонтальной и наклонной скамье.

Учимся работать на длинной деревянной скамейке высотой 10,15 см.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Расстреляй круг». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

29.12.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Поиграем с мячиком.

Основные движения: Учить поочередно прыгать через 5-6 надутых мячей, расположенных на расстоянии друг от друга, с разным положением рук.

Используемые инструменты: Большие шары.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на январь.

Основная часть: Учить по очереди прыгать через 5-6 надутых мячей, расположенных на расстоянии друг от друга, с разным положением рук.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Расстреляй круг». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

Миссериди Р.Вит

31.12.2021

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Мы снайперы.

Основные движения: Развивать навык точного метания предметов. (3,5-6,5 м).

Используемые инструменты: Препятствия, мячи, гимнастический стул.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на январь.

Основная часть: Базовые движения.

Развивать умение далеко бросать предметы. (3,5-6,5 м). Учимся работать над животом, подтягиваясь руками на гимнастическом стуле.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Расстреляй круг». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

Миссериди Р.Вит

04.01.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Мы снайперы.

Основные движения: Развивать навык точного метания предметов. (3,5-6,5 м).

Используемые инструменты: Препятствия, мячи, гимнастический стул.

Миссериди Р.Вит

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на январь.

Основная часть: Базовые движения.

Развивать умение далеко бросать предметы. (3,5-6,5 м). Учимся работать над животом, подтягиваясь руками на гимнастическом стуле.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Расстреляй круг». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

11.01.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Веселые шарики.

Основные движения: совершенствование навыков катания, ловли и метания мячей.

Используемые инструменты: Шары.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на февраль.

Используемые инструменты: Камыши.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на март.

Основная часть: Совершенствование навыков катания, ловли и метания мячей. Научиться перебрасывать мячи друг другу в парах и ловить их снова.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Игра «Поймай мяч». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

12.01.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Забавные щенки

Основные движения: Учить работать вперед из-под палки правой и левой стороной.

Используемые инструменты: Палки, мячи.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на февраль.

Основная часть: Базовые движения.

Учить работать вперед из-под палки правой и левой стороной. Заключительная часть: Экшен-игра.

Игра «Поймай мяч». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

*Миссери
Р.Вит*

*Миссери
Р.Вит*

14.01.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Лазание по гимнастической доске.

Основные движения: Обучение лазанию по гимнастической стенке с поочередным шагом вверх и вниз.

Используемые инструменты: Гимнастическая стенка.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на февраль.

Основная часть: Базовые движения.

Обучение лазанию по гимнастической стенке с поочередным шагом вверх и вниз.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Игра «Поймай мяч». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

Мисериди Р.В.

18.01.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Давайте попрыгаем, как зайчики.

Основные движения: Формирование попеременных прыжков через 2-3 предмета высотой 5-10 см.

*Мисерисси
Р.Вит*

Используемые инструменты: Препятствия.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на февраль.

Основная часть: Базовые движения.

Формирование попеременных прыжков через 2-3 предмета высотой 5-10 см. Выполнение прыжковых упражнений поочередно через препятствия.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Трамвай, Поезд». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

19.01.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Учимся бросать.

Основные движения: (на расстояние 2-2,5) учимся бросать правой и левой рукой.

*Мисерисси
Р.Вит*

Используемые инструменты: кегли, маленькие мячи.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на февраль.

Основная часть: Базовые движения.

(дистанция 2-2,5) освоение метания правой и левой рукой. Потренируйтесь бросать кегли с маленьким мячиком рядом друг с другом.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Трамвай, Поезд». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

21.01.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Играть с мячом весело.

Масериски
Райт

Основные движения: Бег в разные стороны, бег после удара о предмет.

Используемые инструменты: Шары.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на февраль.

Основная часть: Базовые движения.

Бег в разные стороны, бег после попадания в предмет. Учиться перебрасывать и ловить мячи друг другу. Научиться бегать и стоять в очереди.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Трамвай, Поезд». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

25.01.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Учимся навыкам ходьбы.

*Миссисиди
Р.Вит*

Основные движения: Сгибание коленей и подъем ног поочередно, бритье, опираясь пяткой на пол концом палки или веревки, формирование навыков собирания нити пальцами ног.

Используемые инструменты: веревка, палка, мячи.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на февраль.

Основная часть: Базовые движения.

Формировать умения сгибать ноги в коленях и поднимать ноги, опираться на пол концом палки или веревки пятками, собирать нить пальцами ног.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Игра «Поймай мяч». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

26.01.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Интересные игры

*Миссисиди
Р.Вит*

Основные движения: Ходьба, бег, попеременные, меняющие направление, темп. Бросок мяча через голову обеими руками и через препятствие одной рукой (2 метра).

Используемые инструменты: Препятствия, мячи.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на февраль.

Основная часть: Чередование ходьбы, бега трусцой, смена направления, темпа. Бросок мяча через голову обеими руками и через препятствие одной рукой (2 метра).

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Метко бросай мяч». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

28.01.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Щенок и кот.

Миссери-Роберт

Основные движения: совершенствование навыка работы через бревно и гимнастический стул.

Используемые инструменты: бревно, гимнастический стул, мячи.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на февраль.

Основная часть: Базовые движения.

Совершенствование навыка работы через брус и гимнастический стул. Стоя в ряд, по очереди выполните упражнение по проработке бревна. Таким образом поочередно работаем с гимнастического стула.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Метко бросай мяч». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

1.02.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Развлечения зимой.

Основные движения: учимся прыгать через 5-6 надутых мячей, расположенных на расстоянии друг от друга, с разными положениями рук по очереди.

Используемые инструменты: Шары.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на февраль.

Основная часть: Базовые движения.

Учить прыгать через 5-6 надутых мячей, расположенных на расстоянии друг от друга, с разным положением рук.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Мой кролик». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

*Мисериски
Р.Вит*

02.02.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Футбол

Основные виды деятельности: Футбол. Катите мяч в заданном направлении. Забрасывание мяча в ворота.

Используемые инструменты: Шары. Ворота.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на февраль.

Основной раздел: Футбол. Катите мяч в заданном направлении. Забрасывание мяча в ворота. Разделитесь на две группы и составляйте футбольные элементы, пинайте мяч по направлению к воротам.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Мой кролик». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

*Мисериски
Р.Вит*

04.02.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Учимся стоять в очереди.

*Масерска
Рэйн*

Основные движения: Стоя по одному в ряд, по кругу. Встав по двое-трое в ряд, снова сформируйте ряд. Обучение выравниванию, повороту вправо, влево, разворотам, разделению и подходам.

Используемые инструменты: Шары.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на февраль.

Основная часть: Базовые движения.

Стоят по одному в ряд, в круг. Встав по двое-трое в ряд, снова сформируйте ряд.

Обучение выравниванию, повороту вправо, влево, разворотам, разделению и подходам.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Мой кролик». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

08.02.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Мы учимся, усердно работая.

Основные движения: Учимся работать на четвереньках на горизонтальной и наклонной скамье.

*Миссериди
Р.Вит*

Оборудование: длинная скамья.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на март.

Основная часть: Базовые движения.

Учимся работать на четвереньках на горизонтальной и наклонной скамье. Оформление работы из тонких длинных дощатых стульев, гимнастического стула.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Поймай муху». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

09.02.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Мы бежим на скорость.

Основные движения: Бег 40-50 метров, попеременная ходьба со средней скоростью.

*Миссериди
Р.Вит*

Используемые инструменты: Шары.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на март.

Основная часть: Базовые движения.

Обег на 40-50 метров, попеременная ходьба со средней скоростью. Научиться работать на четвереньках, опираясь на подошвы и ладони.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Поймай муху». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

11.02.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

*Миссериди
Р.Вит*

Тема: Наши интересные игры

Основные движения: Ходьба, вперед, назад, быстро, медленно, шаг, бег, быстрый и медленный прыжок. С 1 и 2 ножками. Совершенствование навыка прыжков между препятствиями. Используемые инструменты: Арки, банты.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на март.

Основная часть: Базовые движения.

Ходьба, вперед, назад, быстро, медленно, шаг, бег, быстрый и медленный прыжок. С 1 и 2 ножками. Развитие умения работать с препятствиями.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Поймай муху». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

15.02.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Мы много работаем.

Основные движения: Развитие навыка работы животом путем подтягивания руками на гимнастической скамье.

*Масериди
РБШ*

Используемые инструменты: Гимнастический стул.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на март.

Основная часть: Базовые движения.

Развитие умения работать над животом путем подтягивания руками на гимнастическом стуле.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Поймай муху». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

16.02.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Мы гибкие.

Основные движения: Ходьба между предметами, не касаясь их, бег. Выстраивайтесь по командам. Ставим небольшую сумку на крышу, ходим по длинной доске, развиваем навыки.

*Масериди
РБШ*

Используемые инструменты: Барьеры, небольшие мешки, тростник.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на март.

Основная часть: Базовые движения.

Ходить и бегать между вещами, не касаясь их. Выстраивайтесь по командам. Ставим небольшую сумку на крышу, ходим по длинной доске, развиваем навыки.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Хан Талапай». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

18.02.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.



Тема: Будем учиться лазить по гимнастической стенке.

Основные движения: лазание по гимнастической стенке попеременными шагами вверх и вниз, обучение переходу из правого интервала в левый интервал.

Используемые инструменты: Гимнастическая стенка.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на март.

Основная часть: Базовые движения.

Лазание по гимнастической стенке поочередными шагами вверх и вниз, обучение переходу из правого интервала в левый интервал.

Заключительная часть: Экшен-игра.

«Угадай, чей это голос». играть в игру. Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

22.02.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.



Тема: Бросок

Основные движения: Развитие умения метко бросать предметы далеко. (не менее 3,5-6,5 метров)

Используемые инструменты: мячи, кегли.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на март.

Основная часть: Базовые движения.

Развивать умение метко бросать предметы далеко. (не менее 3,5-6,5 метров)

Заключительная часть: Экшен-игра.

«Угадай, чей это голос». играть в игру. Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

23.02.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Изучим азы баскетбола.

*Мисериди
Р.В.И.*

Основные движения: Формирование навыков самостоятельного стояния в шеренге, занятия своего места (ориентировки) в кругу. Формировать навыки перебрасывания мяча через веревку и сетку двумя руками.

Используемые инструменты: мячи, кегли, камыши.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на март.

Основная часть: Базовые движения.

ОФормировать умения стоять в ряду, занимать свое место (ориентироваться) в кругу.

Формировать навыки перебрасывания мяча через веревку и сетку двумя руками.

Заключительная часть: Экшен-игра.

«Хан Талапай». играть в игру. Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

25.02.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Поездка в парк.

Основные движения: Ходьба между линиями (расстояние 15 см), зигзагообразная линия.

Формировать навык прыжков вправо и влево на одном месте.

Используемые инструменты: Ленты, ленты.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на март.

Основная часть: Базовые движения.

Ходьба между линиями (расстояние 15 см), зигзагообразная линия. Формировать навык прыжков вправо и влево на одном месте.

Заключительная часть: Экшен-игра.

«Хан Талапай». играть в игру. Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

Мисериди
Р.Вит

1.03.2022

*Миссерида
Раш*

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Поездка в парк.

Основные движения: Ходьба между линиями (расстояние 15 см), зигзагообразная линия.

Формировать навык прыжков вправо и влево на одном месте.

Используемые инструменты: Ленты, ленты.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на март.

Основная часть: Базовые движения.

Ходьба между линиями (расстояние 15 см), зигзагообразная линия. Формировать навык прыжков вправо и влево на одном месте.

Заключительная часть: Экшен-игра.

«Хан Талапай». играть в игру. Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

02.03.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Интересные игры

Основные движения: формирование работы на четвереньках с опорой на подошвы и ладони.

Миссериди Р.Вит

Используемые инструменты: Камыши.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на март.

Основная часть: Базовые движения.

Формирование работы на четвереньках с опорой на подошвы и ладони.

Заключительная часть: Экшен-игра.

«Хан Талапай». играть в игру. Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

04.03.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Интересные игры

Основные движения: формирование работы на четвереньках с опорой на подошвы и ладони.

Миссериди Р.Вит

Используемые инструменты: Камыши.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на март.

Основная часть: Базовые движения.

Формирование работы на четвереньках с опорой на подошвы и ладони.

Заключительная часть: Экшен-игра.

«Хан Талапай». играть в игру. Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

09.03.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Прыжки.

Основные движения: прыгать с высоты 20-25 см, учиться стоять на одном месте и перепрыгивать 4-6 длинных линий (расстояние между линиями 40-50 см).

Используемые инструменты: Камыши.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на март.

Основная часть: Базовые движения.

Прыжки с высоты 20-25 см, стоя на одном месте и учимся перепрыгивать 4-6 длинных строп (расстояние между стропами 40-50 см).

Заключительная часть: Экшен-игра.

«Хан Талапай». играть в игру. Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

Мисериди Р.Вит

11.03.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Прыжки.

Основные движения: прыгать с высоты 20-25 см, учиться стоять на одном месте и перепрыгивать 4-6 длинных линий (расстояние между линиями 40-50 см).

Используемые инструменты: Камыши.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на март.

Основная часть: Базовые движения.

Прыжки с высоты 20-25 см, стоя на одном месте и учимся перепрыгивать 4-6 длинных строп (расстояние между стропами 40-50 см).

Заключительная часть: Экшен-игра.

«Хан Талапай». играть в игру. Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

Мисериди Р.Вит

15.03.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Лестница

Основные движения: Построение прыжков через подножку, поднятую на 20-25 см от пола.

Используемые инструменты: Лестница.

Вводный раздел: Обзор апрельской утренней зарядки.

3. Ходьба по кругу, бег.

4. Упражняйтесь стоя.

А) Б.К. ноги вместе, руки вниз. Положите руки на талию и поверните голову вправо, влево.

Б) Б.К. раскрыться между ног, руки на талии, вытянуть руки вперед, коснуться правой рукой кончика левой стопы, а левой руки — кончика правой стопы.

В) Открыть между ног, руки на талии, повернуть талию справа налево, повторить 5 раз.

Г) Ноги открыты, руки на груди, бедра на одном месте.

3. Делаем дыхательные упражнения.

Основная часть: Базовые движения.

Формирование прыжка через ступеньку, приподнятую на 20-25 см от пола.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Мой кролик». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

16.03.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Кролики.

Основные движения: Балансирование, стоя на цыпочках с поднятыми руками. Научиться перекатываться из стороны в сторону, держа руки на поясе.

Используемые инструменты: Камыши.

Вводный раздел: Обзор апрельской утренней зарядки.

Основная часть: Базовые движения.

Чтобы сохранить равновесие, поднимите руки вверх и встаньте на носки. Научиться перекатываться из стороны в сторону, держа руки на поясе.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Мой кролик». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

Миссис Р.В.И.

18.03.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Кошки

Основные движения: научиться работать на четвереньках по прямой между предметами на расстоянии до 8 метров.

Используемые инструменты: Препятствия.

Вводный раздел: Обзор апрельской утренней зарядки.

Основная часть: Базовые движения.

Научиться работать на четвереньках по прямой между предметами на расстоянии до 8 метров.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Мой кролик». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

Миссис Р.В.И.

25.03.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Веселая весна.

Миссисиди Рэйт

Основные движения: поочередное сгибание коленей и подъем ног, ходьба пятками по палке, веревке, опора на пол кончиком стопы, обучение сбору нити пальцами ног.

Используемые инструменты: Палка, веревка.

Вводный раздел: Обзор апрельской утренней зарядки.

Основная часть: Базовые движения.

Учить поочередно сгибать колени и поднимать ноги, браться пятками на палке или веревке, носками на полу, собирать нитку пальцами ног.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Чип к кончику». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

29.03.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Мы снайперы.

Миссисиди Рэйт

Основные движения: Развивать навык точного метания на дальность. (не менее 3,5-6,5 м)

Используемые инструменты: мячи, кегли.

Вводный раздел: Обзор апрельской утренней зарядки.

Основная часть: Базовые движения.

Развивать умение метко метать на расстоянии. (не менее 3,5-6,5 м)

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Чип к кончику». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

30.03.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Весенние цветы

*Миссисиди
Р.Вит*

Основные движения: Нахождение своего места в строю по сигналу во время бега. Бросок мяча на землю и ловля его обеими руками тренирует ловкость.

Используемые инструменты: Шары.

Вводный раздел: Обзор апрельской утренней зарядки.

Основная часть: Базовые движения.

Найдите свое место в очереди во время бега. Бросок мяча на землю и ловля его обеими руками тренирует ловкость.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Чип к кончику». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

01.04.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Набережная

Основные движения: Учимся ходить по длинной доске с небольшой сумкой наверху.

*Миссериди
Р.Вит*

Используемые инструменты: небольшие сумки, длинная доска.

Вводный раздел: Обзор апрельской утренней зарядки.

Основная часть: Базовые движения.

Учимся ходить по длинной доске с небольшой сумкой наверху.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Чип к кончику». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

05.04.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Веселые игры с мячом.

Основные движения: Построение метания мяча друг другу снизу.

*Миссериди
Р.Вит*

Используемые инструменты: Шары.

Вводный раздел: Обзор апрельской утренней зарядки.

Основная часть: Базовые движения.

Прыжок стоя на одном месте, ноги вместе, а затем врозь, одна вперед, другая назад.

Построение перебрасывания мяча друг другу снизу.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Чип к кончику». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

06.04.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Поездка в весенний сад.

Миссерисси
Р.Вит

Основные движения: ходьба, бег, прыжки (при выполнении) упражнений, работа на скамье.

Используемые инструменты: мячи, скамейка.

Вводный раздел: Обзор апрельской утренней зарядки.

Основная часть: Базовые движения.

Работа на скамейке, отработка упражнений ходьбы, бега, прыжков (по времени).

Отработка упражнений по ловле и метанию мяча.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Чип к кончику». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

08.04.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Мячи и гимнастические стулья.

Основные движения: Тренировка через брус, гимнастический стул. Нахождение своего места в очереди на ходу. Бросок мяча на землю и ловля его обеими руками тренирует ловкость.

Используемые инструменты: мячи, бревно, гимнастический стул.

Вводный раздел: Обзор апрельской утренней зарядки.

Основная часть: Базовые движения.

Отработка работы через брус, гимнастический стул. Нахождение своего места в очереди на ходу. Бросок мяча на землю и ловля его обеими руками тренирует ловкость.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Чип к кончику». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

Миссериди Р.Вит

12.04.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Мячи и гимнастические стулья.

Основные движения: Тренировка через брус, гимнастический стул. Нахождение своего места в очереди на ходу. Бросок мяча на землю и ловля его обеими руками тренирует ловкость.

Используемые инструменты: мячи, бревно, гимнастический стул.

Вводный раздел: Обзор апрельской утренней зарядки.

Основная часть: Базовые движения.

Отработка работы через брус, гимнастический стул. Нахождение своего места в очереди на ходу. Бросок мяча на землю и ловля его обеими руками тренирует ловкость.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Чип к кончику». Знакомство с целью и правилами игры, проведение игры. Оценка действий детей, похвала и награждение общей учебной деятельности.

Миссериди Р.Вит

13.04.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Кенгуру

*Масериди
Р.Вит*

Основные движения: Учимся перепрыгивать 4-5 длинных линий стоя на месте.
(расстояние между линиями 40-50 см)

Используемые инструменты: Мел.

Вводный раздел: Обзор апрельской утренней зарядки.

Основная часть: Базовые движения.

Научиться перепрыгивать 4-5 линий, стоя на одном месте. (расстояние между линиями 40-50 см)

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Чип к кончику». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

15.04.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Кот

Основные движения: формирование работы на четвереньках в прямом направлении между предметами на расстоянии до 8 метров.

Используемые инструменты: Препятствия.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на май месяц.

5. Ходьба по кругу, бег.

6. Выполнение упражнений стоя на одном месте.

А) Б.К. ноги вместе, руки вниз. Положите руки на талию и поверните голову вправо, влево.

Б) Б.К. раскрыться между ног, руки на талии, вытянуть руки вперед, коснуться правой рукой кончика левой стопы, а левой руки — кончика правой стопы.

В) Открыть между ног, руки на талии, повернуть талию справа налево, повторить 5 раз.

Г) Ноги открыты, руки на груди, бедра на одном месте.

3. Делаем дыхательные упражнения.

Основная часть: Базовые движения.

Формирование работы на четвереньках в прямом направлении между предметами на расстоянии до 8 метров.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Мой кролик». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

Миссисиди Р.В.И.

19.04.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Покатаемся на велосипеде.

Основные движения: Езда на трехколесном велосипеде и самокате. Развивать умение совершать повороты направо и налево.

*Миссериди
Р.Вит*

Используемые инструменты: Препятствия.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на май месяц.

Основная часть: Базовые движения.

Езда на трехколесном велосипеде и самокате. Развивать умение совершать повороты направо и налево.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Мой кролик». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

20.04.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Поездка в парк.

Основные движения: Повторите приемы ходьбы, бега, прыжка вперед обеими ногами.

Используемые инструменты: Шары.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на май месяц.

Основная часть: Базовые движения.

Повторите приемы ходьбы и бега, прыгая вперед обеими ногами. Развивать умение катать мяч, держа ноги врозь.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Чип к кончику». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

Миссерида Рэйт

22.04.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Ходьба, прыжки.

Основные движения: Ходьба, вперед, назад, быстро, медленно, прыжок. С 1 ногой и 2 ногой.

Используемые инструменты: Препятствия.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на май месяц.

Основная часть: Базовые движения.

Идите вперед, назад, быстро, медленно, прыгайте. С 1 ногой и 2 ногой. Развитие умения работать с препятствиями.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Чип к кончику». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

Миссерида Рэйт

26.04.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Поиграем с мячиком.

Основные движения: сидя и перекатывая мяч друг с другом, работая под струной высотой 40-45 см. Развивать навык метания мелких мячей в цель.

Используемые инструменты: Мячи, маленькие шарики.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на май месяц.

Основная часть: Базовые движения.

Сидим и катаем мяч друг с другом, работая под струной высотой 40-45 см. Развивать навык метания мелких мячей в цель.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Чип к кончику». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

*Миссерида
Р.Вит*

27.04.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Мы счастливые дети.

Основные движения: развивать навык работы вперед правой и левой стороной под поднятой на 50 см скакалкой, под аркой, под палкой.

Используемые инструменты: Луки, веревки, палки.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на май месяц.

Основная часть: Базовые движения.

Развивать умение работать вперед с правой и левой стороны под поднятой до 50 см веревкой, под аркой, под палкой.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Чип к кончику». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

29.04.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Прогулка.

Основные движения: поочередное сгибание коленей и подъем ног, бритье пятками на палках, веревках с упором пальцев ног в пол, отработка умения собирать нить пальцами ног.

Используемые инструменты: Нитка, веревка, палки.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на май месяц.

Основная часть: Базовые движения.

Развивать умение поочередно сгибать колени и поднимать ноги, бриться пятками на палках, веревках, опираться кончиками стоп на пол, собирать нитку пальцами ног.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Чип к кончику». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

04.05.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Ходим по доске. Ловим мяч.



Основные движения: ходьба по обрезной доске. Развивать умение подбрасывать мяч вверх, ударять об пол и ловить его обеими руками.

Используемые инструменты: доска, мячи.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на май месяц.

Основная часть: Базовые движения.

Идите по обрезной доске. Развивать умение подбрасывать мяч вверх, ударять об пол и ловить его обеими руками.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Чип к кончику». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

06.06.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Мы сильные.

*Миссерида
РВШ*

Основные движения: Развивать навык прыжков через ступеньку, поднятую на 20-25 см от пола.

Используемые инструменты: Доски пола.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на май месяц.

Основная часть: Базовые движения.

Развивать навык прыжков через ступеньку, поднятую на 20-25 см от пола.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Чип к кончику». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

11.05.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Паук

*Миссерида
РВШ*

Основные движения: подъем и спуск по гимнастической стенке с ручкой поочередно, формирование навыка перехода с правого интервала на левый.

Используемые инструменты: Гимнастическая стенка.

Вводный раздел: Повторение утренней зарядки, установленной на май месяц.

Основная часть: Базовые движения.

Формировать навык лазания по гимнастической стенке вверх и вниз с ручкой, переходя с правого места на левое.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Чип к кончику». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

13.05.2022

Среда. Область образования: Здоровье. Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Бег

Основные движения: обычные, подъем коленей кончиками пальцев ног, бег мелкими и длинными шагами подряд, по одному и парами в разные стороны, фрагментированные.

Используемые инструменты: мячи, обручи.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на январь.

Основная часть: Базовые движения.

Нормальный, подъем колена кончиком пальца ноги, бег мелкими и отдаленными шагами подряд, по одному и парами, в разные стороны. Формирование катающихся шариков, обручей.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Расстреляй круг». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

17.05.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Сохраняем баланс.

Основные движения: прыжки через 5-6 надутых мячей, расположенных на расстоянии друг от друга, поочередно, с разным положением рук. Учимся сохранять равновесие в различных ситуациях.

Наглядные пособия: Большие мячи.

Вводный раздел: Обзор утренней зарядки, запланированной на октябрь.

Основная часть: Базовые движения:

Прыжки через 5-6 надутых мячей, расположенных на расстоянии друг от друга по очереди, с разным положением рук. Учимся сохранять равновесие в различных ситуациях.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Принеси игрушку». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

18.05.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Интересное путешествие.

*Миссериди
Р.Вит*

Базовые упражнения: Выполнять различные знакомые телесные упражнения в разном темпе под музыкальное сопровождение. Учить подбрасывать мяч вверх, ударять об пол и бить по нему обеими руками.

Наглядные пособия: Мячи.

Вводный раздел: Утренний обзор октябрьской серии упражнений.

Основная часть: Базовые движения:

Выполнение различных знакомых физических упражнений в разном темпе под музыкальное сопровождение. Учить подбрасывать мяч вверх, ударять об пол и бить по нему обеими руками.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Принеси игрушку». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

20.05.2022

Область образования: Здоровье.

Миссисиди Р.Бик

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Беги за мной.

Основные движения: ускоряйтесь и бегите медленно с переходами отведений. Учимся сгибать колени, поочередно поднимать ноги, сохранять равновесие, ходить по бревне.

Наглядные пособия: Журналы.

Вводный раздел: Утренний обзор октябрьской серии упражнений.

Основная часть: Базовые движения:

Ускорьте темп и плавно бегите со сменой ведущего. Учимся сгибать колени, поочередно поднимать ноги, сохранять равновесие, ходить по бревне.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Принеси игрушку». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

24.05.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: С другом весело играть.

Основные движения: Прыжок стоя, одна нога вперед, другая назад. Учимся перебрасывать мяч от одного к другому.

Наглядные пособия: Мячи.

Вводный раздел: Утренний обзор октябрьской серии упражнений.

Основная часть: Базовые движения:

Прыгайте стоя, поставив одну ногу вперед, а другую назад. Учимся перебрасывать мяч от одного к другому.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру с задержкой. Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

Миссериди Р.Вит

25.05.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Кошка и мышь.

Базовые упражнения: прыжок в высоту 50 см из-под скакалки в правую и левую сторону.

Наглядные пособия: Мячи.

КЧасть 1: Повторяем утреннюю гимнастику за октябрь.

Основная часть: Базовые движения:

На высоте 50 см над скакалкой, работая вперед с правой и левой стороны.

Заключительная часть: Экшен-игра.

«Надеваем шляпу на палку». играть в игру. Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

Миссериди Р.Вит

27.05.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Поездка в осенний сад.

Базовые упражнения: Ходьба с бортовой доской. Подбросить мяч вверх. Научиться ударяться об пол и ловить его обеими руками.

Наглядные пособия: Мячи.

Вводный раздел: Утренний обзор октябрьской серии упражнений.

Основная часть: Базовые движения:

Променад. Подбросить мяч вверх. Научиться ударяться об пол и ловить его обеими руками.

Заключительная часть: Экшен-игра.

"Вы трус." играть в игру. Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру.

Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности.

31.05.2022

Область образования: Здоровье.

Отдел образования: Физическое воспитание.

Тема: Играть с мячом весело.

Основные движения: Нахождение своего места в строю по сигналу во время бега. Бросьте мяч на землю.

Наглядные пособия: Мячи.

Вводный раздел: Утренний обзор октябрьской серии упражнений.

Основная часть: Базовые движения:

Найдите свое место в очереди во время бега. Бросьте мяч на землю.

Заключительная часть: Экшен-игра.

Поиграйте в игру «Надень шапку на палку». Познакомьте с целью и правилами игры и начните игру. Оценивать действия детей, хвалить и награждать их, ориентируясь на ход общеучебной деятельности

Бекітемін
МКҚК «Аққу» бөбекжай-балабақшасы

меңгеруші:  А.Шойнбаева
№1 пед кеңес шешімімен

«27» тамыз 2021ж



**«Аққу» бөбекжай-балабақшасының
дене шынықтыру нұсқаушысының
2021-2022 оқу жылындағы
«Балбөбек» «Гүлдер» мектепалды
даярлық топтарының
ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ**

2021-2022 оқу жылы

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Балбөбек» «Гүлдер» мектепалды даярлық топтары
2021 -2022 оқу жылы Қыркүйек айы
Өтпелі тақырып «Балабақша»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қыркүйек. «Балабақша»	1.Тақырыбы: «Біз күштіміз» 2. Тақырыбы: «Арқанның астынан өту» .	Мақсаты: Қимыл-қозғалыс Мақсаты: арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіреді, 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіре алады
	1.Тақырыбы: «Әр түрлі қарқынмен 1,5-2 минут тоқтаусыз жүгіру» 2. Тақырыбы: «Жүру мен жүгіруді алмастыру»	Мақсаты: түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіре алады. Мақсаты: Жүру мен жүгіруді қайталап кезектестіруді үйренеді
	1.Тақырыбы: «Секіру, лақтыру» 2.Тақырыбы: «Достармен бірге» (таза ауада) 3..Тақырыбы: «Менің сүйікті ойындарым»	Мақсаты: Заттардың арасымен жүру, жүгіруге, заттардан аттап жүруге және секіруге жаттықтыру. Бір тізбек болып келе жатып, команда болып екі тізбек жасап жүруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындық үстінде қысқа секіртпенің екі ұшынан ұстап, қолды жоғары бастан асыра көтеріп, аяқтың ұшымен тепе-теңдік сақтап жүре алады. Мақсаты: Бір тізбекті сапқа аяқ пен қол қимылын үлестіре кең адымдап, алға және артқа қарай жүруге жаттқтыру. Тепе-теңдікті сақтап жүре алады. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алуға жаттығады. Мақсаты: Допты домалату, лақтыру және қағып алу, допты жерге оң қолмен және сол қолмен ұру, екі қолымен басынан асыра лақтыру және бір қолмен кедергіден лақтыру.
	1.Тақырыбы: «Жаттығулар орындаймыз!» 2.Тақырыбы:«Доппен	Мақсаты: Сапқа тұрады, жүреді, зал ішінде шашыраңқы жүгіруге, өз орындарын тауып дұрыс тұра біледі, жалпы даму жаттығуларын және негізгі қимыл – қозғалыс жаттығуларын

	ойнаған қызықты».	дұрыс жасай біледі. Мақсаты: Допты еденнен ыршытып жоғары лақтырып қос қолмен қағып алуды, еденге қос қолмен кезектестіріп ұру дағдыларын біледі.
	1.Тақырыбы: «Допты төбешіктен домалату». (таза ауада)	Мақсаты: (таза ауада) Допты тура бағытта домалата алады. Құрсаудан еңбектеп өте алады.
	2.Тақырыбы:Саябаққа саяхат	Мақсаты:Сызылған сызық бойымен аралықты сақтай отырып жүруге, бір-біріне кедергі жасамай жүруді біледі

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Балбөбек» «Гүлдер» мектепалды даярлық топтары
2021 -2022 оқу жылы
Қазан айы

Өтпелі тақырып ««Қош келдің, Алтын күз!»»»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қазан айы ««Қош келдің, Алтын күз!»»	1.Тақырыбы: Кел жарысайық. 2.Тақырыбы: «Текшемен ойын» 3.Тақырыбы: «Кедергілерді жеңе біл».	Мақсаты: Текшелер арасымен жүреді.Обручтан обручка секіру. Мақсаты: Текшелер, арасымен жүріп,допты алға қарай лақтыра алады. Мақсаты: Допты еденнен ыршытып жоғары лақтырып қос қолмен қағып алады. Кеглилер арасынан «жыланша» еңбектей алады
	1 Тақырыбы: «Қоянша секіреміз» (таза ауада) 2. Тақырыбы: «Кім шапшаң?»	Мақсаты: Бір орыннан ұзындыққа секіруге үйренеді. Мақсаты: Қапшықта нысанаға лақтыра алады. Гимнастикалық қабырғаға өрмелей алады.
	1.Тақырыбы: «Жол ережесін сақтап жүрейік» 2.Тақырыбы: «Біз көңілді балалар» 1.Тақырыбы:«Допты қос қолмен лақтыру»	Мақсаты: Сызылған сызық бойымен аралықты сақтай отырып жүруге, бір-біріне кедергі жасамай жүруді біледі. Мақсаты: Қысқа секіртпемен секіре алады.Допты бір-біріне төменнен лақтыра алады. Мақсаты. Тепе-теңдік қалпын сақтай отырып шектелген жазықтық бойымен жүруді біледі. Өртүрлі қалыпта допты қос қолмен лақтыра алады.
	2.Тақырыбы: (таза ауада) «Құрсаудың ішінен өту» 3. Тақырыбы: «Негізгі қимылдар»	Мақсаты: қолды еденге, құрсаудың шетіне тигізбей оң және сол жақ бүйірімен топталып құрсаудың ішінен өте алады Мақсаты: Аяқ алшақ , қол белде, иықты жоғары-төмен түсіре алады. Гимнастикалық қабырғаға өрмелей алады



ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Балбөбек» «Гүлдер» мектепалды даярлық топтары
2021 -2022 оқу жылы
Қараша айы
Өтпелі тақырып «Менің отбасым»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қараша айы «Менің отбасым»	1.Тақырыбы: «Шеңбер бойымен жүріп үйрену». 2. Тақырыбы: «Тепе – теңдікті сақтап жүру» 3.Тақырыбы:(таза ауада) «Кұрсаудың ішінен өту»	Мақсаты: Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүре алады. Мақсаты: Допты жерде отырып бір-біріне домалатуды және ені 5-7см лента бойымен тепе теңдікті сақтап жүруді біледі. Мақсаты: қолды еденге, құрсаудың шетіне тигізбей оң және сол жақ бүйірімен топталып құрсаудың ішінен өте алады.
	1. Тақырыбы: «Арқан бойымен жүру» 2.. Тақырыбы: «Қашықтыққа секіру»	Мақсаты: Жіңішке арқан бойымен қолды белге қойып тұзу жүруді және гимнастикалық тақтайша үстінен жүріп өтуді біледі Мақсаты: Текшелер, арасымен жүре алады Мақсаты: Үлкен резеңке допқа отырып, қашықтыққа алға секіре алады. 2.3м арақашықтықтан тігінен қойылған нысанаға оң және сол қолмен доп лақтыра біледі.
	1.Тақырыбы: «Сап түзеп жүру кезінде орындалатын қимылдар» 2.Тақырыбы: «Музыка ырғағымен қимылдар жасау»	Мақсаты: бір орында және қимыл үстінде оңға, солға бұрылу, қатарда – қолды алға, сап түзеп жүргенде және шеңбер жасағанда – қолды жан-жаққа созып тік тұруды үйренеді Мақсаты: Музыка ырғағына сәйкес түрлі қарқында қимылдар жасайды.
	1.Тақырыбы: Футбол ойнап үйренеміз	Мақсаты: Құрдастарының шағын тобымен таныс ойындарды ұйымдастыруда дербестік пен бастамашылдықты көрсетеал Тікелей бақылау, блум таксономиясы.

Перспективалық жоспар
«Балбөбек» «Гүлдер» мектепалды даярлық топтары
2021 -2022 оқу жылы
Желтоқсан айы
Өтпелі тақырып «Менің Қазақстаным»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Желтоқсан айы «Менің Қазақстаным»	1. Тақырыбы: «Музыка ырғағымен қимылдар жасау» 2. Тақырыбы: «Шынықсаң шымыр боласың».	Мақсаты: Музыка ырғағына сәйкес түрлі қарқында қимылдар жасайды Мақсаты: Тепе-теңдікті сақтау және қол – аяқ бұлшық еттерін нығайту, жаңа қимыл түрлерін жасау арқылы иық, қол –аяқ бұлшық еттерін дамиды. Жаттығу жасау кезінде, денені дұрыс ұстап, көзбен бағдарлай біледі.
	1. Тақырыбы: «Қысқы орманға саяхат» 2. Тақырыбы: Футбол ойнап үйренеміз (таза ауада)	Мақсаты: Сапта тізбектеліп жүруді, жыланша ирелеңдеп жүруді және белгі бойынша қарқындап өзгертіп жүруді біледі Мақсаты: Құрдастарының шағын тобымен таныс ойындарды ұйымдастыруда дербестік пен бастамашылдықты көрсете алды
	1. Тақырыбы: «Музыка ырғағымен аяқты топылдату»	Мақсаты: Аяқты өкшеге кезектестіріп қойып, топылдата алады.
	1. Тақырыбы: «Қысқы ойындар» 2. Тақырыбы: «Ұзындыққа секіру»	Мақсаты: Спорттық жаттығулар арқылы қозғалыс үйлесімділігі және төзімділігі дамиды. Мақсаты: жарыстардың көмегімен балалардың қимыл-қозғалыс белсенділігі дамиды. Бір орыннан ұзындыққа секірген кезде бастапқы қалыпты сақтау қабілеті нығаяды
	1. Тақырыбы: «Шаңғы киіп үйренеміз» 2. Тақырыбы: «Бір, екі, үш – қайтала!»	Мақсаты: шаңғыны киіп және шешуді, дайындық жаттығуларын орындауды үйренеді. Мақсаты: Гимнастикалық қабырғамен өрмелеу кезінде, оңға қосалқы адым жасап, бір кермеден екіншісіне көшу және көлденең бағытта

	3. Тақырыбы: «Хоккей ойнауды үйренеміз»	кормелерден ізбе-із ұстау қабілеті дамиды. Мақсаты: Балаларды хоккей ойынымен таныстыру, қозғалыстың алғашқы циклын дұрыс бастау үшін дұрыс бастапқы қалыпты қабылдауды, шайбаны тура бағытта алып жүруді үйренеді.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Балбөбек» «Гүлдер» мектепалды даярлық топтары
2021 -2022 оқу жылы
Қаңтар айы
Өтпелі тақырып «Қызықты қыс мезгілі»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Қаңтар айы «Қызықты қыс мезгілі»	1.Тақырыбы: «Кім епті?»	Мақсаты: Таяқ, білікше бойымен (диаметрі 6–8 см) табанның ортасын тірей отырып, бір қырындап жылжи алады. Қос аяқтап ыршып секіруді алмастырып алға, артқа секіре алады.
	1.Тақырыбы: «Орман жұмбақтары» 2.Тақырыбы: «Доппен ойындар»	Мақсаты: Ойындар арқылы негізгі қимылдарды орындау дағдылары қалыптасады Мақсаты: 6 метрге дейін қолмен жүре алады. Жұптасып тұрып, допты аяқпен бір-біріне домалатады.
	1.Тақырыбы: «Ойын лотосы» 2.Тақырыбы: «Нысананы дәлде» 3.Тақырыбы: «Қос аяқтап секіру» .	Мақсаты: Қимылды ойындар арқылы қозғалыс мүмкіндіктері артады. Мақсаты. Құм салынған дорбашаны бастан асыра екі қолмен алға, жоғары лақтырады, гимнастикалық қабырғаға өрмелеп және одан төмен түсе алады. Мақсаты: Өртүрлі бағытта жәй жүру және жүгіруді, еденге қойылған тақтай бойымен қос аяқпен секіреді. доптарды себетке лақтыра алады
	1.Тақырыбы: «Көңілді саяхатқа шығайық» 2.Тақырыбы: «Көңілді ойындар»	Мақсаты: Допты бір қолымен жоғары лақтырып, бір қолымен қағып алу. Хоккей. Жұптасып тұрып шайбаны бір-біріне сырғанату. Мақсаты: еңбектеу, өрмелеу. Құрсауларды айналдырып, олардың ішінен өту; орындықтан еңбектеп өтуді жүрумен алмастыру.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Балбөбек» «Гүлдер» мектепалды даярлық топтары
2021 -2022 оқу жылы
Ақпан айы
Өтпелі тақырып «Бізді қоршаған әлем»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Ақпан айы. «Бізді қоршаған әлем»	1.Тақырыбы: «Жалпы дамытушы жаттығулар» 2.Тақырыбы: «Қызықты күн» 3.Тақырыбы: «жалпы дамыту жаттығулары»»	Мақсаты: Жалпы дамыту жаттығулары: Арқаға арналған жаттығулар: топтасып отырған күйі алға, артқа "әткеншек" жасап домалата алады. Мақсаты: гимнастикалық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай бір және бірнеше тәсілмен өрмелеп, басқа аралыққа ауысып төменге түсуді үйрене алады Мақсаты: жалпы дамыту жаттығулары Арқаға арналған жаттығулар: топтасып отырған күйі алға, артқа «әткеншек» жасап домалатады. (7–10 рет). Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу. Қимылды ойын: «Күн мен түн».
	1.Тақырыбы: «жалпы дамыту жаттығулары» 2.Тақырыбы: «Тепе-теңдік сақтау» .	Мақсаты: жалпы дамыту жаттығулары: 5 метрге дейін қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектейді. Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту. Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау. Арқан, жіптің бойымен басына қапшықты қойып, бір жақ жанымен қырындап адымдап жүру
	1.Тақырыбы: «Кім жылдам?» 2.Тақырыбы: Жалпы дамыту жаттығулары: 3.Тақырыбы: «Қарлығаш» жаттығуы	Мақсаты: Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгіруді, допты қос қолдап лақтыруды жасай алады Мақсаты: Қолдың саусақтарын жазып, жұма алады. Мақсаты: Скамейка үстінен жүруді, құм салынған қапшықты басқа қойып жүре алады
	1..Тақырыбы:	Мақсаты: Допты бір-біріне домалату, негізгі қимыл-қозғалыс жаттығуларын жасай алады.

	«Кедергілерден өту» 2.Тақырыбы: «Кішкентай қапшықтар» (таза ауада)	Мақсаты: Допты бір-біріне домалату, негізгі қимыл-қозғалыс жаттығуларын жасай алады.

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
««Балбөбек» «Гүлдер» мектепалды даярлық топтары
2021 -2022 оқу жылы
Наурыз айы
Өтпелі тақырып «Алғашқы тамшылар»

Өтпелі тақырыптар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Наурыз айы. «Алғашқы тамшылар»	1.Тақырыбы: «Аяқты жазу, бүгу» 2.Тақырыбы: « Жалпы дамытушы жаттығулар» 2.Тақырыбы: «Аяқты жазу, бүгу»	Мақсаты: Етпетінен жатып аяқты бүгу, қайта жазуды істей алады.(алдымен бір аяғын, содан соң екі аяғын бірге). Мақсаты: Жалпы дамытушы жаттығулар: Тізерлеп отырған қалыптан оң және сол аяққа кезекпен салмақ түсіре отыру. Сапқа тұру, сап құрылымын өзгертіп қайта тұру. Мақсаты: Етпетінен жатып аяқты бүгу, қайта жазуды істей алады.(алдымен бір аяғын, содан соң екі аяғын бірге).
	1.Тақырыбы: « Жалпы дамытушы жаттығулар»	Мақсаты: қимыл процесінде жұптасу және қайтадан бір қатарға тұру. Кеуде тұсынан қос қолдап допты лақтыру. Ойынды командамен ойнауға үйрену
	1.Тақырыбы:Жалпы дамытушы жаттығулар. (таза ауада) 2.Тақырыбы:Жалпы дамытушы жаттығулар:	Мақсаты:саптағы бір қатардан үш, төрт қатарға қайта сап түзеп тұру. Ойынды командамен ойнауға үйрену; Мақсаты: Музыкалық-ырғақты қимылдар. Музыка ырғағына сәйкес түрлі қарқында қимылдар жасау. Кеуде тұсынан қос қолдап

	3.Жалпы дамытушы жаттығулар	допты лақтыру. Ойынды командамен ойнауға үйрену; Мақсаты: Өздеріне таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем де, ырғақты етіп орындау Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтыру. Тәрбиешімен жұптасып ойнау
	1.Тақырыбы : Жалпы дамытушы жаттығулар	Мақсаты: Өздеріне таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем де, ырғақты етіп орындау
	1.Тақырыбы : Жалпы дамытушы жаттығулар 2.Тақырыбы: «Ойнайық!» 3.Тақырыбы: «Кел қызық ,ойнайық!»	Мақсаты: Өздеріне таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем де, ырғақты етіп орындау Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтыру. Тәрбиешімен жұптасып ойнау Мақсаты: Түзу бағытта шоқырақтап жүру. Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтыру.Тәрбиешімен жұптасып ойнай алады. Мақсаты: Жұптасып шеңбер бойымен қозғалу Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтыру. Тәрбиешімен жұптасып ойнау

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Балбөбек» «Гүлдер» мектепалды даярлық топтары
2021 -2022 оқу жылы
Сәуір айы
Өтпелі тақырып «Табиғаттың гүлденуі»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Сәуір айы: Табиғаттың гүлденуі»	1.Тақырыбы: «Ойнайық!» 2.Тақырыбы: «Кел қызық ,ойнайық!» 3.Тақырыбы: «Тез сапқа тұрамыз!»	Мақсаты: Түзу бағытта шоқырақтап жүру. Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтыру.Тәрбиешімен жұптасып ойнай алады Мақсаты: Жұптасып шеңбер бойымен қозғалу Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтыру. Тәрбиешімен жұптасып ойнау Мақсаты: Жұптасып үйлесумен және айырылу арқылы сапқа қайта тұру.
	1.Тақырыбы: «Ептілік!»	Мақсаты: Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары және төмен өрмелейді. Отыру қалпында допты бастан асыра алысқа лақтыра

	2.Тақырыбы: «Кедергілерді жеңу»	алады. Мақсаты: Кеглилер арасымен допты көтеріп жүруді, бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіруді біледі.
	1.Тақырыбы: «Футбол ойыны» 2.Тақырыбы: «Шабандоз» 3.Тақырыбы: «Музыкамен қимылдаймыз»	Мақсаты: Музыкалық-ырғақтық қимылдар Аяқты өкшеге кезектестіріп қойып, топылдату. Футбол. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен домалату Мақсаты:Түзу бағытта шоқырақтап жүру. Жұптасып, шеңбер бойымен қозғалу. футбол.Допты шұңқырға, қақпаға домалату Мақсаты: Қарапайым музыка ырғағына сай қолды шапалақтау. футбол. Доппен затты айналдыра жүру.
	1.Тақырыбы: «Үздіксіз уақытпен жүгіру» 1.Тақырыбы: «Тепе-теңдік сақтаймыз»	Мақсаты: түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіре алады. Мақсаты: Үлкен допты алысқа лақтырады, кішкене қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүре алады

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАР
«Балбөбек» «Гүлдер» мектепалды даярлық топтары
2021 -2022 оқу жылы
Мамыр айы
Өтпелі тақырып «Әрқашан күн сөнбесін!»

Өтпелі тақырып тар	Апталық тақырыптар	Мақсаты
Мамыр айы «Әрқашан күн сөнбесін!»	1.Тақырыбы: «Кедергілерден секіру» 2.Тақырыбы: «Жазықтық бойымен жүру» 3.Тақырыбы: «Сиқырлы өзгерістер»	Мақсаты: Қатар жатқан қос лентадан секіре алады, Допты бір –біріне домалата алады. Мақсаты. Жазықтық бойымен жүру, алға жылжи отырып секіру, әртүрлі қалыпта допты қос қолмен лақыруды біледі. Мақсаты: Алақан мен тізені тіреп еңбектеп, өз қимылдарын қадағалау арқылы арқаны тік ұстау қабілеті нығаяды.
	1.Тақырыбы: «Түрлі түсті секіртпелер»	Мақсаты: Ұзын және қысқа секіртпемен қоя аяқтап, ыршып-ыршып,бір аяқтан екінші аяққа алға айналдыра отырып және қос аяқтап ыршып секіруді алмастырып алға,артқа секіре алады.
	1.Тақырыбы: «Үздіксіз уақытпен жүгіру» 2.Тақырыбы: «Допты қос қолмен лақтыру» 3.Тақырыбы: «Құрсаудың ішінен өту»	Мақсаты: түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіре алады. Мақсаты. Төпе-теңдік қалпын сақтай отырып шектелген жазықтық бойымен жүруді біледі. Әртүрлі қалыпта допты қос қолмен лақтыра алады. Мақсаты: қолды еденге, құрсаудың шетіне тигізбей оң және сол жақ бүйірімен топталып құрсаудың ішінен өте алады.
	1.Тақырыбы: «Негізгі қимылдар» 2.Тақырыбы: «Шеңбер бойымен жүріп үйрену»	Мақсаты: Аяқ алшақ , қол белде, иықты жоғары-төмен түсіре алады. Мақсаты: Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүре алады.
	1.Тақырыбы: «Төпе – теңдікті сақтап жүру»	Мақсаты: Допты жерде отырып бір-біріне домалатуды және ені 5-7см лента бойымен төпе теңдікті сақтап жүруді біледі.

**«Аққу» бөбекжай-
балабақшасының дене
шынықтыру жетекшісінің 2021-
2022 оқу жылындағы «Гүлдер»
«Балбөбек» Мектепалды даярлық
топтарының**

ЦИКЛОГРАММАСЫ

2021-2022 оқу жылы

«Гүлдер» «Балбөбек» Мектепалды даярлық топтары
2021 -2022 оқу жылы
1-апта

Масерисәгі
Рзыт

Дене шынықтыру

02.09.2021ж

Тақырыбы: «Біз күштіміз»

Мақсаты: Қимыл-қозғалыс арқылы бұлшықеттері мен қол-аяқтың үйлесімділігі дамиды.

Күтілетін нәтиже: Жүру түрлерін, жаттығуларды орындау тәсілдерін түсінді.

Ұйымдастыру кезеңі:

Кіріспе бөлімі:

Бірінің артынан бірі сапқа тұру.

Шеңбер бойымен «аюға» ұқсап жүру.

Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен жүру. қол жанда, өкшемен жүру жұптасып жүреді .

Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.

Негізгі бөлім:

Жалпы даму жаттығулары

Сылдырмақпен

Б.қ.: «Көбелек қонды»

1. Аяқтары иық мөлшерінде. Қолдары артта. Иыққа қонған көбелекті көру. басты оңға, солға бұрады, «қонды» деп айтады. 6р

Б. қ.: «Жыланның қозғалысы»

2. Аяқ иық көлемінде, қолды жанға созу. Жыланның қимылын жасайды. иықты ирелендете айналдырады. /6 рет қайталайды/

3. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жан-жақта, қолдарды қайшылайды. /6 рет /

03.09.2021ж

Дене шынықтыру (таза ауа)

Масерисәгі
Рзыт

Тақырыбы: «Арқанның астынан өту»

Мақсаты: арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіреді, 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіре алады.

Күтілетін нәтиже: Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүрді.

Ресурстар: арқандар, бөрене.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, сыни ойлау, саралау: үдеріс арқылы, бақылау: тікелей, жанама

ҰОҚ өтілу барысы:

Сәлемдеседі.

Шеңбермен жүреді.

Қолды жоғары созайық,

Шапалақты ұрайық.

(қолды жоғары созып шапалақтап жүру)

Кәне қолды жазайық,

Қарлығашқа ұқсайық

Балаларды мадқтау.

Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу.

Жалпы даму жаттығулары.

1. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар бүйірде. Басты оң иықтан сол иыққа қарай, сол оңға қарай иілту. «з-з-з» деп айту. /4 рет қайталау/

2. Аяқтары алшақ қойылған, қолдары бүйірде, оңға - солға бұрылу. Әр бұрылған сайын «көрдім» деп айту. / 4 рет /

3. Аяқтары алшақ қойылған, қолды алдыға созып, оң қолмен сол қолды айқастырып, қайшылау. / 4 рет қайталайды/

4. Аяқтарын біріктіреді. Қолдарын қоянның аяғына ұқсатады. Орнында секіреді.

Тыныс алу жаттығуы

Араның дыбысын салады.

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары

Допты (кішкене доптар) алып бір қолымен себетке лақтырады.

Бақылау әдісі: «Жаппай бақылайды»

Құрлымдалған ойын:

«Күн мен түн»

Ойын шарты: Тәрбиеші «күн» дегенде балалар секіреді, жүгіреді.

«Түн» дегенде ұйықтайды.

Еркін ойын Жанама бақылау.

Кері байланыс Балаларды мадақтайды.

*Масериді
Рәуф*

07.09.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Әр түрлі қарқынмен 1,5-2 минут тоқтаусыз жүгіру»

Мақсаты: түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіре алады.

Күтілетін нәтиже: түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгірді.

Ресурстар: Керекті құралдар.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау.

Ұйымдастыру кезеңі:

Шеңберде тұрып жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамытушы жаттығулар: 5 метрге дейін қолмен жүру (екінші бала бірінші баланың аяғынан ұстап жүреді).

Негізгі бөлім

Түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру.

Тыныс алу жаттығуларын жасату

Қорытынды

Қимылды ойын: «Қаздар мен балапандар»

10.09.2021ж

Дене шынықтыру

*Масериді
Рәуф*

Тақырыбы: «Жүру мен жүгіруді алмастыру»

Мақсаты: Жүру мен жүгіруді қайталап кезектестіруді үйренеді.

Күтілетін нәтиже: Жүру мен жүгіруді қайталап кезектестіруді үйренді.

Құрылымдалған ойын: «Жүру мен жүгіру»

Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға созып оңға, солға бұрылу, гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсынан жіңішке тақтайшаны ұстап, алға еңкею.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңберде тұрып жүру, жүгіру..

Кіріспе

Жалпы дамытушы жаттығулар: Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға созып оңға, солға бұрылу, гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсынан жіңішке тақтайшаны ұстап, алға еңкею.

Негізгі бөлім

1 Жүру мен жүгіруді кезектестіріп қайталау.

2. Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Қимылды ойын : «Мысық тышқан»

14.09.2021ж

Мисериди Рәшит

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Секіру, лақтыру»

Мақсаты: Заттардың арасымен жүру, жүгіруге, заттардан аттап жүруге және секіруге жаттықтыру. Бір тізбек болып келе жатып, команда болып екі тізбек жасап жүруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындық үстінде қысқа секіртпенің екі ұшынан ұстап, қолды жоғары бастан асыра көтеріп, аяқтың ұшымен тепе-теңдік сақтап жүре алады.

Күтілетін нәтиже: Секіру, лақтыру, заттардың арасымен жүгіруге жаттықты.

Ресурстар: керекті заттар, доп.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасайды, саралайды.

Ұйымдастыру кезеңі:

I б. Заттар арасымен жүру, жүгіру. заттардан аттап жүру, секіру.

II б. ЖДЖ. секіртпемен

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.

а) екі аяқпен 5-6 зат (15-20 см) үстінен секіру.

ә) Аласа заттарды аттап, бір-бірінің артынан адымдап жүгіру.

б) допты бір-біріне лақтыру.

«Кім алысқа секіреді»

Мақсаты: Ұзындыққа орнынан секіруді нығайту; жарысқа қызығушылығын дамыту.

Жолдастарының сәттілігіне қуану.

Тыныс алу жаттығулары.

Қорытындылау.

16.09.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Достармен бірге»

Масерис
Р.Б.

Мақсаты: Бір тізбекті сапқа аяқ пен қол қимылын үлестіре кең адымдап, алға және артқа қарай жүруге жаттқтыру. Тепе-теңдікті сақтап жүре алады. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алуға жаттығады.

Күтілетін нәтиже: Тепе-теңдікті сақтап жүреді, допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алды.

Ресурстар:

текшелер, доп.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасайды, саралайды.

Ұйымдастыру кезеңі:

I б. Тізбекпен аяқ пен қол қимылын үйлестіре тізені жоғары көтеріп, аяқтың ұшы және өкшемен жүру, қолды белге қойп, музыканың ырғағына сәйкес тарсылдатып жүру. Жүгіру мен жүруді алмастыру; алға және артқа қарай кең адыммен жүру.

II б. Жалпы дамыту жаттығулары

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.

а) тізені сәл бүге, сәл

отырып, алға ұмтыла жүру ә) Гимн- орындық үстімен жүру, қолды жан-жаққа созу, ортасында 360°-қа бұрылу.

б) Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу (7-10 рет)

Қ/ойын: «Жалаушаға кім бұрын жетеді?»

Мақсаты: балаларды шап- шаңдыққа булу.

III б. Башпайлармен матаны жиырып жинау.

Кері байланыс ұсыну, мадақтау

Жай жүру

(маршпен)

17.09.2021ж

Масерис
Р.Б.

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Менің сүйікті ойындарым»

Мақсаты: Допты домалату, лақтыру және қағып алу, допты жерге оң қолмен және сол қолмен ұру, екі қолымен басынан асыра лақтыру және бір қолмен кедергіден лақтыру.

Күтілетін нәтиже:

Допты домалату, лақтыру және қағып алу, допты жерге оң қолмен және сол қолмен ұру, екі қолымен басынан асыра лақтыру және бір қолмен лақтыру дағдыларын түсінді.

Ресурстар: Дидактикалық материалдар, доптар.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасайды.

Ұйымдастыру кезеңі:

«Ойын бастаушы»

Ойын бастаушы таңдап алынады да, дөңгелене шеңбер құрған балалардың ортасына тұрады. Балалар қол ұстасып, бірде оңға, бірде солға шеңбер бойымен айнала жүріп: «Қатар-қатар шеңбер құрып, Адымдаймыз біз алға.

Тұр орнында!

Кәне, қалма Бізбен бірге қайтала», – деп тоқтай қалады да, қолдарын түсіреді.

Ойын бастаушы қандай да бір қимылды көрсетеді, балалар бәрі қалмай қайталайды.

21.09.2021ж

Дене шынықтыру

Миссериса Рәшит

Тақырыбы: «Жаттығулар орындаймыз!»

Мақсаты: Сапқа тұрады, жүреді, зал ішінде шашыраңқы жүгіруге, өз орындарын тауып дұрыс тұра біледі, жалпы даму жаттығуларын және негізгі қимыл – қозғалыс жаттығуларын дұрыс жасай біледі.

Күтілетін нәтиже: Жаттығуларды орындайды.

Ресурстар: Дидактикалық материалдар, керекті заттар, арқан.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасайды.

Ұйымдастыру кезеңі:

Кіріспе бөлімі:

Сапқа тұру

Шеңбер бойымен денені тік ұстап тізені шапалақтай жүгіреді .

Қол бүйірде, аяқтың ұшымен жүреді.өкшемен жүреді. тізені бүгіп жүреді.

Сапқа тұрады

4 колонна тұрады

Жалпы даму жаттығулары:

1.«Торғай ұшты»

Аяқты алшақ қоямыз, қолымыз жанға созады, басты оңнан солға қарай, төмен- жоғары бұрады 2.«Баспалдақ»

Аяқты алшақ қоямыз, қолымыз жанда, 1- 2 қолды белге қоямыз, 3-4 иыққа ,5-6 жоғары созамыз, 7-8 – шапалақтаймыз. Керісінше қайталаймыз. 5-6 р

3. «Арқан созады»

Аяқты алшақ, қолымызды кеуде тұсына қоямыз, 1- оң қолымызды жоғары, 2- сол қолды төменге қарай созады. 3-4 қимылды керісінше жасайды.

/6 рет қайталайды/

4. «Гүлдің ашылуы»

Аяқтары алшақ қойылған. Қол төменде, аяқтың ұшымен тұру, қолды жоғары созады. (6-рет қайталайды.)

5. «Тырна»

Аяқтарын біріктіру. Оң аяқты бүгіп, орнында секіру. Сол аяқты /10-15секунд/

Тыныс алу жаттығулары: мұрын арқылы демді ішке жұтып, ауыздан демді шығарады.

Еркін жүреді

Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүреді.

4К моделі, креативтілік дағды.

Өнім арқылы саралайды Жетелеуші сұрақтар арқылы

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1. Шеңбер бойымен аяқтың ұшымен жүреді.

2. Арқанның астымен нысанаға дейін еңбектейді.

Қимылды ойын:

«Мысық тышқан»

Ойын шартымен таныстырады.

Командада жұмыс, бала үні

Қорытынды:

Кері байланыс

Сұрақ – жауап.

Балаларды мадақтайды.

24.09.2021ж

Масерис
Рәис

Дене шынықтыру

1.Тақырыбы:«Доппен ойнаған қызықты».

Мақсаты: Допты еденнен ыршытып жоғары лақтырып қос қолмен қағып алуды, еденге қос қолмен кезектестіріп ұру дағдыларын біледі.

Күтілетін нәтиже: Допты еденнен ыршытып жоғары лақтырып қос қолмен қағып алуды үйренді.

Ресурстар: Доп

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау,

Тікелей бақылайды.

Ұйымдастыру кезеңі:

Амандасу

Кіріспе

Бірінің артынан бірі сапқа тұрады.

Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен шеңбер бойымен жүгіреді.

Қол жанда, өкшемен жүреді.

Шеңбер бойы ауыстырмалы қадаммен жүреді. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтайды.

Жалпы даму жаттығулары

1. Аяқты алшақ қоямыз, Буратинаға әдемі мұрын жасаймыз. Буратино мұрнымен «күн» салады. /5 рет қайталайды/

2. Аяқты алшақ қоямыз, жұдырықты түйіп, қолды жанға қояды. Оң және сол иықты кезек жоғары көтереді. / 5 рет қайталайды/

3. Аяқтары алшақ қойылған. Қол төменде, аяқтың ұшымен тұрады, қолды жоғары созады. (6- рет)

4. Орнында тұрып, қол белде, аяқты алдыға кезек серпіп секіреді.

5. Аяқтарын біріктіреді. Қолдарын қоянның аяғына ұқсатып, орнында секіреді. /10-15секунд/

Тыныс алу жаттығулары: «Ботқа пісты» мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. «пы-ых, пы-ых ,пы-ых» деп айтады.

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылайды

4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары

1. Допты еденнен ыршытып жоғары лақтырып қос қолмен қағып алады

2. Кеглилер арасынан «жыланша» еңбектейді.

Өнім арқылы саралайды, сыни ойлайды, бала үні, командада жұмыс

Қимылды ойын: Кегіліді соқ.

Бастапқы қалыпқа келеді.

Қортынды Балаларды мадақтайды.

28,09,2021ж

Дене шынықтыру

2.Тақырыбы: «Допты төбешіктен домалату».

(таза ауада)



Мақсаты:Допты тура бағытта домалата алады.

Кұрсаудан еңбектеп өте алады.

Күтілетін нәтиже: Допты тура бағытта домалатады.

Кұрсаудан еңбектеп өтеді.

Ресурстар: Доптар, құрсаулар.

Әдіс-тәсілі: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау.

Ұйымдастыру кезеңі:

Кіріспе бөлім

Бір қатар сапқа тұру.

Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау)

Негізгі бөлім:

Жалпы дамыту жаттығулар:

1. Қол мен иыққа арналған жаттығулар:

Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде.

- а) қолдарды жоғары көтереді.
- ә) екі жанға тербелу, оңға тербеледі.
- б) солға тербеледі.

2. Денеге арналған жаттығулар:

Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде.

- а) қолды жоғары көтереді.
- ә) алға созады.
- б) түсіреді.
- в) екі қолды жанға созады.
- г) б.қ.келеді.

3. Аяққа арналған Б.қ: тік тұрады, қол төменде.

- а) екі қолдағы кеуде тұсына әкеліп, тізені сәл бүгіп отырады.
- ә) бір орында секіріп, қолды жанға созады.
- б) б.қ. келеді.

Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу (ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығарады.

Бастапқы қалыпқа келеді.

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралау Тікелей бақылау

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1 Допты тура бағытта домалатады.

2.Құрсаудан еңбектеп өтеді.

Командада жұмыс, бала үні

Қимылды ойын:

«Допты ұста»

Ойын шартымен таныстырады.

Балаларды мадақтайды.

4К моделі, бала үні

Қортынды.

Балаларды мадақтайды

01.10.2021ж

Дене шынықтыру

Масерис Р.В.

Тақырыбы: Саябаққа саяхат

Мақсаты: Сызылған сызық бойымен аралықты сақтай отырып жүруге, бір-біріне кедергі жасамай жүруді біледі.

Күтілетін нәтиже: Сызылған сызық бойымен аралықты сақтай отырып жүруді, бір-біріне кедергі жасамай жүруді түсінді.

Ресурстар: Дидактикалық материалдар, доп.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау,

Ұйымдастыру кезеңі:

Кіріспе бөлім

Бір қатар сапқа тұру.

Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау)

Негізгі бөлім:

Жалпы дамыту жаттығулар:

1. Қол мен иыққа арналған жаттығулар:

Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде.

- а) қолдарды жоғары көтереді.
- ә) екі жанға тербелу, оңға тербеледі.
- б) солға тербеледі.

Денеге арналған жаттығулар:

Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде.

- а) қолды жоғары көтереді.
- ә) алға созады.
- б) түсіреді.
- в) екі қолды жанға созады.
- г) б.қ. келеді.

3. Аяққа арналған Б.қ: тік тұру, қол төменде.

- а) екі қолдағы кеуде тұсына әкеліп, тізені сәл бүгіп отырады.
- ә) бір орында секіріп, қолды жанға созады.
- б) б.қ. келеді.

Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу (ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығарады.

Бастапқы қалыпқа келеді.

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралайды Тікелей бақылайды

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1 Допты тура бағытта домалатады.

2.Құрсаудан еңбектеп өтеді.

Командада жұмыс, бала үні

Қимылды ойын:

«Допты ұста» ойыны:

Ойын шартымен таныстырады.

Балаларды мадақтайды.

4К моделі, бала үні

Қортынды

Балаларды мадақтайды.

05.10.2021ж



Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Кел жарысайық.

Мақсаты: Текшелер арасымен жүреді

Обручтан обручқа секіру.

Күтілетін нәтиже: Текшелер арасымен жүрді

Обручтан обручқа секірді.

Ресурстар: Обручтар, текшелер, доп.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасайды, саралайды.

Кіріспе бөлімі: Сапқа тұрады.

Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру.денені тік ұстап секіrmелі жүгiрiс .

табанның ішкі жақтарымен қысқа және алшақ қадаммен жүру.

Саптан 4 колонна тұру.

Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылайды

Жалпы даму жаттығулары

«Күн- түн»

1. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар бүйірде. 1- көзімізді жұмамыз. 2- мойынды оңға бұрып, көзімізді ашамыз, 3- алдыға қарап көзімізді жұмамыз, 4- мойынды солға бұрып көзімізді ашамыз. 6-р

«Иілгіштер»

2. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жанда, 1-2 - оң аяқтың тізесін сәл бүгіп оңға қарай иілеміз, 3-4 – сол аяқтың тізесін сәл бүгіп солға иілу. 6 рет

«Балапан қанатын қағады»

3. Аяқтарды біріктіреміз, қолдарын кеуде тұсына ұстап, 1-3 алақанды жұмып-ашу, 4-6-шынтақты жоғары-төмен көтеру, 6-р

«Айнаны сүртеді»

4. Аяқтарды біріктіреміз, қолдарын кеуде тұсына ұстап, 1-4 алақанды ашып отырып-тұрып айнаны сүрту қимылын көрсетеміз. 5-6 қолды жоғары созып шапалақтаймыз. 6-р

«Көбелек ұстайды»

5. Аяқтарын алшақ, қолды жанға созу. Секіріп аяқты біріктіру. Қолды жоғары созып, шапалақтау. 6-р

Б.қ.: «Серіппе»

6. Аяқтарын біріктіру. Қолдары белде. 1- тізені бүгіп отыру, 2- б.қ.

Тыныс алу жаттығулары: араның дыбысын салады, мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығарады.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар

1. Текшелер арасымен жүреді
2. Обручтан обручка секіру.

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылайды

Қимылды ойын: «Доп қақпаға»

Қорытынды:

шеңбер бойы жүру. Қатарға тұру. Сұрақ-жауап .Балаларды мадақтайды

07.10.2021ж

Денешынықтыру

Маскеринді Рәшит

Тақырыбы: «Текшемен ойын»

Мақсаты: Текшелер, арасымен жүріп, допты алға қарай лақтыра алады.

Күтілетін нәтиже:

Балалар ойынды ойнады.

Ресурстар: Ленталар, доп, кубиктер.

Әдіс-тәсілі: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау.

Ұйымдастыру кезеңі:

1. Амандасады

Кіріспе

Бірінің артынан бірі сапқа тұрады. Шеңбер бойымен марш екпінімен жүреді. Шеңбер бойымен екі жаққа шұғыл бұрылып жүреді. Шеңбер бойымен еркін жүреді. 1 сапқа тұру. /сапқа тұрарда себеттен екі лентадан алу/ 1 саптан 4 лекке (колонна) тұрады. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтайды

Жалпы даму жаттығулары

1. Аяқтары иық мөлшерінде. Денені тік ұстайды. Лента төменде. Басты оңға бұрып, иекті иыққа түсіру және иекпен доға жасап басты ақырын көтеру және төмен түсіріп - көтереді. /4-рет қайталайды./

2. Аяқтары алшақ қойылған, оң қолдағы лентаны – жоғарыға, сол жақтағыны – төменге сермеп отырып ауыстырады. /5р/

3. Аяқтары иық мөлшерінде, ленталар жанда, тік тұрып, аяқты иық деңгейінен сәл алшақ ұстайды, алақанның сырт жағымен белден ұстап, денемен жартылай шеңбер жасайды. 5р

4. Төрт тағандап тұрып, қолды, аяқты бұғу және жазу керек. 6 р

5. Аяқтарын алшақ қою, ленталар жанда; 8- рет маршпен жүру, 10- рет секіреді.

Тыныс алу жаттығулары:

«Алақандағы допты үрлеу»

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.

1. Текшелер, арасымен жүреді 2. допты алға қарай лақтырады

Өнім арқылы саралау Құрлымдалған қимылды ойын:

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы

1. Допты еденнен ыршытып жоғары лақтырып қос қолмен қағып алады
2. Кеглилер арасынан «жыланша» еңбектейді.

Өнім арқылы саралау, сыни ойлау, бала үні, командада жұмыс

Қимылды ойын: Кегіліді соқ.

Бастапқы қалыпқа келу.

Қортынды

Балаларды мадақтайды.

12.10.2021ж

*Миссериді
Рәуф*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қоянша секіреміз» (таза ауада)

Мақсаты: Бір орыннан ұзындыққа секіруге үйренеді.

Күтілетін нәтиже: Бір орыннан ұзындыққа секіруді үйренді.

Ресурстар: Дид материалдар

Әдіс-тәсілі: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау.

Ұйымдастыру кезеңі:

Кіріспе бөлім

Бір қатар сапқа тұрады.

Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау)

Негізгі бөлім:

Жалпы даму жаттығулары

Б.қ.: «Желбірейді жалау»

1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайтады. /4 рет қайталау/

Б.қ.: «Өткеншек»

2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермейді. /5 рет/

Б.қ.: «Кім жылдам»

3. Аяқтарын алшық қою, отыру жалаушаны алға созады, тұрады жоғары көтереді.

Б. қ.: «Жұлдызша»

4. Аяқты бірге, денені тік ұстайды. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созады

Б.қ.: «Көңілді жалауша»

5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар жоғары көтеріп, секіреді.

Тікелей бақылау әдісі

Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады.

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1 Қысқа секіртпемен секіреді

2. Допты бір-біріне төменнен лақтырады,

Құрылымдалған қимыл-қозғалыс ойыны: «Автомобиль мен торғайлар»

Мақсаты: Балалар жүру жүгіру және қорғану түрлерін үйренеді.

4 к моделі, бала үні

Қорытынды:

Бір саппен шеңбер бойы жүреді. /жалаушаларды себетке салу/ Маршпен жүреді.
«Айналу» - бір - бірінің қолынан ұстай отырып, айнала жүгіреді.

15.10.2021ж

*Масериди
Р.Бит*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Кім шапшаң?»

Мақсаты: Қапшықта нысанаға лақтыра алады. Гимнастикалық қабырғаға өрмелей алады.

Күтілетін нәтиже: Қапшықта нысанаға лақтырды. Гимнастикалық қабырғаға өрмелей алды.

Ресустар: Спорт құралдары.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау.

Ұйымдастыру кезеңі:

.Сәлемдеседі.

Шеңбермен жүреді.

Тәрбиешінің артынан жүреді, жүгіреді.

Жалпы дамыту жаттығулар:

Б.қ.: аяқтар арасы сәл ашық, текшелерді кеудеде ұстайды.

- 1.Қолдағы текшелерді жоғары көтереді.
- 2.Қос қолдағы текшелермен оңға иіледі.
- 3.Б.қ. келеді.
- 4.Қос қолдағы текшелермен солға иіледі.
- 5.Б.қ. келеді.

Б.қ.: негізгі тұрыс, қол төменде.

- 1.Қолдағы текшелерді алға созып отырады.
- 2.Тұрады.
- 3.Б.қ. келеді.

3.Аяқ бұлшықеттеріне арналған жаттығулар:

Б.қ.: аяқ бірге, текшелерді кеудеде ұстайды.

- 1.Алға қос аяқпен секіреді.
- 2.Артқа қос аяқпен секіреді.
- 3.Б.қ. келеді.

Тыныс алу жаттығулары:

- тік тұрады;
- аяқ арасы иық көлеміндей алшақ;
- текшелерді жоғары көтереді (ауа жұту);
- қос қолдағы текшелерді үрлейді (дем шығару).

4К моделі, бала үні

Негізгі қимыл - қозғалыс жаттығулары:

1. Қапшықта нысанаға лақтырады.
- 2.Гимнастикалық қабырғаға өрмелейді.

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралайды Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылайды

Құрлымдалған қимылды ойын:

«Құстар мен мысықтар»

Ойын шартымен таныстырады

Бақылау әдісі: «Жаппай бақылау

Қорытынды: Балаларды мадақтайды.

19.10.2021ж

Дене шынықтыру



Тақырыбы: «Жол ережесін сақтап жүрейік».

Мақсаты:Сызылған сызық бойымен аралықты сақтай отырып жүруге, бір-біріне кедергі жасамай жүруді біледі.

Күтілетін нәтиже: Сызылған сызық бойымен аралықты сақтай отырып жүруді, бір-біріне кедергі жасамай жүруді үйренді.

Ресустар: Доптар, құрсаулар.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, бала үні.

Ұйымдастыру кезеңі:

Кіріспе бөлім

Бір қатар сапқа тұру.

Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау)

Негізгі бөлім:

Жалпы дамыту жаттығулар:

1. Қол мен иыққа арналған жаттығулар:

Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде.

- а) қолдарды жоғары көтереді.
- ә) екі жанға тербелу, оңға тербеледі.
- б) солға тербеледі.

Денеге арналған жаттығулар:

Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде.

- а) қолды жоғары көтереді.
- ә) алға созады.
- б) түсіреді.
- в) екі қолды жанға созады.
- г) б.қ. келеді.

3. Аяққа арналған Б.қ: тік тұру, қол төменде.

- а) екі қолдағы кеуде тұсына әкеліп, тізені сәл бүгіп отырады.
- ә) бір орында секіріп, қолды жанға созады.
- б) б.қ. келеді.

Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу (ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығарады.

Бастапқы қалыпқа келеді.

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралайды Тікелей бақылайды

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1 Допты тура бағытта домалатады.

2. Құрсаудан еңбектеп өтеді.

Командада жұмыс, бала үні

Қимылды ойын:

«Допты ұста» ойыны:

Ойын шартымен таныстырады.

Балаларды мадақтайды.

4К моделі, бала үні

Қортынды

Балаларды мадақтайды.

*Миссериді
Р.Б.И.*

21.10.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Біз көңілді балалар».

Мақсаты:Қысқа секіртпемен секіре алады.Допты бір-біріне төменнен лақтыра алады.

Күтілетін нәтиже: Қысқа секіртпемен секіреді.Допты бір-біріне төменнен лақтырады.

Ресурстар:Қысқа секіртпелер,доптар.

Әдіс-тәсілі: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау.

Кіріспе бөлім

Бір қатар сапқа тұрады.

Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау)

Негізгі бөлім:

Жалпы даму жаттығулары

Б.қ.: «Желбірейді жалау»

1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайтады. /4 рет қайталау/

Б.қ.: «Өткеншек»

2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермейді. /5 рет/

Б.қ.: «Кім жылдам»

3. Аяқтарын алшық қою, отыру жалаушаны алға созады,тұрады жоғары көтереді.

Б. қ.: «Жұлдызша»

4. Аяқты бірге, денені тік ұстайды. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созады

Б.қ.: «Көңілді жалауша»

5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар жоғары көтеріп, секіреді.

Тікелей бақылау әдісі

Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады.

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1 Қысқа секіртпемен секіреді

2. Допты бір-біріне төменнен лақтырады,

Құрылымдалған қимыл-қозғалыс ойыны: «Кім бірінші?»

Мақсаты: Шапшаңдыққа үйренеді.

4 к моделі, бала үні

Қорытынды:

Маршпен жүреді.

22.10.2021ж

*Миссериди
Р.Б.Б.*

Денешынықтыру

Тақырыбы: «Допты қос қолмен лақтыру»

Мақсаты. Тепе-теңдік қалпын сақтай отырып шектелген жазықтық бойымен жүруді біледі. Өртүрлі қалыпта допты қос қолмен лақтыра алады.

Күтілетін нәтиже: Өртүрлі қалыпта допты қос қолмен лақтырады.

Ресурс: Доп, қысқа арқан, гимнаст скамейка, гүлдер.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау

Оқу қызметінің барысы:

Балалар бой-боймен бір қатарға сапқа тұрады.

Сәлемдесу.

Біздер тату баламыз,

Ұландардай боламыз.

(Тізені көтеріп, қолды жанға ұстап жүру)

1,2,3-жоғары қолды созамыз,

Бір жолмен жүре аламыз. (Қолды жоғары көтеріп жүру).

Гүл-гүл жайнап жанамыз,
Күндей нұрды шашамыз (Баяу жүгіру)

Блум таксономиясы,
жанама бақылау.

Жалпы дамыту жаттығулары:

Қол мен иық бұлшықеттеріне арналған жаттығулар:

«Тербелу»

Бастапқы қалыпқа тұрады, аяқ арасы алшақ, қол төменде болады.

Қолдарды жоғары көтереді.

Екі жанға, оңға тербеледі.

Солға тербеледі. Б;Қ

Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар:

«Бағыттаушы»

Б.қ.:негізгі тұрыс, қол төменде.

Қолдағы гүлдерді жоғары көтеру.

Алға созу.

«Жиырылу-ашылу»

Б.қ..аяқ арасы алшақ, қол төменде.

Екі қолдағы гүлдерді кеуде тұсына әкеледі.

Екі қолды жанға созады. Б.қ.келеді.

3.Аяқ бұлшықеттеріне арналған жаттығулар:

Б.қ.:тік тұру, қол төменде.

Екі қолды кеуде тұсына әкеліп, тізені бүгіп отырады.

Бір орында секіріп, гүлді жанға созады. Б.қ.келеді.

Тыныс алу:

«Әдемі гүлдің иісі»

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралайды Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылайды

Негізгі қимыл жаттығулары:

-1. 2 м қашықтықтан допты тік нысанаға лақтырады.

-2. Гимнастикалық орындықта алақан мен аяққа сүйеніп жүреді («аю»).

-3. Қысқа арқаннан секіреді.

Командамен жұмыс, блум таксономиясы, тікелей бақылайды.

Қим ойын:

«Қоян мен қасқыр» ойыны.

Рефлексия

-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:

-Қандай жаттығулар жасадық?

-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіреді.

26.10.2021ж

Дене шынықтыру (таза ауа)

Мисериди Рәшит

Тақырыбы: «Құрсаудың ішінен өту»

Мақсаты: қолды еденге, құрсаудың шетіне тигізбей оң және сол жақ бүйірімен топталып құрсаудың ішінен өте алады.

Күтілетін нәтиже: оң және сол жақ бүйірімен топталып құрсаудың ішінен өтті.

Ресурстар: Тақырып бойынша көрнекіліктер.

Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралайды, командада жұмыс, бақылайды.Топтастыру әдісі.

ҰОҚ барысы:

Құрылымдалған ойын: «Ептілер »

Ұйымдастыру кезеңі:шеңберде тұрып жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамытушы жаттығулар: Екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, отырып тұрады, (5–6 рет);

Негізгі бөлім

1.қолды жерге, құрсаудың шетіне тигізбей оң және сол жақ бүйірімен топталып құрсаудың ішінен өту.

2.Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Қимылды ойын : «Мысық пен тышқан»

29.10.2021ж

Дене шынықтыру

Масерин
Р.Вит

Тақырыбы: «Негізгі қимылдар»

Мақсаты: Аяқ алшақ , қол белде, иықты жоғары-төмен түсіре алады.

Гимнастикалық қабырғаға өрмелей алады.

Күтілетін нәтиже: Аяқ алшақ , қол белде, иықты жоғары-төмен түсіре алды.

Гимнастикалық қабырғаға өрмеледі.

Ресурс: Гимнастикалық қабырға, доптар.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау, командамен жұмыс.

ҰОҚ жүргізілу барысы.

Балалармен амандасады

Шеңбермен жүреді, жүгіреді.

4 қатар сапқа тұрады.

Жалпы даму жаттығулары:

1. Аяқ алшақ қол белде, басты оңға, солға бұру толық айналдырады.
2. Аяқ алшақ , қол белде, иықты жоғары-төмен түсіреді.
3. Аяқ бірге, қолды жоғары ұсау, оң аяқты артқа жібереді. Б.қ келеді
4. Аяқ бірге, тізерлеп отырады, қол белде, артқа шалқайтады бастапқы қалыпқа келеді.
5. Отыру аяқ бірге, қолды жерге тіреу, кеудені көтереді.
6. Аяқты біріктіріп отыру, кезек қарау көзілдірік жасайды.
7. Кеудемен жату, қол мен аяқты көтереді. Құс қимылын жасайды.
8. Тыныс алу жаттығуын жасайды.

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы .

1. Гимнастикалық қабырғаға өрмелейді.
 2. Допты еденге ұрып, ұстап алады
- 4 к модельі, бала үні

Мазмұн арқылы саралайды

Блум таксономиясы

Қимылды ойын. «Кім бірінші?»

Ойын шартымен таныстырады.

4К моделі, бала үні, тікелей бақылау.

Қорытынды:

Балаларды мадақтайды.

02.11.2021ж

*Мәсерігі
Рәуф*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Шеңбер бойымен жүріп үйрену»

Мақсаты: Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүре алады.

Күтілетін нәтиже: Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүрді.

Ресурстар: Доп, лента

Әдіс-тәсілі: 4К ,бала үні, жанама бақылау, командада жұмыс.

ҰОҚ өтілу барысы:

1.Сәлемдесу.

Бірінің артынан бірі сапқа тұрады. Денені тік ұстайды.

Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүреді.

Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүреді.

«Пингвин» - табанның ішкі жақтарымен қысқа және алшақ қадаммен жүрреді.

Шеңбер бойымен маршпен жүреді .

Шеңбер бойымен тұрады. (таяқшаларды үстел үстінен кезекпен алу)

Қолдарын созып, арақашықтықты сақтайды.

Тікелей бақылау, блум таксономиясы.

Жалпы даму жаттығулары.

Таяқшаман

Б.қ.: «Сағаттар»

1. Аяқтары алшақ , таяқша белде. «Тик-так» сөзін айтып басты оңға, солға қозғалтады. / 6 рет қайталайды/

Б. қ.: «Су тасушы»

2. Аяқтары алшақ қойылған, таяқша иықта, иықты кезек көтереді.

/6 рет қайталау/

Б.қ.: «Құламалар»

3. Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны жоғары созу, оңнан – солға, солдан - оңға қарай иіледі. /6 рет қайталайды/

Б.қ.: «Күш жинау»

4. Аяқтар алшақ қойылған, таяқша кеуде тұсында. Таяқшаны жоғары көтеріп- түсіреді. /6 рет қайталайды/

Б.қ.: «Мотоцикл жүргізу»

5. Аяқтарын алшақ қою, таяқша кеуде тұсында; мотоциклды жүргізеді (ыр-ыр-ыр) деп айту. Бір орында жүреді. (15-20 секунд).

Қорытынды: бір саппен шеңбер бойы жүреді /таяқшаларды үстел үстіне қою/ .
Маршпен жүреді.

Тыныс алу жаттығулары: «Көкек» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды белге қояды, демді ішке біртіндеп тартады, «Ку-ку, Ку-ку» деп дыбыстап демді сыртқа шығара денені алға еңкейтеді.

Мазмұн арқылы саралау, блум таксономиясы, жанама бақылайды, бала үні.

Бастапқы қалыпқа келу.

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.

1.допты жерде отырып бір-біріне домалатады.

2. ені 5-7см лента бойымен тепе теңдікті сақтап жүреді

Командада жұмыс, сыни ойлайды, тікелей бақылау, бала үні

Қимылды ойын:«Доптарды қай топ тез жинайды?»

Ойын шартымен таныстырады Қортынды.

Балаларды мадақтайды

04.11.2021ж

Миссерия Рәшит

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Тепе – теңдікті сақтап жүру»

Мақсаты: Допты жерде отырып бір-біріне домалатуды және ені 5-7см лента бойымен тепе теңдікті сақтап жүруді біледі.

Күтілетін нәтиже: Допты жерде отырып бір-біріне домалатуды және ені 5-7см лента бойымен тепе теңдікті сақтап жүруді білді.

Ресурстар: Доп, лента

Әдіс-тәсілі: 4К ,бала үні, жанама бақылау, командада жұмыс.

ҰОҚ өтілу барысы:

1.Сәлемдесу.

Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.

Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру.

Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүру.

«Пингвин» - табанның ішкі жақтарымен қысқа және алшақ қадаммен жүру.

Шеңбер бойымен маршпен жүру .

Шеңбер бойымен тұру. (таяқшаларды үстел үстінен кезекпен алу)

Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.

Тікелей бақылау, блум таксономиясы.

Жалпы даму жаттығулары.

Таяқшаман

Б.қ.: «Сағаттар»

1. Аяқтары алшақ , таяқша белде. «Тик-так» сөзін айтып басты оңға, солға қозғалту. / 6 рет қайталау/

Б. қ.: «Су тасушы»

2. Аяқтары алшақ қойылған, таяқша иықта, иықты кезек көтеру.

/6 рет қайталау/

Б.қ.: «Құламалар»

3. Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны жоғары созу, оңнан – солға, солдан - оңға қарай иілу. /6 рет қайталау/

Б.қ.: «Күш жинау»

4. Аяқтар алшақ қойылған, таяқша кеуде тұсында. Таяқшаны жоғары көтеріп- түсіру. /6 рет қайталау/

Б.қ.: «Мотоцикл жүргізу»

5. Аяқтарын алшақ қою, таяқша кеуде тұсында; мотоциклды жүргізу (ыр-ыр-ыр) деп айту. Бір орында жүру. (15-20 секунд).

Қорытынды:

бір саппен шеңбер бойы жүру /таяқшаларды үстел үстіне қою/ . Маршпен жүру.

Тыныс алу жаттығулары: «Көкек» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды белге қояды, демді ішке біртіндеп тартады, «Ку-ку, Ку-ку» деп дыбыстап демді сыртқа шығара денені алға еңкейтеді.

Мазмұн арқылы саралау, блум таксономиясы, жанама бақылау, бала үні.

Бастапқы қалыпқа келу.

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.

1.допты жерде отырып бір-біріне домалату.

2. ені 5-7см лента бойымен тепе теңдікті сақтап жүру

Командада жұмыс, сыни ойлау, тікелей бақылау, бала үні

Қимылды ойын:

«Доптарды қай топ тез жинайды?»

Ойын шартымен таныстыру

Қортынды.

Балаларды мадақтау

ұқсастығын табу.

05.11.2021ж



Дене шынықтыру (таза ауа)

Тақырыбы: «Құрсаудың ішінен өту»

Мақсаты: қолды еденге, құрсаудың шетіне тигізбей оң және сол жақ бүйірімен топталып құрсаудың ішінен өте алады.

Күтілетін нәтиже: оң және сол жақ бүйірімен топталып құрсаудың ішінен өтті.

Ресурстар: Тақырып бойынша көрнекіліктер.

Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралайды, командада жұмыс, бақылайды.Топтастыру әдісі.

ҰОҚ барысы:

Құрылымдалған ойын: «Ептілер »

Ұйымдастыру кезеңі:шеңберде тұрып жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамытушы жаттығулар: Екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, отырып тұрады, (5–6 рет);

Негізгі бөлім

1.қолды жерге, құрсаудың шетіне тигізбей оң және сол жақ бүйірімен топталып құрсаудың ішінен өту.

2.Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Қимылды ойын : «Мысық пен тышқан»

Тәрбиешінің артынан жүреді, жүгіреді

Тәрбиешінің белгісін тындап, саппен шеңбер бойымен жүреді.

Жүруді жеңіл жүгірумен алмастырады

а) аяқтың ұшымен жүреді.

ә) өкшемен жүреді.

- б) аяқтың сыртымен жүреді.
- в) аяқтың ішімен жүреді
- г) қоян болып секіреді

Тікелей бақылау, блум таксономиясы

Жалпы дамыту жаттығулар:

1. Б.қ қол белде 1-4 оңға, 5-8 солға басты айналдырады.
2. Б.қ Екі қол иықта 1-4 алға, 4-8 артқа айналдырады
3. Б.қ Оң қол жоғары, сол қол төмен. 1-4 оң қолды артқа жұлқимыз, 5-8 сол қолмен.
4. Б.қ оң қол жоғары, сол қол белде. 1-2-3 денені сол жаққа иелеміз-4 б.қ. 1-2-3 қолды алмастырып оң жаққа иеліп-4 б.қ.
5. Б.қ екі қол белде. 1-4 белді оң жаққа айналдырады, 5-8 сол жаққа айналдырады.
6. Б.қ екі қол белде, аяқ иықтан кең ашып тұрады. 1-екі қолды оң аяққа тигізу, 2-ортаға, 3-сол аяққа 4-б.қ
7. Б.қ екі қол белде, 1-4 оң аяққа секіру, 1-4 сол аяққа, 1-4 қос аяқпен секіреді

Тыныс алу жаттығуы

«Алақанды үрлейміз»

4 к моделі, бала үні

Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылайды

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.

1.Текшелер, арасымен жүреді 2.допты алға қарай лақтырады

командамен жұмыс.

Қимылды ойын:

«Тауық қорадағы түлкі»

Ойын шартымен таныстырады

Жаппай бақылау, сыни ойлау, бала үні.

Рефлексия

Сұрақ-жауап

Бала үні

Балаларды мадақтайды

09.11.2021ж

Дене шынықтыру

*Миссериди
Р.Вит*

Тақырыбы: «Арқан бойымен жүру»

Максаты: Жіңішке арқан бойымен қолды белге қойып түзу жүруді және гимнастикалық тақтайша үстінен жүріп өтуді біледі.

Күтілетін нәтиже: Жіңішке арқан бойымен қолды белге қойып түзу жүруді және гимнастикалық тақтайша үстінен жүрді.

Ресурс: Арқан, гимнастикалық тақтайшалар.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралайды бақылайды.

ҰОҚ өтілу барысы:

/лентамен, әуенмен/

Кіріспе бөлімі:

Бірінің артынан бірі сапқа тұрады. Денені тік ұстайды.

Шеңбер бойымен қойылған заттар арасымен әр түрлі жағдайда: қолды белге қойып, екі жаққа жіберіп, артқа ұстап жүреді.

Шеңбер бойымен денені тік ұстап жұптасып жүгіреді.

Шеңбер бойымен еркін жүреді

1 сапқа тұрады.

1 саптан 4 звеноға тұрады. / сапқа тұрарда себеттен екі лентадан алады/

Қолдарын созып, арақашықтықты сақтайды.

Тікелей бақылау, блум таксономиясы.

Негізгі бөлім:

Жалпы даму жаттығулары. Лентамен

Б.қ.: «Басты айналдыру»

1. Аяқтары иық мөлшерінде. Денені тік ұстап, лента төменде. тік тұрып, қолды белге ұстау керек, 1-2-3-4 есебінде басты оңға қарай, содан соң келесі жаққа айналдыру керек. /5-рет қайталайды./

Б.қ.: «Шеңбер»

2. Аяқтары алшақ қойылған, оң қолдағы лентаны 1-2 деп санағанда алдымен екі жанға, содан соң алға, қайта екі жанға, содан соң артқа қолмен кең шеңберлер жасау керек; 3 - 4 есебінде алға қарай. /5 рет қайталайды./

Б.қ.: «Лентаны жасыр»

3. Аяқтары иық жалпақтығында, ленталар жанда, алдыға еңкейіп, ленталарды артқа созу «жасырдым» деп айтады, шалқайып, қолды алдыға созу «міне-міне» деп айтады. /5 рет қайталайды./

Б.қ.: «Жоғарыда-төменде»

4. Аяқтарын алшық қою, ленталар қолда. Лентаны жоғары созып «жоғарыда» деп айтады, төменде түсіріп «төменде» деп айтады.

/6 рет қайталайды./

Б. қ.: «Лентаны ілу»

5. Аяқтарын алшақ қойып, тізе бүгеді. Ленталар төменде. Орнынан тұрып, лентаны жоғары көтеріп, лентаны ілу қимылын жасау «ілдім» деп айтады.

/6 рет қайталайды/

Б.қ.: «Балерина»

6. Аяқтарын біріктіреді. Ленталар жанда. 1- оң аяқты оң жаққа көтереді, сол қолды жоғары көтереді. 2- б.қ. 3- сол аяқты сол жаққа көтеу, оң қолды жоғары көтереді.

(6 рет қайталау)

Б.қ.: «Көңілді ленталар»

7. Аяқтарын алшақ қою, ленталар жанда; аяқты көтеріп жүріп секіреді.

(10-15 секунд)

Қорытынды:

4 звенодан бір саппен шеңбер бойы жүреді. /ленталарды себетке салу/ шеңбер бойы жүреді Маршпен жүреді.

Тыныс алу жаттығулары: Бала этеш қанат қағады. Қолды бос жіберіп, тік тұрамыз. Қолымызды жоғары көтеріп, жанымызға ұстап, жамбасқа қойып қанат қағамыз. Демді ішке тартып, «ку-ка-ре-ку» деп шақырады.

мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығарады.

Бастапқы қалыпқа келеді.

Блум таксономиясы, сыни ойлайды, бала үні.

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы

1.заттар арасымен жүреді, жүгіреді.

2. Жіңішке арқан бойымен қолды белге қойып түзеді жүреді

4 к моделі, бала үні

Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылайды

Қимылды ойын:Түлкі мен балапандар

Ойын шартымен таныстырады

Сыни ойлайды, командамен жұмыс.

Қорытынды.

Балаларды мадақтайды

12.11.2021ж

Дене шынықтыру



Тақырыбы: «Қашықтыққа секіру»

Мақсаты: Үлкен резеңке допқа отырып, қашықтыққа алға секіре алады. 2.3м арақашықтықтан тігінен қойылған нысанаға оң және сол қолмен доп лақтыра біледі.

Күтілетін нәтиже: арақашықтықтан тігінен қойылған нысанаға оң және сол қолмен доп лақтырды.

Ресурс: Доп, текше, кеглилер, жалаушалар.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылайды

ҰОҚ өтілу барысы:

1. Балалармен амандасу.

«Пойыз» ойыны.

Балаларға үлкен себеттегі доптарды көрсетеді. Доптарды балалардың өздеріне алғызып, бірінің соңынан бірін жүргізіп, шеңберге тұрғызады.

2. Жалпы даму жаттығулары:

Жалаумен.

1. Б.қ. н.т. жалау төменде, 1- жалау алда ; 2- жалау жоғарыда; 3- жалау жан –жақта; 4- б.қ. келеді. (6рет)

2. Б.қ.н.т. жалау төменде; 1- оң аяқпен алға бір қадам жасау, жалау жан –жақта; 2- б.қ. келу. Сол аяқпен қайталайды. (6-7 рет)

3. Б.қ. еденде отыру, жалау кеуде алдында; 1- алға еңкейіп , жалауды оң, сол аяққа жеткізеді; 2- б.қ. келу. (6-8 рет)

4. Б.қ. тізерлеп тұрады, жалау кеуде алдында, оңға, солға бұрылады, жалауды жан –жаққа созады; 2- б.қ. келеді. (8рет)

5. Б.қ. н.т. жалау төменде; 1-2- отырып, жалауды алға созу; 3-4- б.қ. келеді. (6-7рет)

6. Б.қ.н.т. жалау төменде; 1- секіріп , аяқты алшақ ұстайды, жалауды жан –жаққа созу; 2- б.қ. келу. (1-8 реттен 3рет қайталайды)

Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салады. Терең тыныс алып, демді шығарады.

Бастапқы қалыпқа келеді.

Тікелей бақылау, өнім арқылы саралайды, блум таксономиясы.

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары:

1. Үлкен резеңке допқа отырып, қашықтыққа алға секіреді.
2. Текшелер, кеглилерден аттап жүреді.

Тікелей бақылау, сыни ойлау, бала үні

Қимылды ойын:

«Мысық пен тышқан» Ойын шартымен таныстырады

4К моделі, бала үні.

Қорытынды.

Балаларды мадақтайды

16.11.2021ж

Денешынықтыру



Тақырыбы: «Сап түзеп жүру кезінде орындалатын қимылдар»

Мақсаты: бір орында және қимыл үстінде оңға, солға бұрылу, қатарда – қолды алға, сап түзеп жүргенде және шеңбер жасағанда – қолды жан-жаққа созып тік тұруды үйренеді.

Күтілетін нәтиже бір орында және қимыл үстінде оңға, солға бұрылып, қатарда – қолды алға, сап түзеп жүргенде және шеңбер жасағанда – қолды жан-жаққа созып тік тұра алды.

Ресурстар: Тақырып бойынша көрнекіліктер.

Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралайды, командада жұмыс, бақылайды.

Ұйымдастыру кезеңі: шеңберде тұрып жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығулары: 3 метрге дейін қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу.

Негізгі бөлім

1. Бір орында және қимыл үстінде оңға, солға бұрылып, қатарда – қолды алға, сап түзеп жүргенде және шеңбер жасағанда – қолды жан-жаққа созып тік тұру.
2. Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Құрылымдалған ойын: «Сап түзу»

Қорытынды

Қимылды ойын : «Бақалар»

18.11.2021ж

Дене шынықтыру.



Тақырыбы: «Еңбектеу түрлері»

Мақсаты: Арқанның астымен нысанаға дейін төрттағандап еңбектеуді, еңкіс тақтай үстімен жүре алады.

Күтілетін нәтиже: төрттағандап еңбектеп, еңкіс тақтай үстімен жүрді.

Ресурстар: шар, доға, себет

Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс.

Ұйымдастырылған оқу қызметінің барысы.

1. Бір қатар сапка тұр.

2. Сәлемдеседі.

(Нұсқауларды орындау)

«Орман аңдары»

1. «Аю»

Қолды белге қойып, (қорбандап) табанды нық басып жүреді.

2. «Түлкі»

Қолды жанға ұстап, (қуланып) бір сызықпен жүреді

3. «Көжек»

Қолды кеуденің алдында иіп, қос аяқпен секіреді.

4. «Қасқыр»

Баяу жүгіру, жылдам жүгіреді.

Жалпы даму жаттығулары:

1.Қол мен иық бұлшықеттеріне арналған жаттығулар.

Б.қ.: тік тұрады, шарды қос қолмен ұстайды.

1. Қолдағы шарды алға созады.
 2. Шарды оң иыққа тигізеді
 3. Қолдағы шарды алға созады.
 4. Шарды сол иыққа тигізеді
 5. Б. қ. келеді
2. Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар:

Б.қ.: аяқтар арасы сәл ашық, қол төменде.

1. Қос қолды жоғары көтереді.
2. Алға иіліп созылады
3. Қос қолды кеуде тұсына әкеледі
4. Б. қ. келеді.

Б. қ.: отырады, аяқты алға созады.

1. Шарды қос қолмен жоғары көтереді.
2. Тізеге тигізеді.
3. Б. қ. келеді.

Шарды қолдарына ұстап тұрады.

Шарды алға созып, оң және сол иықтарға тигізеді.

3-4 рет

Қолдарын жоғары көтеріп, алға созады

3-4 рет

Шарды жоғары көтеріп, тізеге тигізеді.

3-4 рет.

3. Аяқ бұлшық еттеріне арналған жаттығулар:

1. Шарды кеуде тұсында ұстайды.
2. Алға секіреді..
3. Артқа секіреді.
4. Б. қ. келеді

Тыныс алу:

- аяқ арасы алшақ, шарды қос қолмен жоғары көтеру (ауа жұтады);

- шарды тізеге тигізу (дем шығарады).

Бақылайды. Жаппай

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы

1. Жерге қойылған себетке дейін секіруді үйренеді
2. Доғалар астынан еңбектеп өтеді.

Қимылды ойын:

«Кім бірінші» ойыны:

1. Ойын шартымен таныстырады

Бақылайды. Жанама

Қорытынды:

Кері байланыс

Балаларды мадақтайды

19.11.2021ж

Мәсерігі
Рәуф

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Сап түзеп жүру кезінде орындалатын қимылдар»

Мақсаты: бір орында және қимыл үстінде оңға, солға бұрылу, қатарда – қолды алға, сап түзеп жүргенде және шеңбер жасағанда – қолды жан-жаққа созып тік тұруды үйренеді.

Күтілетін нәтиже бір орында және қимыл үстінде оңға, солға бұрылып, қатарда – қолды алға, сап түзеп жүргенде және шеңбер жасағанда – қолды жан-жаққа созып тік тұра алды.

Ресурстар: Тақырыпқа сай спорт құралдары.

Әдіс- тәсілдер: жұппен жұмыс, жаппай бақылау

Ұйымдастыру кезеңі: шеңберде тұрып жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығулары: 3 метрге дейін қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу.

Негізгі бөлім

1. Бір орында және қимыл үстінде оңға, солға бұрылып, қатарда – қолды алға, сап түзеп жүргенде және шеңбер жасағанда – қолды жан-жаққа созып тік тұру.

2. Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Құрылымдалған ойын: «Сап түзу»

Қорытынды

Қимылды ойын : «Бақалар»

23.11.2021ж

Мисериді Рәшит

Денешынықтыру

Тақырыбы: «Сап түзеп жүру кезінде орындалатын қимылдар»

Мақсаты: сап түзеп жүргенде және шеңбер жасағанда – қолды жан-жаққа созып тік тұру; оңға, солға бұрылу, тұрған орнында айнаруды үйренеді.

Күтілетін нәтиже. сап түзеп жүргенде және шеңбер жасағанда – қолды жан-жаққа созып тік тұрып; оңға, солға бұрылып, тұрған орнында айналды.

Құрылымдалған ойын: «»

Ұйымдастыру кезеңі:шеңберде тұрып жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығулары: 3 метрге дейін қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу. Негізгі бөлім

1. Сап түзеп жүргенде және шеңбер жасағанда – қолды жан-жаққа созып тік тұрып; оңға, солға бұрылып, тұрған орнында айналу.
2. Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Қимылды ойын : «Қасқыр мен түлкі»

26.11.2021ж

Мисериді Рәшит

Денешынықтыру

Тақырыбы: «Музыка ырғағымен қимылдар жасау»

Мақсаты: Музыка ырғағына сәйкес түрлі қарқында қимылдар жасайды.

Күтілетін нәтиже: музыка ырғағына сәйкес түрлі жануарлардың, құстардың, үй жануарларының қимылдарын көрсетті.

Ресурстар: Тақырып бойынша көрнекіліктер, суреттер.

Әдіс-тәсілі: 4К, бала үні,

**Бақылау саралайды,
жаппай.**

Ұйымдастыру кезеңі: шеңберде тұрып жүру, жүгіру.
Құрылымдалған ойын: «Музыка ырғағына сәйкес қимылда»

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығулары: Қолдарын алға созып, 6–7 рет қатарынан жартылай отырып, тұру. Негізгі бөлім

1. Музыка ырғағына сәйкес түрлі жануарлардың, құстардың, үй жануарларының қимылдарын көрсету.

2. Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Қимылды ойын : «Қасқыр мен түлкі»

30.11.2021ж

Дене шынықтыру (таза ауада)



Тақырыбы: Футбол ойнап үйренеміз

Мақсаты: Құрдастарының шағын тобымен таныс ойындарды ұйымдастыруда дербестік пен бастамашылдықты көрсете ал **Тікелей бақылау, блум таксономиясы.**

Негізгі бөлім:

Жалпы даму жаттығулары. Лентамен

Б.қ.: «Басты айналдыру»

1. Аяқтары иық мөлшерінде. Денені тік ұстап, лента төменде, тік тұрып, қолды белге ұстау керек, 1-2-3-4 есебінде басты оңға қарай, содан соң келесі жаққа айналдыру керек. /5-рет қайталайды./

Б.қ.: «Шеңбер»

2. Аяқтары алшақ қойылған, оң қолдағы лентаны 1-2 деп санағанда алдымен екі жанға, содан соң алға, қайта екі жанға, содан соң артқа қолмен кең шеңберлер жасау керек; 3 - 4 есебінде алға қарай. /5 рет қайталайды./

Б.қ.: «Лентаны жасыр»

3. Аяқтары иық жалпақтығында, ленталар жанда, алдыға еңкейіп, ленталарды артқа созу «жасырдым» деп айтады, шалқайып, қолды алдыға созу «міне-міне» деп айтады. /5 рет қайталайды./

Б.қ.: «Жоғарыда-төменде»

4. Аяқтарын алшық қою, ленталар қолда. Лентаны жоғары созып «жоғарыда» деп айтады, төменде түсіріп «төменде» деп айтады. .

Күтілетін нәтиже: таныс ойындарды ұйымдастыруда дербестік пен бастамашылдықты көрсетті

02.12.2021ж

Денешынықтыру.

Миссерисси
Тақырыбы: «Музыка ырғағымен аяқты топылдату»

Мақсаты: Аяқты өкшеге кезектестіріп қойып, топылдата алады.

Күтілетін нәтиже. Музыка ырғағымен аяқты өкшеге қойып кезектестіріп топылдатты. Құрылымдалған ойын: «Музыка ырғағына сәйкес қимылда»

Ұйымдастыру кезеңі: шеңберде тұрып жүру, жүгіру.

Кіріспе Жалпы дамыту жаттығулары: Аяқты кезекпен алға және жан-жаққа қойып, отыру; ұсақ заттарды аяқтың саусақтарымен қысып алып, орнын ауыстыру. Негізгі бөлім

1..Музыка ырғағымен аяқты өкшеге қойып кезектестіріп топылдату.

2. Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Қимылды ойын : «Атқа мініп шабу»

03.12.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Шынықсаң шымыр боласың».

Миссерисси
Мақсаты: Тепе-теңдікті сақтау және қол – аяқ бұлшық еттерін нығайту, жаңа қимыл түрлерін жасау арқылы иық, қол – аяқ бұлшық еттерін дамиды. Жаттығу жасау кезінде, денені дұрыс ұстап, көзбен бағдарлай біледі.

Күтілетін нәтиже: Жаттығу жасау кезінде, денені дұрыс ұстап, көзбен бағдарлады.

Ресурстар: обруч әр балаға, доп

Әдіс-тәсілі: 4К, бала үні, Бақылау

Ұйымдастырылған оқу қызметінің барысы.

Сапқа тұрады.

Шеңбер бойымен денені тік ұстап тізені шапалақтай жүгіреді .

Қол бүйірде, аяқтың ұшымен жүреді. өкшемен жүреді. тізені бүгіп жүреді.

«Топтастыру» әдісі саралау

Сапқа тұру. 4 колонна тұрады

Жалпы даму жаттығулары:

1. Аяқты алшақ қою, обруч төменде, обручты алға созады, жоғары көтереді, түсіреді. бастап-қы қалып. 5-6 рет.

2. Обручты екі қолмен омырауға ұстайды. Онға, солға бұрылып, қолды созады.

3. Отыру, обруч екі қолда төмен ұстайды. Обручты жоғары көтереді, төмен екі өкшенің арасына түсіреді, қайталайды. 5-6 рет.

4. Аяқпен отырады. Обручты тік ұстайды, оңға, солға қисаяды.
5. Шалқадан жатады. Обруч бастан жоғары. Аяқты тік ұстап, обручты тізеге тигізеді.
6. Обруч еденде, айнала секіреді, адымдап орнында жүреді, секіреді.

Тыныс алу жаттығулары: мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығарады. Бастапқы қалыпқа келеді

Бақылау: Жаппай, тікелей, жанама

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.

1. Допты оң сол қолмен алысқа лақтырады
2. Қос аяқтап кедергілерден арасымен секіреді

Бақылау: Тікелей, жанама

Қимылды ойын: «Қасқыр мен қояндар»

Ойын шартымен таныстырады

Қорытынды.

Кері байланыс

Бала үні

Балаларды мадақтайды

07.12.2021ж

Masserugi
P. 211 -

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қысқы орманға саяхат»

Мақсаты: Сапта тізбектеліп жүруді, жыланша ирелендеп жүруді және белгі бойынша қарқындап өзгертіп жүруді біледі.

Күтілетін нәтиже: Сапта тізбектеліп жүруді, жыланша ирелендеп жүруді және белгі бойынша қарқындап өзгертіп жүруді білді.

Ресурстар: Тақтайша, жіп

Әдіс-тәсілі: 4К , бала үні, Бақылау: Тікелей, жаппай

Ұйымдастырылған оқу қызметінің барысы.
шеңбермен жүреді

Тәрбиешінің артынан

Балалармен амандасу

«Орман аңдары»

- ## 1. «АЮ»

Қолды белге қойып, (қорбандап) табанды нық басып жүреді.

- ## 2. «Түлкі»

Қолды жанға ұстап, (қуланып) бір сызықпен жүреді.

- ### 3. «Көжек»

Қолды кеуденің алдында иіп, қос аяқпен секіреді.

4. «Қасқыр»

Баяу жүгіреді, жылдам жүгіреді.

Жалпы даму жаттығулары: 1.Созылу.. Аяқты алшақ қою, обруч төменде,обручты алға созу, жоғары көтеру, түсіреді. бастап-қы қалып.5-6 рет. 2.Обручты екі қолмен омырауға ұстау. Оңға, солға бұрылып, қолды созады.

3.Отыру, обруч екі қолда төмен ұстау. Обручты жоғары көтеру, төмен екі өкшенің арасына түсіреді, қайталау.5-6рет.

4. Аяқпен отыру. Обручты тік ұстайды, оңға, солға қисаяды.

5. Шалқадан жату.Обруч бастан жоғары. Аяқты тік ұстап, обручты тізеге тигізеді.

6. Секіру. Обруч еденде, айнала секіреді, адымдап орнында жүреді, секіреді.

Бақылау: жанама, жаппай, тікелей

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.

1.Жіп астынан еңбектейді

2.Тақтайша үстімен жүреді

Бақылау: Тікелей

3.Қимылды ойын:

«Аюдың апаны»

Ойын шартымен таныстырады

Қорытынды:

Кері байланыс. Бала үні

Балаларды мадақтайды

10.12.2021ж

Дене шынықтыру (таза ауада)

Тақырыбы: Футбол ойнап үйренеміз



Мақсаты:

Құрдастарының шағын тобымен таныс ойындарды ұйымдастыруда дербестік пен бастамашылдықты көрсетеалады. **«Топтастыру» әдісі саралау**

Сапқа тұру. 4 колонна тұрады

Жалпы даму жаттығулары:

1.Аяқты алшақ қою, обруч төменде,обручты алға созады, жоғары көтереді, түсіреді. бастап-қы қалып.5-6 рет.

2.Обручты екі қолмен омырауға ұстайды. Оңға, солға бұрылып, қолды созады.

3.Отыру, обруч екі қолда төмен ұстайды. Обручты жоғары көтереді, төмен екі өкшенің арасына түсіреді, қайталайды.5-6рет.

4. Аяқпен отырады. Обручты тік ұстайды, оңға, солға қисаяды.
5. Шалқадан жатады. Обруч бастан жоғары. Аяқты тік ұстап, обручты тізеге тигізеді.
6. Обруч еденде, айнала секіреді, адымдап орнында жүреді, секіреді.

Тыныс алу жаттығулары: мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығарады. Бастапқы қалыпқа келеді

Бақылау: Жаппай, тікелей, жанама

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.

1. Допты оң сол қолмен алысқа лақтырады
2. Қос аяқтап кедергілерден арасымен секіреді

Бақылау: Тікелей, жанама

Қимылды ойын: «Қасқыр мен қояндар»

Ойын шартымен таныстырады

Қорытынды.

Күтілетін нәтиже: таныс ойындарды ұйымдастыруда дербестік пен бастамашылдықты көрсетті

14.12.2021ж

Денешынықтыру

Мисериди Рәшит

Тақырыбы: «Музыка ырғағымен аяқты топылдату»

Мақсаты: Аяқты өкшеге кезектестіріп қойып, топылдата алады.

Күлетін нәтиже. Музыка ырғағымен аяқты өкшеге қойып кезектестіріп топылдатты. Құрылымдалған ойын: «Музыка ырғағына сәйкес қимылда»

Ұйымдастыру кезеңі: шеңберде тұрып жүру, жүгіру.

Кіріспе Жалпы дамыту жаттығулары: Аяқты кезекпен алға және жан-жаққа қойып, отыру; ұсақ заттарды аяқтың саусақтарымен қысып алып, орнын ауыстыру.

Негізгі бөлім

1..Музыка ырғағымен аяқты өкшеге қойып кезектестіріп топылдату.

2.Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Қимылды ойын : «Атқа мініп шабу»

Мисериди Рәшит

21.12.2021ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қысқы ойындар»

Мақсаты: Спорттық жаттығулар арқылы қозғалыс үйлесімділігі және төзімділігі дамиды.

Күтілетін нәтиже: Ырғақты-музыкалық қимылдар, ырғақты гимнастика, табанды шынықтыратын массаж жасайды.

Ресустар: Шаналар, қар, текшелер.

Әдіс-тәсілдер: Саралау,бақылау, 4К моделі,бала үні.

Ұйымдастыру кезеңі:

Әңгімелесу: «Қыс мезгілі»

Сұрақ-жауап.

Үдеріс арқылы саралау,бала үні,сыни ойлау

Негізгі кезең:

Ырғақты-музыкалық қимылдар: музыканың ырғағымен Тізбекте бір-бірден жүру, тапсырмаларды орындау: айналу,жеңіл әрі ырғақпен секіру.

Ырғақты гимнастиканы орындау (балалардың өз қалауынша сапқа тұруына көмектеседі).

Тыныс алу гимнастикасы: «Ха»Ауаны сыртқа шығарамыз. Ауаны ысқырған дыбыс шығару арқылы ауыздан шығарады («с» дыбысын айтқандағы сияқты). Шығып жатқан ауаға тілімен кедергі келтіреді.

Мазмұн арқылы саралау. Блум таксономиясы

Негізгі қимылдарды орындау

Ойын жаттығуы: «Кім мерген?»

Қарды нысанаға оң және сол қолмен лақтыру.

Қар үйіндісінің жоғары жағына педагог текшелерді қояды.

4К моделі,жаппай бақылау,бала үні

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қуыспақ»

Спорттық жаттығулар – бір-бірін шанамен сырғанату. Педагог сүйреген кезде қолды ауыстыруға – шананы бірде оң, бірде сол қолмен ауыстыруға, денені алға қарай еңкейтуге баса назар аударады.

4К моделі,бала үніРефлексия

ҰОҚ-ны қорытындылайды, балаларды ынталандырады. Ойыншықтарды күтіп ұстау қажеттігін ескертеді. **Релаксация: «Сынған қуыршақ»**

Балалардың дұрыс тыныстауына назар аударады. **Бала үні**

24.12.2021ж

*Масериди
Р.Вит*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Ұзындыққа секіру»

Мақсаты: жарыстардың көмегімен балалардың қимыл-қозғалыс белсенділігі дамиды. Бір орыннан ұзындыққа секірген кезде бастапқы қалыпты сақтау қабілеті нығаяды.

Күтілетін нәтиже: ұзындыққа секірген кезде күшпен итерілу қабілетін, допты қолмен жеңіл итеріп, қозғалыс бағытын сақтау қабілетін қолданды.

Ресустар: Әр балаға 2 дана текшеден, кегельдер, әр балаға домалататын доптар.

Әдіс-тәсілдер:

Ұйымдастыру кезеңі:

Ойын түріндегі жаттығу: «Қатарға тұр»

Негізгі кезең:

Қолдарына кубик ұстап, аяқтың ұшымен жүру. Өкшемен жүргенде текшелерді жоғары көтереді, қапталға, алға созады, иыққа қояды.

Екі сапқа тұру.

Текшелерді пайдаланып жалпы дамытатын жаттығуларды орындау

Жаттығуларды бірге орындау, арақашықтық сақтау қажеттігін ескертеді.

4К моделі, бала үні, тікелей бақылау

Негізгі қимылдарды орындайды:

Бір орында тұрып ұзындыққа секіру.

Ойын түріндегі жаттығу: «Кім алысқа секіреді?».

Екі аяқпен бір уақытта итерілу қажеттігіне назар аудартады. Допты затқа дәлдеп домалату.

Командамен жұмыс, бала үні, жаппай бақылау

Ойын түріндегі жаттығу: «Кегельдерді құлат» (кегельдерге дейінгі қашықтық – 1,5 метр).

Шарты: Жаттығуды орындау тәсілін көрсету.

Қимыл-қозғалыс ойындары: «Мысық пен құстар»

Шарты: Ойын ережелерін түсіндіру.

Нұсқау: ойнаған кезде айқайлауға, жүгіргенде бір-бірін итеруге болмайды.

Рефлексия

Балаларды ынталандырады. Жарыстарға қатысқандарды марапаттау.

28.12.2021ж

*Миссерисси
Р.Бит*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Шаңғы киіп үйренеміз»

Мақсаты: шаңғыны киіп және шешуді, дайындық жаттығуларын орындауды үйренеді.

Күтілетін нәтиже:

Шаңғыны алып жүргенде қауіпсіздік техникасын сақтады.

Ресустар: Спорттық құрал-жабдықтар.

Әдіс-тәсілдер: Сыни ойлау, жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау

Ұйымдастыру кезеңі:

Жаңа жабдыққа назарларын аударады – шаңғылар. Тәрбиеленушілерге олардың неге арналғаны туралы айтып беруді ұсынады.

Сыни ойлау, жаппай бақылау

Негізгі кезең:

Шаңғымен жүру Тәрбиеленушілерге алдымен шаңғыны тексеріп шығуды, содан кейін ғана киюді ұсынады. Мына ұғымдармен таныстырады: шаңғы, шаңғышы, бекітпе. Оларды қалай қарға қою керек екенін көрсетеді – алдымен оң жаққа бір шаңғыны, сол жаққа екіншісін.

Шаңғыларды қарға қою, аяқты шаңғы бекітпесімен бекіту. Шаңғыда тұрып, біресе оң аяқты, біресе сол аяқты кезекпен көтеру. Бір шаңғыны алға және артқа қозғау. Шаңғыда тұрып аздап отырып-тұру. Шаңғымен бірнеше адым жасау. Шаңғымен жүру кезіндегі қауіпсіздік техникасына баса назар аудару.

Ойын жаттығуы: «Аттар»

Шарты: Тәрбиеленушілер шаңғымен қарды жиі-жиі баса отырып жүгіреді. Педагогтің белгісі бойынша жүгіреді. Педагогтің белгісі бойынша барлығы тоқтайды және ойларындағы тізгінді тартады. Қауіпсіздік техникасы ережелерін естеріне салып отыру қажет.

4К моделі, тікелей бақылау

Ойын жаттығуы: «Үлкен және кішкентай»

Шарты: Тәрбиеленушілер қармен жүреді.

Жаппай бақылау, бала үні

Педагогтің «Қандай үлкен болдыңдар!» сөздеріне – барлығы шаңғымен тұрып түзеледі және қолдарын жоғары созады.

«Мынадай кішкентай болғанбыз» сөздеріне тәрбиеленушілер тоқтайды және сәл отырады.

Сыни ойлау, жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау

Рефлексия

Педагог қорытындылайды, балаларды мадақтайды. **Ойын жаттығуы: «Мен өсемін»**

Шарты: Балалардың қалай өскенін көрсетуді ұсынады. Шаңғымен жүрудің биік, батыр болуға көмектесетініне назар аударады.

30.12.2021ж

Миссериди Р.Бек

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Бір, екі, үш – қайтала!»

Мақсаты: Гимнастикалық қабырғамен өрмелеу кезінде, оңға қосалқы адым жасап, бір кермеден екіншісіне көшу және көлденең бағытта кермелерден ізбе-із ұстау қабілеті дамиды.

Күтілетін нәтиже: жасайды: Ойын түріндегі гимнастиканы, оңға қарай қосалқы адым жасап, бір аралықтан екіншісіне өту арқылы гимнастикалық қабырғамен өрмелеу жаттығуларын, допты тор арқылы лақтыру және ойындағы рөлдерді орындады. **Ресустар:** бала санына қарай диаметрі – 20 см доптар, гимнастикалық қабырға.

Ұйымдастыру кезеңі:

Ойын түріндегі жаттығу: «Кім зейінді?»

Мақсаты: Балалардың зейіні және кеңістікте бағдарлау қабілеті дамиды.

Ойын түріндегі гимнастиканы орындау: «Еркін ұста дененді»

Жаппай бақылау, бала үні

Негізгі қимылдарды орындау:

Допты кеуде тұсында ұстап, тор арқылы лақтыру – лақтыру бағыты алға-жоғары.

Лақтырған кезде ізбе-ізділіктің сақталуына, балалардың қатарда дұрыс тұруына назар аударады. Тәрбиеленушілер бағдар үшін залдың бір жағында екі қатарға сап түзеп тұрады. Допты бірінен кейін бірі (бірінші қатар, сосын екінші қатар) тордан асыра лақтырады. Қозғалыс басталған сызыққа жақындайды, допты лақтырады, доптың артынан жүгіреді, залды айналады, алдында тұрған қатардың артына барып тұрады.

Тікелей бақылау

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Бос орын»

Шарты: Ойыншылар бір-біріне арқасымен тұруға көмектесу.

Бала үні, жанама бақылау.

Рефлексия

ҰОҚ-н қорытындылау, балаларды ынталандыру.

31.12.2021ж

Дене шынықтыру

*Миссериса
Рәшит*

Тақырыбы: «Хоккей ойнауды үйренеміз»

Мақсаты: Балаларды хоккей ойынымен таныстыру, қозғалыстың алғашқы циклын дұрыс бастау үшін дұрыс бастапқы қалыпты қабылдауды, шайбаны тура бағытта алып жүруді үйренеді.

Күтілетін нәтиже: Доптаяқ, хоккей ойнау арқылы бұл бүкіл организмнің бұлшық еттерін нығайтатынын; қар үйіндісімен жүрген кезде тепе-теңдікті сақтау керектігін түсінді.

Ресустар: Доптаяқтар, шайбалар, диаметрі 70 см – темір құрсаулар – 10 дана.

Ұйымдастыру кезеңі:

Педагог доптаяқтар мен шайбаларға назарларын аударады. Тәрбиеленушілерге доптаяқтар мен шайбаларды қарап көруді ұсынады.

4К моделі, бала үні, тікелей бақылау, саралау

Негізгі кезең:

Бір-бірден тізбекке тұру, өкшемен жүру, қолды әртүрлі қалыпта ұстау – жоғары көтеру, қапталға созу, иыққа қою, алға созу.

Заттардың көмегімен жаттығулар жасайды. Мынау – Су-Джок шаригі. Ол алуан түсті. Оны алақанға салып домалатамыз. Шарикті оң қолмен айналдырамыз. Енді сол қолмен айналдырамыз. Оны әрбір саусақтармен қатты басамыз.

Жанама бақылау, бала үні

Негізгі қимыл-қозғалыстарды орындау:

Алақан мен табанды тіреп, көлбеу тақтайдың үстімен өрмелеу, қолға арналған түрлі тапсырмаларды орындап жүру.

Шайбаны тура бағытта алып жүру (6 рет). Тәрбиеленушілерге шайбаны доптаяқпен алаңның қарама-қарсы бөлігіне алып жүруді ұсынады.

Нұсқау – доптаяқты имегінің төменгі қыры алаңның бетіне толықтай тиіп тұратындай етіп алып жүру керек. Доптаяқты екі қолмен дұрыс ұстау – бір қолымен таяқтың ұшынан жоғарыдан қармап ұстау, ал екінші қолымен (мықты) сәл төменірек – астынан қармап ұстау (сонымен шайбаны бағыттайды) білігіне назар аударады.

Жанама бақылау, кретивтілік, сыни ойлау

Шеңберден-шеңберге секіру (екі қатарға бес шеңберден қойылады). **Нұсқау:** қимылдарды қауіпсіз орындау қажет, бір шеңберге бір ғана бала тұруы тиіс.

Тәрбиеленушілер қозғалыс басталған сызықтың жанында екі тізбек болып тұрады. **Құрсаудан-құрсауға секіреді**, қолдары мен аяқтарының қимылдарын үйлестіруге тырысады, жүйелі түрде секіреді. Жартылай бүгілген аяғының ұшымен жерге түседі. Орындағаннан кейін тізбектің соңына барып тұрады.

4К моделі, бала үні, жаппай бақылау

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Орныңды тап!»

Шарты: Құрсауларды залға өз қалауынша қойып шығады.

Рефлексия

Саусақтарға арналған гимнастика. **Бала үні**

06.01.2022ж

Дене шынықтыру

Мисериди
Рәшит

Тақырыбы: «Кім епті?»

Мақсаты: Таяқ, білікше бойымен (диаметрі 6–8 см) табанның ортасын тірей отырып, бір қырындап жылжи алады. Қос аяқтап ыршып секіруді алмастырып алға, артқа секіре алады.

Күтілетін нәтиже: Табанның ортасына тіреп жүрді. Алғ артқа секірді

Кіріспе :Жалпы дамытушы жаттығулар: Таяқ, білікше бойымен (диаметрі 6–8 см) табанның ортасын тірей отырып, бір қырындап жылжи алады..

Негізгі бөлім

1. қос аяқтап ыршып секіруді

алмастырып алға, артқа секіре алады.

2.бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтыра алады..

3.Тыныс алу жаттығуын жасату

Қорытынды

Қимылды ойын: «Жүзік салу»

11.01.2022ж

Дене шынықтыру

*Мисериді
Рәуф*

Тақырыбы: «Орман жұмбақтары»

Мақсаты: Ойындар арқылы негізгі қимылдарды орындау дағдылары қалыптасады..

Күтілетін нәтиже: Орман жануарларына тән қимылдарды салып, ойын түріндегі гимнастиканы, биіктен секіру, аяқтың ұшымен «иректеп» жүру жатыңуларын жасады.

Ресустар:Доп, гимнастикалықорындықтар,қоянныңшақыру хаты.

Әдіс-тәсілдер:Саралау,бақылау,командамен жұмыс,4К моделі,бала үні.

Ұйымдастыру кезеңі:

Ойындық сәт

Қоянның жіберген шақыртуын көрсету: қоян балаларды ойнау үшін достарымен бірге орманға шақырыпты.

Негізгі кезең: Екі-екіден жұптасып сапқа тұру, тізені жоғары көтеріп, кең адымдап «күрткі қардан» аттап өту – «ағаш түбірлерінен аттап өт».

Тікелей бақылау,бала үні

Ойын түріндегі жаттығу: «Орман жұмбақтары»

Түзде жүрер көк сері. (Қасқыр)

Қырда жүрер ол жортып, Іні де жоқ бармайтын. Құйрығымен бұлтартып, Қандай аң ол алдайтын? (Түлкі)

Үстінен тоны түспеген.

Сонда да араз қыспенен. (Аю)

Сыни ойлау,жаппай бақылау

Нұсқау: жабайы аңдарға тән ерекшеліктерін салып көрсету.

Солға қосалқы адым жасап жүру: денесін тік ұстап, алға қарау және иықтарын солға бұрмау.

«Орман ішіндегі серуен» – ойын түріндегі гимнастика: денесін тік ұстау, солға-оңға бұрылу.

Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау: 20 см биіктен тереңге секіру. Орындықтар залдың периметрімен бойлай қойылған. Қояндарға бөренеден секіріп үйренуді ұсынады.

Қатарға қойылған заттарды айналып, аяқтың ұшымен иректеп жүгіру. «Кім епті?». Бір қатарға бес модуль қойылған. Олардың арасындағы қашықтық – бір метр. Балалардың заттарды айналып өту қабілетін, денесін оңға-солға бұру қабілетін қадағалайды.

Мазмұн арқылы саралау,командада жұмыс,бала үні,тікелей бақылау

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Лақтыр-қағып ал»

Шарты: Балалар допты қарсы тұрған жолдасының қолына дәлдеп лақтырады.

4К моделі, бала үні

Рефлексия

«Күлкі сыйла» – басын бұрады және қасында отырған балаға қарап жымияды. **Бала үні**

Балабақшаға оралу, мадақтау.

14.01.2022ж

Дене шынықтыру (таза ауа)

Тақырыбы: «Доппен ойындар»

*Мәсерісді
Рәуф*

Мақсаты: 6 метрге дейін қолмен жүре алады. Жұптасып тұрып, допты аяқпен бір-біріне домалатады.

Күтілетін нәтиже: Қолмен жүре алды. Допты аяқпен домалатты.

Ресурстар: Тақырыпқа сай көрнекілік, доп.

Әдіс- тәсілдер: Сыни ойлау, 4К моделі, бақылау, саралау, бала үні. **Ұйымдастыру кезеңі:**

1. Кіріспе.

Жалпы дамытушы жаттығулар: 6 метрге дейін қолмен жүре алады. (екінші бала бірінші баланың аяғынан ұстап жүреді).

2. Негізгі бөлім.

а). секіру: екпінмен биіктікке; екпінмен ұзындыққа секіру.

ә). футбол. Жұптасып тұрып, допты аяқпен бір-біріне домалату.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуын жасату.

Қимылды ойын: «Ор қоян»

18.01.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Ойын лотосы»

*Мисериді
Рәуф*

Мақсаты: Қимылды ойындар арқылы қозғалыс мүмкіндіктері артады.

Күтілетін нәтиже: Ырғақты-музыкалық қимылдарды, 20 см биікке көтерілген баспалдақтың тақтайлары арқылы секіру жаттығуларын жасады.

Ресустар: Нөмір жазылған шарлар, ойынға арналған музыка.

Әдіс-тәсілдер: Мазмұн арқылы саралау, сыни ойлау, командада жұмыс, бала үні, жаппай бақылау.

Ұйымдастыру кезеңі:

Ойын лотосын ойнауға шақырады. Шардағы әр нөмір ойын санын білдіреді.

Шарты: Тәрбиеленушілер залда музыка бойынша «шашырап» жүреді. Музыка аяқталғанда шеңбер жасап тұрады және қол ұстасады, қолдарын жоғары көтереді. Екінші рет «шашырап» жүгіреді.

Бала үні, тікелей бақылау

Негізгі кезең:

№1 шар

Ойын: «Тез шеңберге тұр» (музыканың ырғағымен). **№2 шар**

Ойын: «Айтқанымды орында!»

№3 шар

Ырғақты-музыкалық қимылдар: шеңберде – алға қарай қосалқы адым жасау, жайлап отырады.

№4 шар

Ойын түріндегі жаттығу: «Жылдам аяқтар»: 20 см биікке көтерілген баспалдақтың тақтайлары арқылы аттап өту. Залдың қарсы бетіне өту, тізені жоғары көтеру, еденге қарамай, арқаны тік ұстап жүру.

№5 шар

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Мысық пен тышқан»

Мазмұн арқылы саралау, сыни ойлау, командада жұмыс, бала үні, жаппай бақылау

Рефлексия

Ойын түріндегі жаттығу: «Фигура жаса»

Шарты: Фигуралардың сұлулығы мен ерекшелігін атап өтеді. Ойынның денсаулықты нығайтуға, епті әрі шапшаң болуға көмектесетінін еске салады.

20.01.2022ж

Дене шынықтыру

*Мисерлиді
Р.Бит*

Тақырыбы: «Нысананы дәлде»

Мақсаты. Құм салынған дорбашаны бастан асыра екі қолмен алға, жоғары лақтырады, гимнастикалық қабырғаға өрмелеп және одан төмен түсе алады.

Күтілетін нәтиже: Құм салынған дорбашаны бастан асыра екі қолмен алға, жоғары лақтырды, гимнастикалық қабырғаға өрмелеп және одан төмен түсті.

Ресурстар: Құм салынған қап, гимнастикалық қабырға.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, бала үні.

Ұйымдастыру кезеңі:

Кіріспе бөлім

Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.

Шеңбер бойымен марш екпінімен жүру.

«Үйректің балапаны» - кеудені алға қарай еңкейте отырып, өкшемен жүру.

«Түйеқұс» - тізені жоғары көтере жүру.

«Сайқымазақ» - басты бұра жүру.

Шеңбер бойымен еркін жүру

1 сапқа тұру. /сапқа тұрарда себеттен бір орамалдан алу/

1 саптан 4 лекке (колонна) тұру.

Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.

Жаппай бақылау

Негізгі бөлім:

Жалпы дамыту жаттығулар:

Б. қ: «Мазактау»

1. Аяқтары алшақ қойылған, орамал қолда. Басты оң жақ, сол жақ иыққа қою. «А-я-я-я-й» сөзін айту. /6 рет қай/

Б. қ.: «Әткеншек»

2. - Аяқтары алшақ қойылған, орамалды белге ұстап, денені жан - жаққа бұрады. / 6 рет қайталау/

Б.қ.: «Қу түлкі»

3. Денені тік ұстау. Орамал қолда. Түлкінің жүрісін салу. /5 рет қайталау./

Б. қ.: «Шеңберлер»

4. Тік тұрып, аяқты иық деңгейіне қояды, орамалды жоғары көтеріп, саусақтарды айқастырады, 1 - есебінде денені еңкейтіп, қолды солға бұрады, 2 - дене мен қолды алға еңкейтеді, 3 - оңға, 4 - артқа. (қолды желкеге қоюға болады)

Б.қ.: «Маятник»

5. Тік тұрып, аяқты бірге ұстайды, денені солға еңкейтеді, оң қолдағы орамалмен қабырғаны, сол қолдағы орамалмен саннан тізеге дейін сипалайды, дәл осылай екінші аяқпен жасалады. /6 рет қайталау./

Б.қ.: «Шегіртке»

6. Аяқты біріктіріп ұстау. Орамал белде оң және сол аяқпен секіру . /10-15секунд/

Қорытынды:

4 лектен (колонна) 1 саппен шеңбер бойы жүру /орамалды себетке салу/ .

«Қуғыншы» - 1.5-2 минут бойы үзіліссіз жүгіру.

Тыныс алу жаттығулары: Тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, оң қолды жоғары көтеріп, сол қолды төмен түсіреді, қолды кезекпен - кезек алмастырады, еркін дем алады .

Бастапқы қалыпқа келу.

4 к моделі, бала үні

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1. Құм салынған дорбашаны бастан асыра екі қолмен алға ,жоғары лақтыру

2.- Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан төмен түсу.

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау

Қимылды ойын:

« Қарлығаш»

Мақсаты: балалар шапшандыққа әрі шыдамдылыққа, ұйымшылдыққа үйренеді.

Жаппай бақылау, командада жұмыс.

Рефлексия

Балаларды мадақтау.

21.01.2022ж

*Мисериді
Р.Б.*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Қос аяқтап секіру»

Мақсаты: Өртүрлі бағытта жәй жүру және жүгіруді, еденге қойылған тақтай бойымен қос аяқпен секіреді. доптарды себетке лақтыра алады.

Күтілетін нәтиже:

Еденге қойылған тақтай бойымен қос аяқпен секіреді. доптарды себетке лақтырады.

Ресурстар: Тақтай, доп, жалаушалар.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, бала үні.

Кіріспе бөлім

Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.

Шеңбер бойымен еркін жүру

Шеңбер бойымен денені тік ұстап жеңіл жүгіру.

«Арқан бойлап жүруші» - еңкейтілген тақтайшамен жоғары, төмен жүру .

1 сапқа тұру. (сапқа тұрарда себеттен екі жалаушадан алу)

1 саптан 4 лекке (колонна) тұру.

Қолдарын созып, арақаш-ықтықты сақтау.

Негізгі бөлім:

Жалпы дамыту жаттығулар: (Жалаушамен)

Б.қ.: «Жылынның қимылы»

1. Аяқтары иық мөлшерінде. Денені тік ұстау. Лента төменде. Басты оңға бұрып, иекті иыққа түсіру және иекпен доға жасап басты ақырын көтеру және төмен түсіріп - көтеру. Әр қимылда «т-с-с-с-с» деп айту. Сол жақ иыққа да осылай жасалады. /6-рет/

Б. қ.: «Аттап созылу»

2. Аяқтары алшақ қойылған , жалаушалар жанға созу . Алға сәл адымдап, сол аяққа отырады, оң аяқ түзу артқа созылады, артқа - алға денемен шеңберлер жасау керек.. / 6 рет қай/

Б.қ.: «Қаз»

3. Аяқты алшақ қоямыз. Жалаушалар төменде тік тұрып, бүгілген аяқтың сирағынан ұстайды, жібереді. /6 рет қайталау/

Б.қ.: «Аяқтарды қозғау»

4. Аяқты алшақ қоямыз. Жалаушалар белде өкшені арқанға тіреп, аяқтың ұшын жерге тіреп бір орында қарай адымдап жүру. /6 рет қайталау/

Б.қ.: «Серіппе»

5. Аяқтарын алшақ қою, жалауша төменде, тік тұрады, 1- аяқтар бірге, қолдар төмен түсірілген, тізені қолмен қапсыра ұстап отыру керек, басты тізеге қояды, тіке тұру керек. /6 рет қайталау/

Б.қ.: «Қоян»

6. Орнында тұрып аяқтың ұшымен жүгіруді секіру-мен ауыстыру /15-20 сек/

Қорытынды:

4 лектен (колонна) 1 саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/

Тыныс алу жаттығулары: «Отын» - аяқтың ұшымен иық деңгейінде қойып, саусақтарын ілдіріп қолын желкеге ұстау қажет; аяғын түсіріп, қолдарын аяқ арасына жіберіп, алға қарай еңкейеді, демін тез ішке тартып кері шығарады, яғни балалар ағаш шауып жатқан тәрізді болады.

мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару.

Бастапқы қалыпқа келу.

4 к моделі, бала үні

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1.Еденге қойылған тақтай бойымен қос аяқпен секіру. 2.Доптарды себетке лақтыру

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау

Қимылды ойын:

Жасыл қияр»

Мақсаты: балалардың тіл байлығын дамыту, ұйымшылдыққа үйрету.

Жаппай бақылау, командада жұмыс

Рефлексия

Балаларды мадақтау.

25.01.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Көңілді саяхатқа шығайық»

Масерис
Р.Вит

Мақсаты:Допты бір қолымен жоғары лақтырып, бір қолымен қағып алу.
Хоккей. Жұптасып тұрып шайбаны бір-біріне сырғанату.

Күтілетін нәтиже: Допты бір қолымен жоғары лақтырып, бір қолымен қағып алады.
Хоккей. Жұптасып тұрып шайбаны бір-біріне сырғанатады.

Ұйымдастыру кезеңі:

1.Кіріспе

Жалпы дамытушы жаттығулар: гимнастикалық қабырғада қолдарымен тартылып тұрып, аяқтарын қосып сермейді (7–10 рет).

2.Негізгі бөлімДопты бір қолымен жоғары лақтырып, бір қолымен қағып алады.
Хоккей. Жұптасып тұрып шайбаны бір-біріне сырғанатады.

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Тез мәреге жету»

28.01.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Көңілді ойындар»

Масерис
Р.Вит

Мақсаты: еңбектеу, өрмелеу. Құрсауларды айналдырып, олардың ішінен өту;
орындықтан еңбектеп өтуді жүрумен алмастыру.

Хоккей. Жұптасып тұрып шайбаны бір-біріне сырғанатады.

Күтілетін нәтиже: еңбектеу, өрмелеу. Құрсауларды айналдырып, олардың ішінен өтеді;
орындықтан еңбектеп өтуді жүрумен алмастырады. Хоккей. Жұптасып
тұрып шайбаны бір-біріне сырғанатады.

Ұйымдастыру кезеңі:

1.Кіріспе Жалпы дамытушы жаттығулар гимнастикалық қабырғада қолдарымен тартылып тұрып, аяқтарын қосып сермейді (7–10 рет).**2.Негізгі бөлім** еңбектеу, өрмелеу.
Құрсауларды айналдырып, олардың ішінен өтеді; орындықтан еңбектеп өтуді жүрумен

алмастырады.
сырғанатады.

Хоккей. Жұптасып тұрып шайбаны бір-біріне

Қорытынды

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қимылды ойын: «Тез мәреге жету»

*Мисериді
Рәбит*

01.02.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Жалпы дамытушы жаттығулар»

Мақсаты: Жалпы дамыту жаттығулары:

Арқаға арналған жаттығулар: топтасып отырған күйі алға, артқа "әткеншек" жасап домалата алады.

Күтілетін нәтиже:

Топтасып отырған күйі алға, артқа "әткеншек" жасап домалатады.

1.Кіріспе бөлімі:

Жалпы дамыту жаттығулары:

Арқаға арналған жаттығулар: топтасып отырған күйі алға, артқа "әткеншек" жасап домалатады. (7–10 рет),

2. Негізгі бөлім

3–4 доғаның астынан еңбектеп өту.

3.Қорытынды

Тыныс алу жаттығуын жасату.

Қимылды ойын: «Кім жылдам?»

03.02.2022ж

Дене шынықтыру

Мисериди Рәшит

Тақырыбы: «Қызықты күн»

Мақсаты: гимнастикалық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай бір және бірнеше тәсілмен өрмелеп, басқа аралыққа ауысып төменге түсуді үйрене алады.

Күтілетін нәтиже: сатыдан аттамай бір және бірнеше тәсілмен өрмелеп, басқа аралыққа ауысып төменге түсуді үйренді.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығулары Арқаға арналған жаттығулар: топтасып отырған күйі алға, артқа "эткеншек" жасап домалатады. (7–10 рет),

2. Негізгі бөлім 1. гимнастикалық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай бір және бірнеше тәсілмен өрмелеп, басқа аралыққа ауысып төменге түсу.

3Қорытынды : тыныс алу жаттығуларын жасату..қимылды ойын: «Ептіліер»

04.02.2022ж

Дене шынықтыру

Мисериди Рәшит

Тақырыбы: «жалпы дамыту жаттығулары»

Мақсаты: жалпы дамыту жаттығулары Арқаға арналған жаттығулар: топтасып отырған күйі алға, артқа «эткеншек» жасап домалатады. (7–10 рет).

Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу.

Қимылды ойын: «Күн мен түн».

Күтілетін нәтиже: арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеді.

Ресурстар: Тақырып бойынша көрнекіліктер.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау,

Ұйымдастыру кезеңі:

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығулары«Арқаға арналған жаттығулар»: топтасып отырған күйі алға, артқа «эткеншек» жасап домалатады. (7–10 рет),

Негізгі бөлім: Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу

Қимылды ойын: «Күн мен түн»

Кері байланыс: сұрақ – жауап арқылы қорытындылау.

Тыныс алу жаттығуларын жасау.

08.02.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «жалпы дамыту жаттығулары»

Мақсаты: жалпы дамыту жаттығулары: 5 метрге дейін қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектейді.

Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту.

Күтілетін нәтиже: қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өтті.

Ресурстар: Тақырып бойынша көрнекіліктер.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау,

Қимылды ойын: «Ұзын—қысқа»

Ұйымдастыру кезеңі:

Кіріспе Жалпы дамыту жаттығулары: 5 метрге дейін қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектейді. **Негізгі бөлім:** Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту.

Қимылды ойын: «Ұзын—қысқа»

Бақылайды. Жанама

Қорытынды:

Кері байланыс:

Еркін ойын:

«Кім бірінші» ойыны

Ойын шартымен таныстырады.

Балаларды мадақтайды

11.02.2022ж

Дене шынықтыру (таза ауада)

Тақырыбы: «Тепе-теңдік сақтау»

Масеринди
Р.Б.

Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау. Арқан, жіптің бойымен басына қапшықты қойып, бір жақ жанымен қырындап адымдап жүру.

Күтілетін нәтиже: тепе-теңдікті сақтау. Арқан, жіптің бойымен басына қапшықты қойып, бір жақ жанымен қырындап адымдап жүрді.

Ресурстар: Тақырып бойынша көрнекіліктер.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау,

Ұйымдастыру кезеңі:

Кіріспе Жалпы дамыту жаттығулары: 5 метрге дейін қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектейді

Негізгі бөлім: Тепе-теңдікті сақтау. Арқан, жіптің бойымен басына қапшықты қойып, бір жақ жанымен қырындап адымдап жүреді.

Қимылды ойын: «Қу тұлкі»

4К моделі бала үні

Кері байланыс:

Еркін ойын:

«Аңшылар мен қояндар»

Балаларды мадақтау.

15.02.2022ж

Дене шынықтыру.

Тақырыбы: «Кім жылдам?»



Мақсаты:

Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгіруді, допты қос қолдап лақтыруды жасай алады.

Күтілетін нәтиже: Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгірді, допты қос қолдап лақтырды.

Ресурстар: Жіп, жалауша.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, саралау, бақылау.

Кіріспе бөлімі:

Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.

Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру. Жай жүгіру.

Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.

Жаппай бақылау.

Негізгі бөлім:

Жалпы даму жаттығулары құралсыз

Б.қ.: «Араның ұшуын бақылау»

1. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар бүйірде. Мойынды оңнан солға қарай, солдан оңға қарай айналдыру. «з-з-з» деп айту/6 рет қайталау/

Б.қ.: «Қарлығаш ұшты»

2. Аяқтары алшақ қойылған, қолдарын жан-жаққа созып, құстың ұшу қимылын жасау. «Ұшты-ұшты» сөзін айту. /6 рет қайталау./

Б.қ.: «Жел соқты»

3. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жоғарыда, оңнан - солға, солдан- оңға иілу. /6 рет қайталау./

Б.қ.: «Шапалақ»

4. Аяқтарын алшақ, қолды жанға созу. Секіріп аяқты біріктіру. Қолды жоғары созып, шапалақтау. «Шапалақ» деп айту. 6 рет

Тыныс алу жаттығулары: «Әтеш» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару.

Бастапқы қалыпқа келу.

Мазмұн арқылы саралау, Блум таксономиясы.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары.

1. Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгіру, 2. допты қос қолдап лақтыру

4 к моделі, бала үні

Тікелей бақылау

Қимылды ойын

«Күн мен жаңбыр»

Ойын шарты: Балалардың алаңның бір шетінен немесе бөлмеге қойылған

орындықтардың артында тізерлеп отырады да «терезеге» орындықтың арқасынан қарайды.

Командада жұмыс, жаппай бақылау

Қорытынды:

Адымдап шеңбер бойы жүру.

Шеңбер бойымен денені тік ұстап жеңіл жүгіру.

Қимыл – қозғалыс жаттығуы

Масерин Р.В.

17.02.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: Жалпы дамыту жаттығулары:

Мақсаты: Қолдың саусақтарын жазып, жұма алады.

Күтілетін нәтиже: бір-бірінің қолдарынан ұстап жұптасып айналды.

Ресурстар: Тақырып бойынша көрнекіліктер.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, бала үні.

Кіріспе

Жалпы дамыту жаттығулары

Бір қолдан екінші қолға затты алға, арқаға, басынан асыра қайта қоя алады.

Негізгі бөлім

Гимнастикалық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай бір және бірнеше тәсілмен өрмелеп, басқа аралыққа ауысып төменге түсу.

Қорытынды :

тыныс алу жаттығуларын жасату..

қимылды ойын: «Ептіліер»

18.02.2022ж

Масерин Р.В.

Дене шынықтыру.

Тақырыбы: «Қарлығаш» жаттығуы

Мақсаты: Скамейка үстінен жүруді, құм салынған қапшықты баска қойып жүре алады.

Күтілетін нәтиже: Скамейка үстінен жүрді. құм салынған қапшықты баска қойып жүрді.

Ресурстар: Скамейка, жалауша, құм салынған қапшық.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, саралау, бақылау.

Кіріспе бөлімі:

Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жеңіл жүгіру. еңкейтілген тақтайшамен жоғары, төмен жүру .

екі жалауша алып, шеңберге тұру.

Жаппай бақылау.

Негізгі бөлім:

Жалпы даму жаттығулары Жалаушамен

Б.қ.: «Желбіреді жалау»

1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. /6 рет қайталау/

Б. қ.: «Суда жүзу»

2. Аяқтары алшақ қойылған , жалаушалар жанға созу. Иықты қозғап, суда жүзу қимылын жасау. / 6 рет қайталау/

Б.қ.: «Айқастыр»

3. Аяқты алшақ қоямыз. Жалаушалар төменде. Оң қолдағы жалаушаны сол иыққа апару, сол қолдағы жалаушаны оң иыққа апару. «айқасты» деп айту.

/6 рет қайталау/

Б.қ.: «Құламағайлар»

4. Аяқты алшақ қоямыз. Жалаушалар белде. Алдыға қарай еңкею, артқа шалқаю. /6 рет қайталау

Б.қ.: «Серіппе»

5. Аяқтарын алшақ қою, жалауша төменде. Орнында тұрып «серіппе» секілді секіру. /15-20 секунд/

Қорытынды:

Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/

Тыныс алу жаттығулары: «Отын» - балалар ағаш шауып жатқан тәрізді болады.мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу.

Мазмұн арқылы саралау, Блум таксономиясы.

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1.Шеңбер бойымен аяқтың ұшымен жүру.

2.Арқанның астымен нысанаға дейін еңбектеу.

4 к моделі, бала үні

Тікелей бақылау

Қимылды ойын:

«Мысық тышқан»

Ойын шартымен таныстыру.

Командада жұмыс, жаппай бақылау.

Балаларды мадақтау.

Қортындылау

Сұрақ-жауап

22.02.2022ж

Дене шынықтыру. (таза ауа)

Мисериди Р.Б.

Тақырыбы: «Кедергілерден өту»

Мақсаты. Үлкен допты алысқа лақтырады, кішкене қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүре алады.

Күтілетін нәтиже: Үлкен допты алысқа лақтырды.

Кішкене қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүрді.

Ресурстар: Үлкен доп, сылдырмақ.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, саралау, бақылау

Кіріспе бөлімі:

Бірінің артынан бірі сапқа тұру.

Шеңбер бойымен «аюға» ұқсап жүру.

Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен жүру. қол жанда, өкшемен жүру жұптасып жүру .

Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау

Жаппай бақылау.

Негізгі бөлім:

Жалпы даму жаттығулары.

Сылдырмақпен

Б.қ.: «Көбелек қонды»

1. Аяқтары иық мөлшерінде. Қолдары артта. Иыққа қонған көбелекті көру. басты оңға, солға бұру, «қонды» деп айту. /6 рет қайталау/

Б. қ.: «Жыланның қозғалысы»

2. Аяқ иық көлемінде, қолды жанға созу. Жыланның қимылын жасау. иықты ирелендете айналдыру. /6 рет қайталау/

Б.қ.: «Қайшы»

3. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жан-жақта, қолдарды қайшылау. /6 рет /

Б. қ.: «Жұлдызша»

4. Қолдары белде. Аяқты бірге ұстау. Орнында секіріп аяқты және қолды жанға созу «ха-а-а» деп айту, орнында секіріп аяқты біріктіру және қолды белге қою, «хоп» деп айту. /6 рет /

Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу(ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығару.

Мазмұн арқылы саралау, Блум таксономиясы

Бастапқы қалыпқа келу. .

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары.

1. Үлкен допты алысқа лақтыру.
2. Кішкене қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүру.

Өнім арқылы саралау, 4К моделі, бала үні

Қимылды ойын:

«Қояндар мен қасқыр»

Мақсаты: Балаларды алғырлыққа, қырағылыққа, татулыққа тәрбиелеу. Ептілік қасиеттерін арттыру.

Командада жұмыс, жаппай бақылау

Қорытынды:

Шеңбер бойы жүру. Еркін

25.02.2022ж

Масериди Р.Вит

Дене шынықтыру.

Тақырыбы: «Кішкентай қапшықтар»

Мақсаты: Допты бір-біріне домалату, негізгі қимыл-қозғалыс жаттығуларын жасай алады.

Күтілетін нәтиже: Текшелер, арасымен жүрді Допты алға қарай лақтырды.

Ресурстар: доп, текшелер

Әдіс-тәсілі: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау.

ҰОҚ өтілу барысы:

1. Амандасу.

Кіріспе

Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен марш екпінімен жүру. Шеңбер бойымен екі жаққа шұғыл бұрылып жүру. Шеңбер бойымен еркін жүру. 1 сапқа тұру. / сапқа тұрарда себеттен екі лентадан алу/1саптан 4 лекке (колонна) тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.

Жалпы даму жаттығулары

1. Аяқтары иық мөлшерінде. Денені тік ұстау. Лента төменде. Басты оңға бұрып, иекті иыққа түсіру және иекпен доға жасап басты ақырын көтеру және төмен түсіріп - көтеру. /4-рет қайталау./

2. Аяқтары алшақ қойылған, оң қолдағы лентаны – жоғарыға, сол жақтағыны – төменге сермеп отырып ауыстыру. /5р/

3. Аяқтары иық мөлшерінде, ленталар жанда, тік тұрып, аяқты иық деңгейінен сәл алшақ ұстайды, алақанның сырт жағымен белден ұстап, денемен жартылай шеңбер жасайды. 5р

4. Төрт тағандап тұрып, қолды, аяқты бүгу және жазу керек. 6 р

5. Аяқтарын алшақ қою, ленталар жанда; 8- рет маршпен жүру, 10- рет секіру. **Тыныс алу жаттығулары:**

«Алақандағы допты үрлеу».

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.

1.Текшелер, арасымен жүру 2.допты алға қарай лақтыру
Өнім арқылы саралау Құрлымдалған қимылды ойын:
«Қасқыр мен қояндар»

Мақсаты:Балалар шапшаңдыққа,ептілікке үйренеді.

Күтілетін нәтиже:

Балалар ойынды ойнай алады

4 к моделі, бала үні

Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, ұзындық бойынша тұру. Сұрақ – жауап.

Балаларды мадақтау.

01.03.2022ж

Дене шынықтыру

Мисериди Рәшит

Тақырыбы:«Аяқты жазу, бұғу»

Мақсаты:

Етпетінен жатып аяқты бұғу, қайта жазуды істей алады.(алдымен бір аяғын, содан соң екі аяғын бірге).

Күтілетін нәтижеЖүру барысында жұптасып және қайтадан бір қатарға тұрады.

Ресурстар: Доға, керек құралдар.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау,

Тікелей бақылау.

ҰОҚ ӨТІЛУ БАРЫСЫ

Кіріспе бөлімі:

Сапқа тұру.

Шеңбер бойымен денені тік ұстап тізені шапалақтай жүгіру .

Қол бүйірде, аяқтың ұшымен жүру.өкшемен жүру. тізені бүгіп жүру.

Сапқа тұру. 4 колонна тұру.

Жалпы даму жаттығулары:

1.«Торғай ұшты»

Аяқты алшақ қоямыз, қолымыз жанға созу, басты оңнан солға қарай, төмен- жоғары бұру

2.«Баспалдақ»

Аяқты алшақ қоямыз, қолымыз жанда, 1- 2 қолды белге қоямыз, 3-4 иыққа ,5-6 жоғары созамыз, 7-8 – шапалақтаймыз. Керісінше қайталаймыз. 5-6 р

3. «Арқан созу»

Аяқты алшақ, қолымызды кеуде тұсына қоямыз, 1- оң қолымызды жоғары, 2- сол қолды төменге қарай созу. 3-4 қимылды керісінше жасау.

/6 рет қайталау/

4. «Гүлдің ашылуы»

Аяқтары алшақ қойылған. Қол төменде, аяқтың ұшымен тұру, қолды жоғары созу. (6- рет қайталау.)

5. «Тырна»

Аяқтарын біріктіру. Оң аяқты бүгіп, орнында секіру. Сол аяқты /10-15секунд/

Тыныс алу жаттығулары: мұрын арқылы демді ішке жұтып, ауыздан демді шығарады.

Еркін жүру. Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүру.

4К моделі, креативтілік дағды.

Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1. Шеңбер бойымен аяқтың ұшымен жүру.

2. Доға астымен нысанаға дейін еңбектеу.

Қимылды ойын:

«Мысық тышқан»

Ойын шартымен таныстыру.

Командада жұмыс, бала үні

Қорытынды:

Сұрақ – жауап Балаларды мадақтау

03.03..2022ж

Дене шынықтыру



Тақырыбы: « Жалпы дамытушы жаттығулар»

Мақсаты: Жалпы дамытушы жаттығулар: Тізерлеп отырған қалыптан оң және сол аяққа кезекпен салмақ түсіре отыру.

Сапқа тұру, сап құрылымын өзгертіп қайта тұру.

Күтілетін нәтиже: Сап түзеу және сапқа қайта тұрудың бұрын игерілген әдістерін қайталау және жетілдіру

Ресурстар: Доға, керек құралдар.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау,

Тікелей бақылау.

ҰОҚ ӨТІЛУ БАРЫСЫ

Кіріспе бөлімі:

Сапқа тұру.

Шеңбер бойымен денені тік ұстап тізені шапалақтай жүгіру .

Қол бүйірде, аяқтың ұшымен жүру.өкшемен жүру. тізені бүгіп жүру.

Сапқа тұру. 4 колонна тұру.

Жалпы даму жаттығулары:

1.«Құстар ұшты»

Аяқты алшақ қоямыз, қолымыз жанға созу, басты оңнан солға қарай, төмен- жоғары бұру

2.«Батыл қоян»

Аяқты алшақ қоямыз, қолымыз жанда, 1- 2 қолды белге қоямыз, 3-4 иыққа ,5-6 жоғары созамыз, 7-8 – шапалақтаймыз. Керісінше қайталаймыз. 5-6 р

3. «жіп созу»

Аяқты алшақ, қолымызды кеуде тұсына қоямыз, 1- оң қолымызды жоғары, 2- сол қолды төменге қарай созу. 3-4 қимылды керісінше жасау.

/6 рет қайталау/

4. «Досымды жақсы көремін»

Аяқтары алшақ қойылған. Қол төменде, аяқтың ұшымен тұру, қолды жоғары созу. (6- рет қайталау.)

5. «Қоян»

Аяқтарын біріктіру. Оң аяқты бүгіп, орнында секіру. Сол аяқты /10-15секунд/

Тыныс алу жаттығулары: мұрын арқылы демді ішке жұтып, ауыздан демді шығарады.

Еркін жүру. Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүру.

4К моделі, креативтілік дағды.

Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы

Негізгі қимыл-жаттығулары:

Сап түзеу және сапқа қайта тұрудың бұрын игерілген әдістерін қайталау және жетілдіру.

Қимылды ойын:

«Қу түлкі»

Ойын шартымен таныстыру.

Командада жұмыс, бала үні

Қорытынды:

Сұрақ – жауап Балаларды мадақтау

04.03.2022ж

Дене шынықтыру

*Миссериди
Р.Вит*

Тақырыбы: «Аяқты жазу, бүгу»

Мақсаты:

Етпетінен жатып аяқты бүгу, қайта жазуды істей алады. (алдымен бір аяғын, содан соң екі аяғын бірге).

Күтілетін нәтиже Жүру барысында жұптасып және қайтадан бір қатарға тұрады.

Ресурстар: Доға, керек құралдар.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау,

Тікелей бақылау.

ҰОҚ ӨТІЛУ БАРЫСЫ

Кіріспе бөлімі:

Сапқа тұру.

Шеңбер бойымен денені тік ұстап тізені шапалақтай жүгіру .

Қол бүйірде, аяқтың ұшымен жүру. өкшемен жүру. тізені бүгіп жүру.

Сапқа тұру. 4 колонна тұру.

Жалпы даму жаттығулары:

1. «Торғай ұшты»

Аяқты алшақ қоямыз, қолымыз жанға созу, басты оңнан солға қарай, төмен- жоғары бұру

2. «Баспалдақ»

Аяқты алшақ қоямыз, қолымыз жанда, 1- 2 қолды белге қоямыз, 3-4 иыққа, 5-6 жоғары созамыз, 7-8 – шапалақтаймыз. Керісінше қайталаймыз. 5-6 р

3. «Арқан созу»

Аяқты алшақ, қолымызды кеуде тұсына қоямыз, 1- оң қолымызды жоғары, 2- сол қолды төменге қарай созу. 3-4 қимылды керісінше жасау.

/6 рет қайталау/

4. «Гүлдің ашылуы»

Аяқтары алшақ қойылған. Қол төменде, аяқтың ұшымен тұру, қолды жоғары созу. (6- рет қайталау.)

5. «Тырна»

Аяқтарын біріктіру. Оң аяқты бүгіп, орнында секіру. Сол аяқты /10-15 секунд/

Тыныс алу жаттығулары: мұрын арқылы демді ішке жұтып, ауыздан демді шығарады.

Еркін жүру. Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүру.

4К моделі, креативтілік дағды.

Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1. Шеңбер бойымен аяқтың ұшымен жүру.
2. Доға астымен нысанаға дейін еңбектеу.

Қимылды ойын:

«Мысық тышқан»

Ойын шартымен таныстыру.

Командада жұмыс, бала үні

Қорытынды:

Сұрақ – жауап Балаларды мадақтау

11.03.2022ж

*Масерис
Р.Вит*

.Дене шынықтыру

Тақырыбы: Жалпы дамытушы жаттығулар

Мақсаты: қимыл процесінде жұптасу және қайтадан бір қатарға тұру. Кеуде тұсынан қос қолдап допты лақтыру. Ойынды командамен ойнауға үйрену

Күтілетін нәтиже: қимыл процесінде жұптасады және қайтадан бір қатарға тұрады. Кеуде тұсынан қос қолдап допты лақтырады. Ойынды командамен ойнауға үйренді.

Ресурстар: Гимнастикалық қабырға, баскетбол добы.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, бала үні.

Ұйымдастыру кезеңі: жүру, жүгіру.

1.Кіріспе

- Жалпы дамытушы жаттығулар: Етпетімен жатып қолды жан-жаққа созу.
2. Негізгі қимыл қимыл процесінде жұптасу және қайтадан бір қатарға тұру,
 3. баскетбол. Кеуде тұсынан қос қолдап допты лақтыру. Ойынды командамен ойнауға үйрену

Тыныс алу жаттығуын орындату.

Тыныс алу жаттығулары: Тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, оң қолды

жоғары көтеріп, сол қолды төмен түсіреді, қолды кезекпен - кезек алмастырады, еркін дем алады .

Бастапқы қалыпқа келу.

4 к моделі, бала үні

Негізгі қимыл-жаттығулары:

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау

Қимылды ойын:

« Қарлығаш»

Мақсаты: балаларды шапшаңдыққа әрі шыдамдыққа, ұйымшылдыққа үйрету.

Жаппай бақылау, командада жұмыс.

Қортынды

Балаларды мадақтау

15.03.2022ж

Дене шынықтыру (таза ауада)

*Масеринді
Р.Б.*

Тақырыбы: Жалпы дамытушы жаттығулар

Мақсаты: саптағы бір қатардан үш, төрт қатарға қайта сап түзеп тұру. Ойынды командамен ойнауға үйрену;

Күтілетін нәтиже: саптағы бір қатардан үш, төрт қатарға қайта сап түзеп тұрады. Ойынды командамен ойнауға үйренеді.

Ресурстар: Тақтай, доп, жалаушалар

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, бала үні.

Ұйымдастыру кезеңі: жүру, жүгіру.

1 Кіріспе .Жалпы дамытушы жаттығулар:

иығын бүгу және аздап жоғары көтеру
саптағы бір қатардан үш, төрт қатарға қайта сап түзеп тұру.
командамен ойнауға үйрену;

2. Негізгі бөлім
3. Ойынды

тыныс алу жаттығуын орындау.

17.03.2022ж

*Мисериді
Р.Бит*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: **Жалпы дамытушы жаттығулар:**

Мақсаты: Музыкалық-ырғақты қимылдар. Музыка ырғағына сәйкес түрлі қарқында қимылдар жасау. Кеуде тұсынан қос қолдап допты лақтыру. Ойынды командамен ойнауға үйрену;

Күтілетін нәтиже: Музыкалық-ырғақты қимылдар. Музыка ырғағына сәйкес түрлі қарқында қимылдар жасайды. Кеуде тұсынан қос қолдап допты лақтырады. Ойынды командамен ойнауға үйренді.

Ресурстар: Баскетбол добы.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, бала үні.

1.Кіріспе

Жалпы дамытушы жаттығулар:

Аяққа арналған жаттығулар. Аяқтың басын таяққа, арқанға тірей отырып, өкшемен бір жағымен қырындап жүру.

2Негізгі қимылдар..Музыкалық-ырғақты қимылдар. Музыка ырғағына сәйкес түрлі қарқында қимылдар жасау.

3.баскетбол. Кеуде тұсынан қос қолдап допты лақтыру. Ойынды командамен ойнауға үйрену;

Тыныс алу жаттығуын жасату.

18.03.2022ж

*Мисериді
Р.Бит*

Дене шынықтыру.

Тақырыбы : **Жалпы дамытушы жаттығулар**

Мақсаты: Өздеріне таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем де, ырғақты етіп орындау.Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтыру. Тәрбиешімен жұптасып ойнау

Күтілетін нәтиже: Өздеріне таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем де, ырғақты етіп орындайды.

Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтырады. Тәрбиешімен жұптасып ойнауды үйренеді.

Ресурстар: Спорттық құрал-жабдықтар.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, тікелей бақылау.

Ұйымдастыру кезеңі:

1. Кіріспе

Жалпы дамытушы жаттығулар: Таяқ, білікше бойымен (диаметрі 6–8 см) табанның ортасын тірей отырып, бір қырындап жылжу

2. Негізгі бөлім

Өздеріне таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем де, ырғақты етіп орындау

3. Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтыру.

Тәрбиешімен жұптасып ойнау;

Тыныс алу жаттығуы: «Әтеш»

Қорытындылау

Қимылды ойын: «Кедергіні жеңе біл!»

25.03.2022ж

Мәсеріс
Р.Бил

Дене шынықтыру.

Тақырыбы : **Жалпы дамытушы жаттығулар**

Мақсаты: Өздеріне таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем де, ырғақты етіп орындау

Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтыру. Тәрбиешімен жұптасып ойнау

Күтілетін нәтиже: Өздеріне таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем де, ырғақты етіп орындайды.

Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтырады. Тәрбиешімен жұптасып ойнауды үйренеді.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, тікелей бақылау.

Ұйымдастыру кезеңі:

1. Кіріспе

Жалпы дамытушы жаттығулар: Таяқ, білікше бойымен (диаметрі 6–8 см) табанның ортасын тірей отырып, бір қырындап жылжу

2. Негізгі бөлім

Өздеріне таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем де, ырғақты етіп орындау

3. Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтыру.

Тәрбиешімен жұптасып ойнау;

Тыныс алу жаттығуы: «Әтеш»

3. Қорытындылау

Қимылды ойын: «Кедергіні жеңе біл!»

29.03.2022ж

Масерис
Р.Вит

Дене шынықтыру.

Тақырыбы : Жалпы дамытушы жаттығулар

Мақсаты: Өздеріне таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем де, ырғақты етіп орындау

Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтыру. Тәрбиешімен жұптасып ойнау

Күтілетін нәтиже: Өздеріне таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем де, ырғақты етіп орындайды.

Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтырады. Тәрбиешімен жұптасып ойнауды үйренеді.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, тікелей бақылау.

Ұйымдастыру кезеңі:

1.Кіріспе

Жалпы дамытушы жаттығулар: Таяқ, білікше бойымен (диаметрі 6–8 см) табанның ортасын тірей отырып, бір қырындап жылжу

2. Негізгі бөлім

Өздеріне таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем де, ырғақты етіп орындау

3. Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтыру. Тәрбиешімен жұптасып ойнау;

Тыныс алу жаттығуы: «Әтеш»

3.Қорытындылау

Қимылды ойын: «Кедергіні жеңе біл!

05.04.2022ж

Масерис
Р.Вит

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Ойнайық!»

Мақсаты: Түзу бағытта шоқырақтап жүру.

Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтыру. Тәрбиешімен жұптасып ойнай алады.

Күтілетін нәтиже: Түзу бағытта шоқырақтап жүреді.

Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтырады. Тәрбиешімен жұптасып ойнады.

Ресустар: Ойын құралдары.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, ойындар ұйымдастыру, бала үні, қорытындылау.

Ұйымдастыру кезеңі:

Жүру түрлері, жүгіру.

1.Кіріспе

Жалпы дамытушы жаттығулар: Табанды бұгу, түзулеу, айналдыру.

2. Негізгі бөлім

1. Түзу бағытта шоқырақтап жүру.

2. бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтыру.
3.Тәрбиешімен жұптасып ойнау;
Қимылды ойын: «Шеңберден шеңберге секіру»
Тыныс алу жаттығуларын жасату.
3.Қорытынды

07.04.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Кел қызық ,ойнайық!»

Масериди Р.Вит

Мақсаты: Жұптасып шеңбер бойымен қозғалу Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай

отырып, қағып лақтыру. Тәрбиешімен жұптасып ойнау

Күтілетін нәтиже: Жұптасып шеңбер бойымен қозғалады.. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтырады.Тәрбиешімен жұптасып ойнайды.

Ресустар: Ойын құралдары.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі,ойындар ұйымдастыру,бала үні,қорытындылау.

Ұйымдастыру кезеңі: жүру,жүгіру түрлері.

1.Кіріспе Жалпы дамытушы жаттығулар: Дене күшін арттыратын жаттығулар. 6 метрге дейін қолмен жүру (екінші бала бірінші баланың аяғынан ұстап жүреді).

2.Негізгі бөлім

Жұптасып шеңбер бойымен қозғалу 3. бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып, қағып лақтыру. Тәрбиешімен жұптасып ойнау;

Қимылды ойын: «Дәлдеп лақтыру»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

08.04.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Тез сапқа тұрамыз!»

Масериди Р.Вит

Мақсаты: Жұптасып үйлесумен және айырылу арқылы сапқа қайта тұру.

Күтілетін нәтиже: Жұптасып үйлесумен және айырылу арқылы сапқа қайта тұрды.

Ресустар: Арқан жіп

Әдіс-тәсілдер: Жұптасып ойнау,жаттығулар.

Ұйымдастыру кезеңі: жүру,жүгіру түрлері.

1.Кіріспе Жалпы дамытушы жаттығулар:

Іштің бұлшық еттеріне (пресс) арналған жаттығулар

2.Негізгі бөлім Жұптасып үйлесумен және айырылу арқылы сапқа қайта тұру.

3.ұлттық ойын: «арқан тарту»

Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытындылау

12.04.2022ж

Мисерисе Рәшит

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Ептілік!»

Мақсаты: Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары және төмен өрмелейді. Отыру калпында допты бастан асыра алысқа лақтыра алады.

Күтілетін нәтиже: Допты бастан асыра лақтырды.

Ресурстар: Гимнас қабырға, доптар.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, саралау. Блум таксономиясы, бақылау

I.Кіріспе бөлім.

Бір қатар сапқа тұру.

Сәлемдесу.

(нұсқауларды орындау)

Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.

Тікелей бақылау

Негізгі бөлім:

Жалпы дамыту жаттығулар:

-БҚ. Қол белде басты оңға (солға) айналдыру

-БҚ. Қол иықта, иықты алға (артқа) айналдыру

-БҚ. Қол алда алақан жұмырдыққа түйілген жұмырдықты ішке (сыртқа) айналдыру. Шынтақты айналдыру, қолды алға (артқа) айналдыру.

-БҚ. Қол белде белді оң (солға) айналдыру

-БҚ. Қол тізеде тізені ішке (сыртқа) айналдыру

-БҚ. Тізе бірге оңға (солға) айналдыру

-БҚ. Оң аяқпен, сол аяқпен, екі аяқпен орнында секіру.

Тыныс алу жаттығулары: «ұйқыдағы мысық» «п-ы-р, п-ы-р»деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару.

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралау Тікелей бақылау

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары және төмен кезектестірілген адыммен өрмелеу.

2. Отыру қалпында допты бастан асыра алысқа лақтыру.

4 к моделі, бала үні

Қимылды ойын:

«Көңілді қояндар»

Командада жұмыс, бала үні, жаппай бақылау

Қорытынды

Сұрақ-жауап

Балаларды мадақтау.

15.04.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Кедергілерді жеңу»

*Масерин
Р.Вит*

Мақсаты: Кеглилер арасымен допты көтеріп жүруді, бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіруді біледі.

Күтілетін нәтиже: Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секірді.

Ресурс: Доп, қысқа арқан, кегли.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау

Ұйымдастыру кезеңі:

Балалар бой-боймен бір қатарға сапқа тұрады.

Сәлемдесу

Біздер тату баламыз,

Ұландардай боламыз.

(Тізені көтеріп, қолды жанға ұстап жүру)

1,2,3-жоғары қолды созамыз,

Бір жолмен жүре аламыз. (Қолды жоғары көтеріп жүру).

Гүл-гүл жайнап жанамыз,

Күндей нұрды шашамыз (Баяу жүгіру)

Блум таксономиясы,

жанама бақылау

Жалпы дамыту жаттығулары:

Қол мен иық бұлшықет-теріне арналған жаттығулар:

«Тербелу»

Бастапқы қалыпқа тұрады, аяқ арасы алшақ, қол төменде болады.

Қолдарды жоғары көтереді.

Екі жанға, оңға тербеледі.

Солға тербеледі. Б;Қ

Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар:

«Бағыттаушы»

Б.қ.:негізгі тұрыс, қол төменде.

Қолдағы гүлдерді жоғары көтеру.

Алға созу.

«Жиырылу-ашылу»

Б.қ..аяқ арасы алшақ, қол төменде.

Екі қолдағы гүлдерді кеуде тұсына әкелу.

Екі қолды жанға созу. Б.қ.келу.

3.Аяқ бұлшықеттеріне арналған жаттығулар:

Б.қ.:тік тұру, қол төменде.

Екі қолды кеуде тұсына әкеліп, тізені бүгіп отыру.

Бір орында секіріп, гүлді жанға созу. Б.қ.келу.

Тыныс алу:

«Әдемі гүлдің иісі»

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау

Негізгі қимыл жаттығулары:

1.Кеглилер арасымен допты көтеріп жүру

2.Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру

Командамен жұмыс, блум таксономиясы, тікелей бақылау

Қим ойын:

«Қоян мен қасқыр» ойыны.

Рефлексия

-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:

-Қандай жаттығулар жасадық?

-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.

19.04.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Футбол ойыны»

Миссериди Р.Б.

Мақсаты: Музыкалық-ырғақтық қимылдар Аяқты өкшеге кезектестіріп қойып, топылдату. Футбол. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен домалату

Күтілетін нәтиже: Музыкалық-ырғақтық қимылдар Аяқты өкшеге кезектестіріп қойып, топылдатады. футбол. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен домалатты.

Ресурстар: Гимнас қабырға, доптар.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, саралау, бақылау

Ұйымдастыру кезеңі: жүру, жүгіру

1.Кіріспе

Жалпы дамытушы жаттығулар:

Қол кеуденің алдында" қалпынан қолды жанына қарай созу, "қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру
2. Негізгі бөлім Музыкалық-ырғақтық қимылдар Аяқты өкшеге кезектестіріп қойып, топылдату. 3. футбол.
Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен домалату.

Тыныс алу жаттығулары: «ұйқыдағы мысық» «п-ы-р, п-ы-р»деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару.

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралау Тікелей бақылау

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1.Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары және төмен кезектестірілген адыммен өрмелеу.

2.Отыру қалпында допты бастан асыра алысқа лақтыру.

4 к моделі, бала үні

Қимылды ойын:

«Көңілді қояндар»

Командада жұмыс, бала үні, жаппай бақылау

Қоры

тынды

Сұрақ-жауап

Балаларды мадақтау.

21.04.2022ж

Дене шынықтыру

Миссерисси Р.Вит

Тақырыбы: «Шабандоз»

Мақсаты: Түзу бағытта шоқырақтап жүру. Жұптасып, шеңбер бойымен қозғалу.

футбол.Допты шұңқырға, қақпаға домалату

Күтілетін нәтиже: Түзу бағытта шоқырақтап жүреді.Жұптасып, шеңбер бойымен қозғалады..

футбол.Допты шұңқырға, қақпаға домалатты.

Ресурстар: Доптар.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, саралау, бақылау

Ұйымдастыру кезеңі: жүру,жүгіру

1.Кіріспе

Жалпы дамытушы жаттығулар:

қолды бір мезгілде жоғары-артқа бір мезгілде және кезектесіп көтеру

2Негізгі бөлім.

Түзу бағытта шоқырақтап

жүру. Жұптасып, шеңбер бойымен қозғалу.

1.футбол.Допты шұңқырға, қақпаға домалату

Қорытынды

4 к моделі, бала үні

Қимылды ойын:

қимылды ойын: «Допты қуып жет»

тыныс алу жаттығуларын жасату.

22.04.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Музыкамен қимылдаймыз»

Масерис
Рәшит

Мақсаты: Қарапайым музыка ырғағына сай қолды шапалақтау.

футбол.Доппензаттыайналдыражүру.

Күтілетін нәтиже: Қарапайым музыка ырғағына сай қолды шапалақтайды

Доппензаттыайналдыражүре алды.

Ресурс: Доп, қысқа арқан, кегли.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау

Ұйымдастыру кезеңі: жүру,жүгіру

1.Кіріспе Жалпы дамытушы жаттығулар: қол саусақтарын айқастыру "құлып", алға-жоғары көтеру (алақанды сыртқа қарай айналдыру); 2.Негізгі бөлім Қарапайым музыка ырғағына сай қолды шапалақтау.

3. футбол.Доппензаттыайналдыражүру.

Қорытынды

Қимылды ойын: «Допты басынан асыра лақтыру»

Тыныс алу жаттығуларын орындату.

26.04.2022ж

Денешынықтыру

Тақырыбы:«Үздіксіз уақытпен жүгіру»

Масерис
Рәшит

Мақсаты: түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіре алады.

Күтілетін нәтиже: түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгірді.

Құрылымдалған ойын: «Әр түрлі қарқынмен жүгіру»

Жалпы дамытушы жаттығулар 5 метрге дейін қолмен жүру (екінші бала бірінші баланың аяғынан ұстап жүреді).

Ұйымдастыру кезеңі: шеңберде тұрып жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамытушы жаттығулар: 5

метрге дейін қолмен жүру (екінші бала бірінші баланың аяғынан ұстап жүреді).

Негізгі бөлім

1. түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру.

2. Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Қимылды ойын : «Қаздар мен балапандар»

29.04.2022ж

Дене шынықтыру



Тақырыбы: «Тепе-теңдік сақтаймыз»

Мақсаты: Үлкен допты алысқа лақтырады, кішкене қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүре алады.

Күтілетін нәтиже: кішкене қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүре алды.

Ресурстар: Үлкен доп, сылдырмақ.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, саралау, бақылау

Кіріспе бөлімі:

Бірінің артынан бірі сапқа тұру.

Шеңбер бойымен «аюға» ұқсап жүру.

Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен жүру. қол жанда, өкшемен жүру жұптасып жүру .

Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау

Жаппай бақылау

Негізгі бөлім:

Жалпы даму жаттығулары.

Сылдырмақпен

Б.қ.: «Көбелек қонды»

1. Аяқтары иық мөлшерінде. Қолдары артта. Иыққа қонған көбелекті көру. басты оңға, солға бұру, «қонды» деп айту. /6 рет қайталау/

Б. қ.: «Жыланның қозғалысы»

2. Аяқ иық көлемінде, қолды жанға созу. Жыланның қимылын жасау. иықты ирелендете айналдыру. /6 рет қайталау/

Б.қ.: «Қайшы»

3. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жан-жақта, қолдарды қайшылау. /6 рет /**Б. қ.:**

«Жұлдызша»

4. Қолдары белде. Аяқты бірге ұстау. Орнында секіріп аяқты және қолды жанға созу «ха-а-а» деп айту, орнында секіріп аяқты біріктіру және қолды белге қою, «хоп» деп айту. /6 рет /

Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу(ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығару.

Мазмұн арқылы саралау, Блум таксономиясы

Бастапқы қалыпқа келу. .

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары.

1. Үлкен допты алысқа лақтыру.
2. Кішкене қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүру.

Өнім арқылы саралау, 4К моделі, бала үні

Қимылды ойын:

«Қояндар мен қасқыр»

Мақсаты: Балаларды алғырлыққа, қырағылыққа, татулыққа тәрбиелеу. Ептілік қасиеттерін арттыру.

Командада жұмыс, жаппай бақылау

Қорытынды

03.05.2022ж

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Кедергілерден секіру»

Масерис
Р.Вит

Мақсаты: Қатар жатқан қос лентадан секіре алады,

Допты бір –біріне домалата алады.

Күтілетін нәтиже: Қатар жатқан қос лентадан секіріп өтті. (ара қашықтығ: 10-15см)

Допты бір –біріне домалатты.

Ресурстар: Доптар, кеглилер.

Әдіс-тәсілі: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау.

ҰОҚ өтілу барысы:

Кіріспе Бөлім.

Амандасу.

Бірінің артынан бірі сапқа тұру.

Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен шеңбер бойымен жүтіру.

Қол жанда, өкшемен жүру.

Шеңбер бойы ауыстырмалы қадаммен жүру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.

Тікелей бақылау.

Жалпы даму жаттығулары

1. Аяқты алшақ қоямыз, Буратиноға әдемі мұрын жасаймыз. Буратино мұрнымен «күн» салады. /5 рет қайталау/

2. Аяқты алшақ қоямыз, жұдырықты түйіп, қолды жанға қою. Оң және сол иықты кезек жоғары көтеру. / 5 рет қайталау/

3. Аяқтары алшақ қойылған. Қол төменде, аяқтың ұшымен тұру, қолды жоғары созу. (6-рет)

4. Орнында тұрып, қол белде, аяқты алдыға кезек серпіп секіру.

5. Аяқтарын біріктіру. Қолдарын қоянның аяғына ұқсатып, орнында секіру. /10-15секунд/ Тыныс алу жаттығулары: «Ботқа пісты» мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару.

«пы-ых, пы-ых ,пы-ых» деп айту.

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау

4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы

1.Қатар жатқан қос лентадан секіріп өту. (ара қашықтығ: 10-15см)

2.Допты бір –біріне домалату **Өнім арқылы саралау, сыни ойлау, бала үні, командада жұмыс.**

Қимылды ойын:Кегіліді соқ.

Бастапқы қалыпқа келу.

Қортынды

Балаларды мадақтау.

05.05.2022ж

Мисериді
Рәшит

Дене шынықтыру (таза ауа)

Тақырыбы: «Жазықтық бойымен жүру»

Мақсаты.Жазықтық бойымен жүру, алға жылжи отырып секіру, әртүрлі қалыпта допты қос қолмен лақыруды біледі.

Күтілетін нәтиже: Допты жоғары лақтырып, еденге ұру және оны екі қолымен қағып алды. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмеледі.

Ресурстар: Доп, гимнастикалық қабырға.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, бақылау, саралау.

I.Кіріспе бөлім.

Бір қатар сапқа тұру.

Сәлемдесу.

(нұсқауларды орындау)

Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.

Жаппай бақылау.

Негізгі бөлім:

Жалпы дамыту жаттығулар:

- 1) колдары белде, басын алға, артқа, оңға, солға еңкейтіп жүру:
- 2) Екі қолдарын айналдыру 4-рет алға қолды түзу ұстау,4-рет артқа

3) Оң қол жоғарда, сол қол төменде 1,2 дегенде қолдарын артқа-алға сермеу, 3-4 дегенде ауыстыру.

4) Қолдарын кеуденің алдында ұстау: 1,2 дегенде артқа сермеу, 3,4 дегенде жанға оңға сермеу, келесі 3,4 дегенде солға қарай сермеу.

5) Әр қадам сайын алға еңкейіп жүру.

6) Тізені жартылай бүгіп жүру:

7) Оң аяқпен секіріп жүру 8) Сол аяқпен секіріп жүру

9) 2-кі аяқпен секіріп жүру

Тыныс алу жаттығуы

шәйнектік дыбысын салу. Терең тыныс алып, демді шығару.

4К моделі, бала үні, жаппай бақылау,

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1. Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолымен қағып алу. 2. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмелеу.

Өнім арқылы саралау, 4К моделі, бала үні, жаппай бақылау,

Қимылды ойын:

"Орнынды тап"

Ойын мақсаты: Балалардың ой-өрісін кеңейту, достыққа,

ұжымдыққа, бірлікке тәрбиелеу.

4К моделі, бала үні, жаппай бақылау.

Қортынды.

Балаларды мадақтау.

06.05.2022ж

Дене шынықтыру

*Масеринді
Рәшит*

Тақырыбы: «Сиқырлы өзгерістер»

Мақсаты: Алақан мен тізені тіреп еңбектеп, өз қимылдарын қадағалау арқылы арқаны тік ұстау қабілеті нығаяды.

Күтілетін нәтиже: арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектейді, 4 м арақашықтықтан қапшықты тік нысанаға иықтан асырып лақтырды.

Ресустар: «Сықырлы таяқша», музыка «Теңіз шуылы», бала санына қарай құм толтырылған қапшықтар, шеңберлер – 2 дана.

Әдіс – тәсілдер: Саралау, бақылау, 4К моделі, бала үні.

Ұйымдастыру кезеңі:

Балалардың назарын сықырлы таяқшаға аударады.

Музыка тыңдап, сықырлы таяқшаның көмегімен қай жаққа келгендерін табуды сұрайды.

Сыни ойлау, жаппай бақылау

Ойын түріндегі гимнастика: «Теңіз жағасында»

Сықырлы таяқшаның көмегімен балалар аңшыға айналады. Затты лақтыратын оң (сол) қол мен оң (сол) аяқты алға қойып, лақтыру күшін әр тараптандыру қабілетіне назар аударады.

Нұсқау: арқадағы қапшық түсіп қалмас үшін арқаны бүкпей, түзу ұстау қажет.

Негізгі қимылдарды орындау:

1. «Аңшылар» - Көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру (шеңбер).

2. Арқаға қапшық қойып еңбектеу (жолдың ұзындығы – 4 метр).

4К моделі, бала үні

Тікелей бақылау

«Көзге көрінбейтін адамдар» (музыканың ырғағымен). Сықырлы таяқша балаларды көзге көрінбейтін адамдарға айналдырады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Түсіріп алмай өткіз».

Рефлексия

Ым-ишарамен кейіпкерлерді сомдайды («Буратино», «Чебурашка»).

Қайтадан балаға айналады. Олардан ненің көбірек ұнағанын және оның себебін сұрайды.

13.05.2022ж

Дене шынықтыру



Тақырыбы: «Түрлі түсті секіртпелер»

Мақсаты: Ұзын және қысқа секіртпемен қоя аяқтап, ыршып-ыршып, бір аяқтан екінші аяққа алға айналдыра отырып және қос аяқтап ыршып секіруді алмастырып алға, артқа секіре алады.

Күтілетін нәтиже:

Дене бітімін дұрыс қалыптастыру мен аяқ табанын нығайтуға арналған жаттығуларды орындады.

Ресустар: Бала санына қарай түрлі - түсті орамалдар, бірнеше секіртпе.

Ұйымдастыру кезеңі:

Балалардың назарын жаңа құрал – секіртпеге аударады.

Билингвалды компонент: секіртпе – скакалка.

Бала үні, сыни ойлау

Негізгі кезең.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Өз түсіңді тап!»

Шарты: Екі-екіден жұптасып сапқа тұру.

Орамалдармен жалпы дамытатын жаттығуларды орындау

Мазмұн арқылы саралау

Негізгі қимылдарды орындау:

1. Ұзын және қысқа секіртпемен қоя аяқтап, ыршып-ыршып, бір аяқтан екінші аяққа алға айналдыра отырып секіру.

2. Қос аяқтап ыршып секіруді алмастырып алға – артқа секіру.

Нұсқаулар: Денені және басты тік ұстау қажет.

4К моделі, бала үні

Тікелей бақылау

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Тоннельге еңбектеп кір»

Шарты: Шапшаң қимылдау.

4К моделі, бала үні

Рефлексия

Ойын түріндегі жаттығу: «Көпіршіктер»

Шарты: Сабынды көпіршіктерді үрлегендей қимылдар жасау.

17.05.2022ж

Денешынықтыру

М.Сәсерімов
Р.Б.Б.

Тақырыбы: «Үздіксіз уақытпен жүгіру»

Мақсаты: түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіре алады.

Күтілетін нәтиже: түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгірді.

Құрылымдалған ойын: «Әр түрлі қарқынмен жүгіру»

Жалпы дамытушы жаттығулар 5 метрге дейін қолмен жүру (екінші бала бірінші баланың аяғынан ұстап жүреді).

Ұйымдастыру кезеңі: шеңберде тұрып жүру, жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамытушы жаттығулар: 5 метрге дейін қолмен жүру (екінші бала бірінші баланың аяғынан ұстап жүреді).

Негізгі бөлім

1. түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру.

2. Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Қимылды ойын : «Қаздар мен балапандар»

19.05.2022ж

Денешынықтыру

Тақырыбы: «Допты қос қолмен лақтыру»

Мақсаты. Тепе-теңдік қалпын сақтай отырып шектелген жазықтық бойымен жүруді біледі. Өртүрлі қалыпта допты қос қолмен лақтыра алады.

Күтілетін нәтиже: Өртүрлі қалыпта допты қос қолмен лақтырады.

Ресурс: Доп, қысқа арқан, гимнаст скамейка, гүлдер.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау

Оқу қызметінің барысы:

Балалар бой-боймен бір қатарға сапқа тұрады.

Сәлемдесу.

Біздер тату баламыз,

Ұландардай боламыз.

(Тізені көтеріп, қолды жанға ұстап жүру)

1,2,3-жоғары қолды созамыз,

Бір жолмен жүре аламыз. (Қолды жоғары көтеріп жүру).

Гүл-гүл жайнап жанамыз,

Күндей нұрды шашамыз (Баяу жүгіру)

Блум таксономиясы,

жанама бақылау.

Жалпы дамыту жаттығулары:

Қол мен иық бұлшықеттеріне арналған жаттығулар:

«Тербелу»

Бастапқы қалыпқа тұрады, аяқ арасы алшақ, қол төменде болады.

Қолдарды жоғары көтереді.

Екі жанға, оңға тербеледі.

Солға тербеледі. Б;Қ

Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар:

«Бағыттаушы»

Б.қ.:негізгі тұрыс, қол төменде.

Қолдағы гүлдерді жоғары көтеру.

Алға созу.

«Жиырылу-ашылу»

Б.қ..аяқ арасы алшақ, қол төменде.

Екі қолдағы гүлдерді кеуде тұсына әкеледі.

Екі қолды жанға созады. Б.қ.келеді.

3.Аяқ бұлшықеттеріне арналған жаттығулар:

Б.қ.:тік тұру, қол төменде.

Екі қолды кеуде тұсына әкеліп, тізені бүгіп отырады.

Бір орында секіріп, гүлді жанға созады. Б.қ.келеді.

Тыныс алу:

«Әдемі гүлдің иісі»

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралайды Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылайды

Негізгі қимыл жаттығулары:

-1. 2 м қашықтықтан допты тік нысанаға лақтырады.

-2. Гимнастикалық орындықта алақан мен аяққа сүйеніп жүреді («аю»).

-3. Қысқа арқаннан секіреді.

Командамен жұмыс, блум таксономиясы, тікелей бақылайды.

Қим ойын:

«Қоян мен қасқыр» ойыны.

Рефлексия

-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:

-Қандай жаттығулар жасадық?

-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіреді.

20.05.2022ж

Дене шынықтыру (таза ауа)

*Мәсерігі
Рәуф*

Тақырыбы: «Құрсаудың ішінен өту»

Мақсаты: қолды еденге, құрсаудың шетіне тигізбей оң және сол жақ бүйірімен топталып құрсаудың ішінен өте алады.

Күтілетін нәтиже: оң және сол жақ бүйірімен топталып құрсаудың ішінен өтті.

Ресурстар: Тақырып бойынша көрнекіліктер.

Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралайды, командада жұмыс, бақылайды.Топтастыру әдісі.

ҰОҚ барысы:

Құрылымдалған ойын: «Ептілер »

Ұйымдастыру кезеңі:шеңберде тұрып жүру,жүгіру.

Кіріспе

Жалпы дамытушы жаттығулар: Екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, отырып тұрады, (5–6 рет);

Негізгі бөлім

1.қолды жерге, құрсаудың шетіне тигізбей оң және сол жақ бүйірімен топталып құрсаудың ішінен өту.

2.Тыныс алу жаттығуларын жасату.

Қорытынды

Қимылды ойын : «Мысық пен тышқан»

24.05.2022ж

Дене шынықтыру

*Мисерли
Рзы*

Тақырыбы: «Негізгі қимылдар»

Мақсаты: Аяқ алшақ , қол белде, иықты жоғары-төмен түсіре алады.

Гимнастикалық қабырғаға өрмелей алады.

Күтілетін нәтиже: Аяқ алшақ , қол белде, иықты жоғары-төмен түсіре алды.

Гимнастикалық қабырғаға өрмеледі.

Ресурс: Гимнастикалық қабырға, доптар.

Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау, командамен жұмыс.

ҰОҚ жүргізілу барысы.

Балалармен амандасады

Шеңбермен жүреді, жүгіреді.

4 қатар сапқа тұрады.

Жалпы даму жаттығулары:

1. Аяқ алшақ қол белде, басты оңға, солға бұру толық айналдырады.
2. Аяқ алшақ , қол белде, иықты жоғары-төмен түсіреді.
3. Аяқ бірге, қолды жоғары ұсау, оң аяқты артқа жібереді. Б.қ келеді
4. Аяқ бірге, тізерлеп отырады, қол белде, артқа шалқайтады бастапқы қалыпқа келеді.
5. Отыру аяқ бірге, қолды жерге тіреу, кеудені көтереді.
6. Аяқты біріктіріп отыру, кезек қарау көзілдірік жасайды.
7. Кеудемен жату, қол мен аяқты көтереді. Құс қимылын жасайды.
8. Тыныс алу жаттығуын жасайды.

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы .

1. Гимнастикалық қабырғаға өрмелейді.

2. Допты еденге ұрып, ұстап алады

4 к моделі, бала үні

Мазмұн арқылы саралайды

Блум таксономиясы

Қимылды ойын. «Кім бірінші?»

Ойын шартымен таныстырады.

4К моделі, бала үні, тікелей бақылау.

Қорытынды:

Балаларды мадақтайды.

27.05.2022ж

*Мисериди
Р.Б.И.*

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Шеңбер бойымен жүріп үйрену»

Мақсаты: Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүре алады.

Күтілетін нәтиже: Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүрді.

Ресурстар: Доп, лента

Әдіс-тәсілі: 4К ,бала үні, жанама бақылау, командада жұмыс.

ҰОҚ өтілу барысы:

1.Сәлемдесу.

Бірінің артынан бірі сапқа тұрады. Денені тік ұстайды.

Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүреді.

Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүреді.

«Пингвин» - табанның ішкі жақтарымен қысқа және алшақ қадаммен жүрреді.

Шеңбер бойымен маршпен жүреді .

Шеңбер бойымен тұрады. (таяқшаларды үстел үстінен кезекпен алу)

Қолдарын созып, арақашықтықты сақтайды.

Тікелей бақылау, блум таксономиясы.

Жалпы даму жаттығулары.

Таяқшаман

Б.қ.: «Сағаттар»

1. Аяқтары алшақ , таяқша белде. «Тик-так» сөзін айтып басты оңға, солға қозғалтады. / 6 рет қайталайды/

Б. қ.: «Су тасушы»

2. Аяқтары алшақ қойылған, таяқша иықта, иықты кезек көтереді.

/6 рет қайталау/

Б.қ.: «Құламалар»

3. Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны жоғары созу, оңнан – солға, солдан - оңға қарай иіледі. /6 рет қайталайды/

Б.қ.: «Күш жинау»

4. Аяқтар алшақ қойылған, таяқша кеуде тұсында. Таяқшаны жоғары көтеріп- түсіреді. /6 рет қайталайды/

Б.қ.: «Мотоцикл жүргізу»

5. Аяқтарын алшақ қою, таяқша кеуде тұсында; мотоциклды жүргізеді (ыр-ыр-ыр) деп айту. Бір орында жүреді. (15-20 секунд).

Қорытынды: бір саппен шеңбер бойы жүреді /таяқшаларды үстел үстіне қою/ .
Маршпен жүреді.

Тыныс алу жаттығулары: «Көкек» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды белге қояды, демді ішке біртіндеп тартады, «Ку-ку, Ку-ку» деп дыбыстап демді сыртқа шығара денені алға еңкейтеді.

Мазмұн арқылы саралау, блум таксономиясы, жанама бақылайды, бала үні.

Бастапқы қалыпқа келу.

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.

1. допты жерде отырып бір-біріне домалатады.

2. ені 5-7см лента бойымен тепе теңдікті сақтап жүреді

Командада жұмыс, сыни ойлайды, тікелей бақылау, бала үні

Қимылды ойын: «Доптарды қай топ тез жинайды?»

Ойын шартымен таныстырады Қортынды.

Балаларды мадақтайды

31.05.2022ж

Миссерия Р.Б.

Дене шынықтыру

Тақырыбы: «Тепе – теңдікті сақтап жүру»

Мақсаты: Допты жерде отырып бір-біріне домалатуды және ені 5-7см лента бойымен тепе теңдікті сақтап жүруді біледі.

Күтілетін нәтиже: Допты жерде отырып бір-біріне домалатуды және ені 5-7см лента бойымен тепе теңдікті сақтап жүруді білді.

Ресурстар: Доп, лента

Әдіс-тәсілі: 4К ,бала үні, жанама бақылау, командада жұмыс.

ҰОҚ өтілу барысы:

1.Сәлемдесу.

Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.

Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру.

Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүру.

«Пингвин» - табанның ішкі жақтарымен қысқа және алшақ қадаммен жүру.

Шеңбер бойымен маршпен жүру .

Шеңбер бойымен тұру. (таяқшаларды үстел үстінен кезекпен алу)

Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.

Тікелей бақылау, блум таксономиясы.

Жалпы даму жаттығулары.

Таяқшаман

Б.қ.: «Сағаттар»

1. Аяқтары алшақ , таяқша белде. «Тик-так» сөзін айтып басты оңға, солға қозғалту. / 6 рет қайталау/

Б. қ.: «Су тасушы»

2. Аяқтары алшақ қойылған, таяқша иықта, иықты кезек көтеру.

/6 рет қайталау/

Б.қ.: «Құламалар»

3. Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны жоғары созу, оңнан – солға, солдан - оңға қарай иілу. /6 рет қайталау/

Б.қ.: «Күш жинау»

4. Аяқтар алшақ қойылған, таяқша кеуде тұсында. Таяқшаны жоғары көтеріп- түсіру. /6 рет қайталау/

Б.қ.: «Мотоцикл жүргізу»

5. Аяқтарын алшақ қою, таяқша кеуде тұсында; мотоциклды жүргізу (ыр-ыр-ыр) деп айту. Бір орында жүру. (15-20 секунд).

Қорытынды:

бір саппен шеңбер бойы жүру /таяқшаларды үстел үстіне қою/ . Маршпен жүру.

Тыныс алу жаттығулары: «Көкек» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды белге қояды, демді ішке біртіндеп тартады, «Ку-ку, Ку-ку» деп дыбыстап демді сыртқа шығара денені алға еңкейтеді.

Мазмұн арқылы саралау, блум таксономиясы, жанама бақылау, бала үні.

Бастапқы қалыпқа келу.

Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.

1. допты жерде отырып бір-біріне домалату.

2. ені 5-7см лента бойымен тепе теңдікті сақтап жүру

Командада жұмыс, сыни ойлау, тікелей бақылау, бала үні

Қимылды ойын:

«Доптарды қай топ тез жинайды?»

Ойын шартымен таныстыру

Қортынды. Балаларды мадақтау

ұқсастығын табу.

Утверждаю
Заведующий ясли –детский сада
ГККП «Аққу»

А. О. Шойнбаева

Решение № 1 пед совета
27.08.2021г



**Перспективно- тематическое
планирование организованной учебной
деятельности план учителя физкультуры
в подготовительной группе «Светлячок»
за 2021-2022учебный год**

2021-2022 учебный год

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН
Дошкольные группы «Светлячок»
2021-2022 учебный год Сентябрь
Сквозная тема «Детский сад».

Сквозная тема	Еженедельные темы	Цель
Сентябрь. "Детский сад"	1. Тема: «Мы сильные» 2. Тема: «Прохождение под верёвкой» .	Цель: Движение Цель: входит вперед из-под каната с правой и левой стороны, может прыгать в длину из положения через 4-5 линий
	1Тема : "1,5-2 минуты безостановочного бега в разном темпе». 2Тема : «Поочередная ходьба и бег трусой»	Цель: может бежать с разной скоростью – медленным, быстрым, средним темпом в течение 1,5-2 минут без остановки. Цель: Учится чередовать ходьбу и бег.
	1. Тема: «Прыгай, бросай» 2. Тема: «С друзьями» (на свежем воздухе) 3..Тема: «Мои любимые игры»	Цель: Практикуйте ходьбу, бег, прыжки и прыжки. Тренируйтесь ходить двумя цепочками в команде, идя одной цепочкой. Он может удерживать оба конца короткого прыжка на гимнастической скамье, поднимать руки над головой и балансировать на носках. Цель: Обучение ходить вперед и назад широким шагом, распределяя движения ног и рук в одну цепную линию. Умеет сохранять баланс. Он тренируется подбрасывать мяч и ловить его обеими руками. Цель: Перекатывание, бросок и ловля мяча, удары по мячу правой и левой рукой, бросок мяча через голову обеими руками и бросок мяча одной рукой.
	1. Тема: «Давайте сделаем зарядку!» 2. Тема: «Играть с мячом весело».	Цель: Стоит в очереди, ходит, бежит по залу, находит свое место и правильно стоит, может выполнять общеразвивающие упражнения и базовые двигательные упражнения. Цель: Умеет подбрасывать мяч от пола вверх и ловить его обеими руками, поочередно ударять об пол обеими руками.

	1. Тема: «Катание мяча с горки». (на свежем воздухе)	Назначение: (на свежем воздухе) Может катить мяч в прямом направлении. Он может работать через обручи.
	2. Тема: Поездка в парк.	Цель: Они умеют ходить по нарисованной линии, соблюдая дистанцию, не мешая друг другу.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН
Дошкольные группы «Светлячок»
2021-2022 учебный год
Месяц октябрь

Переходное название «Добро пожаловать, золотая осень!»

Сквозная тема	Еженедельные темы	Цель
Месяц октябрь «Добро пожаловать, золотая осень!»	1. Тема: Давайте посоревнуемся. 2. Тема: «Игра в кубик» 3. Тема: «Уметь преодолевать препятствия».	Цель: Ходит между кубиками, прыгает с обруча на обруч. Цель: Кубики, перемещаясь между собой, могут перебрасывать мяч вперед. Цель: Он подбрасывает мяч с пола и ловит его обеими руками. «Змея» может работать среди кеглей
	1Тема: «Давай попрыгаем как заяц» (на свежем воздухе) 2.Тема: «Кто быстрее?»	Цель: Учится прыгать в длину с одного места. Цель: Можно бросить в мишень в сумке. Может подняться на гимнастическую стенку.
	1. Тема: «Соблюдаем правила дорожного движения» 2. Тема: «Мы весёлые дети» 1. Тема: «Метание	Цель: Они умеют ходить по нарисованной линии, соблюдая дистанцию, не мешая друг другу. Цель: Умеют прыгать коротким прыжком.Умеют бросать мяч друг другу снизу. Цель. Он умеет ходить по ограниченной плоскости, сохраняя равновесие. Умеет бросать мяч обеими

	мяча двумя руками»	руками в разных положениях.
	2. Тема: (на свежем воздухе) «Прохождение через забор» 3.Тема: «Основные движения».	Цель:он может пройти через кольцо, сгруппировав правую и левую стороны, не касаясь руками пола или края кольца Цель:Ноги врозь, руки на поясе, плечи можно поднимать и опускать. Может подняться на гимнастическую стенку

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН
Дошкольные группы «Светлячок»
2021-2022 учебный год
ноябрь
Сквозная тема «Моя семья».

Сквозная тема	Еженедельные темы	Цель
Ноябрь «Мой праздник»	1. Тема: «Обучение хождением по кругу». 2. Тема: «Соблюдение равновесия» 3. Тема: (на свежем воздухе) «Прохождение через забор»	Цель:Он может держать тело прямо и ходить по кругу. Цель:Он умеет перекатывать мяч друг другу, сидя на земле, и удерживать равновесие по ленте шириной 5-7 см. Цель:он может пройти через кольцо, сгруппировав правую и левую стороны, не касаясь руками пола или края кольца.
	1. Тема: «Хождение по верёвке» 2..Тема: «Прыжки в длину».	Цель:Умеет ходить прямо по тонкой веревке, держа руки на поясе, и ходить по гимнастической доске.Кубики могут ходить между Цель: Может прыгать вперед на большие расстояния, сидя на большом резиновом мяче. Умеет бросать мяч с расстояния 2,3 м в вертикальную мишень правой и левой рукой.
	1. Название: "Движения, выполняемые при ходьбе по прямой»	Цель:учится поворачиваться направо и налево на одном месте и на ходу, в ряду - руки вперед, при ходьбе по линии и оставлении круга - стоять прямо, вытянув руки в стороны

	2. Название: "Улыбайтесь в ритме музыки»	Цель: Он делает движения в разном темпе в соответствии с ритмом музыки.
	1. Тема: Давайте учиться, играя в футбол.	Цель: Проявляйте самостоятельность и инициативу при организации знакомых игр с небольшой группой сверстников. Прямое наблюдение, таксономия Блума.

Перспективный план
Дошкольные группы «Светлячок» 2021-2022 учебный год
Месяц декабрь
Сквозная тема «Мой Казахстан»

Сквозная тема	Еженедельные темы	Цель
Месяц декабрь «Мой Казахстан»	1. Тема: «Улыбайтесь в ритме музыки»	Цель: Он делает движения в разном темпе в соответствии с ритмом музыки.
	2. Тема: «Если ты сильный, ты будешь сильным».	Цель: Мышцы плеч, рук и ног развиваются за счет поддержания равновесия и укрепления мышц рук и ног, совершения новых типов движений. Во время тренировки он умеет правильно держать тело и ориентироваться глазами.
	1.Тема: «Путешествие в Зимний лес» . 2. Тема: Давайте учиться, играя в футбол. (на свежем воздухе)	Цель: Умеет цепляться, змеиться и менять темп по команде. Цель: Он смог проявить самостоятельность и инициативу при организации знакомых игр с небольшой группой сверстников.
	1..Тема: "Постукивание ногами в ритм музыки».	Цель: Он может попеременно ставить ногу на пятку и группировать ее.

	1. Тема: «Зимние игры» 2. Тема: «Прыжки в длину»	Цель: Координация движений и выносливость развиваются посредством спортивных тренировок. Цель: Двигательная активность детей развивается с помощью соревнований. При прыжках с одного места в прыжке в длину усиливается способность сохранять первоначальную форму.
	1. Тема: «Научимся носить лыжи» 2. Тема: «Раз, два, три – повтори!» 3.Тема: «Научимся играть в хоккей»	Цель: учится надевать и снимать лыжи, выполнять подготовительные упражнения. Цель: При подъеме на гимнастическую стенку вырабатывается умение делать боковой шаг вправо, переходить от одного напряжения к другому, сохранять последовательность напряжений в горизонтальном направлении. Цель: Знакомя детей с игрой в хоккей, они учатся занимать правильное исходное положение и вести шайбу в нужном направлении, чтобы правильно начать первый цикл движения.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН
 Дошкольные группы «Светлячок» 2021-2022 учебный год
Январь месяц
 Сквозная тема «Интересный зимний сезон»

Сквозная тема	Еженедельные темы	Цель
Январь месяц «Интересный зимний сезон»	1.Тема: «Кто умный?»	Цель: Палка может передвигаться по пластине (диаметр 6-8 см), поддерживая центр подошвы. Он может прыгать вперед и назад на обеих ногах.
	1. Тема: «Тайны леса» 2. Тема: «Игры с мячом»	Цель: Навыки выполнения основных движений формируются посредством игр. Цель: Может пройти на руке до 6 метров. Стоя парами, они вместе перекачивают мяч ногами.
	1. Тема: «Игра лото» 2. Тема: «Зафиксируем цель»	Цель: Возможности движения расширяются благодаря подвижным играм. Цель. Он может обеими руками перебрасывать через голову мешок с песком вперед и вверх,

	3. Тема: «Двойной прыжок» 	карабкаться вверх и вниз по гимнастической стенке. Цель: Ходьба и бег в разные стороны, прыжки двумя ногами по планке, лежащей на полу. умеет бросать мячи в корзину
	1. Тема: «Отправимся в веселое путешествие» 2. Тема: «Веселые игры»	Цель: Мяч подбросить одной рукой и поймать другой. Хоккей. Спаривание и подведение шайбы друг к другу. Цель: работай, лезь. Обойдите обручи и пройдите сквозь них; замена родов на стуле ходьбой.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН
Дошкольные группы «Светлячок»
2021-2022 учебный год
февраль
Сквозная тема "Мир вокруг нас"

Сквозная тема	Еженедельные темы	Цель
февраль. "Мир вокруг нас"	1. Тема: «Общеразвивающие упражнения» 2. Тема: «Интересный день. 3. Тема: «общеразвивающие упражнения»	Цель: Общеразвивающие упражнения: Упражнения для спины: в групповом положении можно перекатываться вперед и назад, совершая «качели». Цель: Гимнаст может научиться подниматься одним или несколькими способами, не прыгая со ступенек на вершину стены, а переключаться на другую дистанцию и спускаться. Цель: общеразвивающие упражнения. Упражнения для спины: в групповом положении перекатываются вперед и назад, совершая «качели». (7-10 раз).

		Работа с сумкой на спине. Экшен-игра: «День и Ночь».
	1. Тема:«общеразвивающие упражнения» 2. Тема: «Сохранение баланса» .	Цель:общеразвивающие упражнения: работает до 5 метров лёжа с помощью рук. Прорабатываем доски лестницы, расположенные на краю. Цель:баланс. Идем по веревке, нитке, надеваем на голову пакет и бреем одну сторону.
	1. Тема: «Кто быстрее?» 2.Тема: Общеразвивающие упражнения:3. Тема: Упражнение «Ласточка».	Цель:Может бежать к флажку в заданном направлении, бросать мяч с двойной поддержкой. Цель:Он может писать пальцами руки и молиться. Цель:Он может пройтись по скамейке, положить на другую сторону мешок с песком.
	1..Тема: «Преодоление препятствий» 2. Тема: «Мелкие сумки» (на свежем воздухе)	Цель:Катая мяч вместе, можно выполнить базовые упражнения на диапазон движений.Цель:Катая мяч вместе, можно выполнить базовые упражнения на диапазон движений.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН
Дошкольные группы " Светлячок "
2021-2022 учебный год
Маршировать
Сквозная тема«Первые капли»

Сквозная тема	Еженедельные темы	Цель

	1. Тема: «Писание и сгибание ног» 2. Название: "Общеразвивающие упражнения». 2. Тема: «Писание и сгибание ног»	Цель: Он может сгибать ноги лежа и снова писать (сначала одну ногу, затем обе ноги вместе). Цель:Общеразвивающие упражнения: Из положения стоя на коленях, поочередно перенося вес на правую и левую ногу. Стою в очереди, меняю структуру очереди и снова стою. Цель: Он может сгибать ноги лежа и снова писать (сначала одну ногу, затем обе ноги вместе).
	1. Название: "Общеразвивающие упражнения».	Цель:сопряжение и снова выравнивание в процессе движения. Метание мяча с двойной поддержкой от груди. Учимся играть в команде
	1.Тема: Общеразвивающие упражнения.(на свежем воздухе) 2. Тема: Общеразвивающие упражнения: 3. Общеразвивающие упражнения.	Цель:снова выстроиться из одного ряда в три-четыре ряда. Обучение игре в команде; Цель:Музыкально-ритмические движения. Выполнение движений в разном темпе в соответствии с ритмом музыки. Метание мяча с двойной поддержкой от груди. Обучение игре в команде; Цель:Красиво и ритмично выполнять знакомые физические упражнения под музыку. Бросок волана с направлением его ракеткой в определенном направлении. Играйте в паре с учителем.
	1. Тема: Общеразвивающие упражнения.	Цель:Красиво и ритмично выполнять знакомые физические упражнения под музыку.
	1. Тема: Общеразвивающие упражнения. 2. Тема: «Давай поиграем!» 3. Тема: «Давайте веселимся, давайте играть!»	Цель:Красиво и ритмично выполнять знакомые физические упражнения под музыку. Бросок волана с направлением его ракеткой в определенном направлении. Играйте в паре с учителем. Цель:Идём в прямом направлении. Бадминтон. Удары и метания волана, направляя его ракеткой в определенную сторону.Может играть в паре с педагогом. Цель:Двигаться по кругу в паре - это все равно, что ракеткой направлять Волана в определенную сторону. сиди и бросай. Играйте в паре с учителем.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН
Дошкольные группы «Светлячок»
2021-2022 учебный год
Месяц апрель
Сквозная тема «Цветущая природа»

Сквозная тема	Еженедельные темы	Цель
Апрель: Цветение природы»	1. Тема: «Давай поиграем!» 2. Тема: «Давайте веселимся, давайте играть!» 3. Тема: «Давайте быстрее выстроимся в очередь!»	Цель: Идём в прямом направлении. Бадминтон. Удары и броски залпа с направлением его ракеткой в определенном направлении. Можно играть в паре с педагогом. Цель: Двигаться по кругу в паре - это все равно, что ракеткой направлять Волана в определенную сторону. сиди и бросай. Играйте в паре с учителем. Цель: Повторное выравнивание посредством спаривания и разделения.
	1. Тема: «Ловкость!» 2. Тема: «Преодоление препятствий»	Цель: Лазит вверх и вниз по гимнастической стенке. Сидя, он может перебросить мяч далеко над головой. Цель: Умеет переносить мяч между кеглями, прыгать с высоты 15 см, стоя на месте.
	1. Тема: «Футбольный матч» 2. Тема: «Всадник» 3. Тема: «Двигаемся под музыку»	Цель: Музыкально-ритмические движения. Футбол. Перекатить мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Цель: Идём в прямом направлении. Объединитесь в пары и двигайтесь по кругу. футбол. Закатывание мяча в лунку, в ворота Цель: Хлопайте в ладоши в ритме простой музыки. футбол. Катайте мяч вокруг объекта.
	1. Тема: «Бег с непрерывным временем»	Цель: может бежать с разной скоростью – медленным, быстрым, средним темпом в течение 1,5-2 минут без остановки.
	1. Тема: «Сохраняем баланс»	Цель: Бросает большой мяч далеко, можно положить небольшую сумку на крышу и ходить по доске

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН

Дошкольные группы «Светлячок»

2021-2022 учебный год

Май месяц

Сквозная тема «Пусть солнце никогда не погаснет!»

Сквозная тема	Еженедельные темы	Цель
Май месяц «Пусть солнце никогда не погаснет!»	1. Тема: «Прыжки через препятствия» 2. Тема: «Прогулка по равнине» 3. Тема: «Магические перемены»	Цель: Может перепрыгнуть через двойные ленты подряд, Они могут перекатывать мяч друг другу. Цель. Он умеет ходить по равнине, прыгать при движении вперед, бросать мяч обеими руками в разные положения. Цель: Умение держать спину прямо укрепляется за счет работы над ладонями и коленями и контроля собственных движений.
	1. Тема: «Красочные прыжки»	Цель: Он может прыгать вперед и назад попеременно длинными и короткими прыжками, подпрыгивая, перемахивая вперед с одной ноги на другую, прыгая двумя ногами.
	1. Тема: «Бег с непрерывным временем» 2. Тема: «Метание мяча двумя руками» 3. Название: "Пройти через обруч»	Цель: может бежать с разной скоростью – медленным, быстрым, средним темпом в течение 1,5-2 минут без остановки. Цель. Он умеет ходить по ограниченной плоскости, сохраняя равновесие. Умеет бросать мяч обеими руками в разных положениях. Цель: пройти через обруч, сгруппировав правую и левую стороны, не касаясь пола или края обруча.
	1. Тема: «Основные движения» 2. Тема: «Обучение хождением по кругу»	Цель: Ноги врозь, руки на поясе, плечи можно поднимать и опускать. Цель: Он может держать тело прямо и ходить по кругу.
	1. Тема: «Сохранение баланса»	Цель: Он умеет перекатывать мяч друг другу, сидя на земле, и удерживать равновесие по ленте шириной 5-7 см.

ГККП ясли-сад «Аққу»

**Циклограмма -тематического планирование
организованной учебной деятельности план
инструктора по физической культуры в
подготовительной группе «Светлячок» за
2021-2022 учебный год**

2021-2022 учебный год

**«Светлячок» Подготовительная группа
2021-2022 учебный год
1 неделя
Физическая культура**

*Проверено
р.ф.и.ф. -*

02.09.2021

Тема: «Мы сильные»

Цель: Благодаря движению развивается координация мышц рук и ног.

Ожидаемый результат: Он разобрался в видах ходьбы, способах выполнения упражнений.

Срок организации:

Введение раздел:

Выстраивайтесь друг за другом.

Ходит по кругу «медведем».

Руки вверх, ходьба на кончиках ног. Руки на душе, ходьба на пятках.

Стоя в кругу. Держите руки подальше и соблюдайте дистанцию.

Главная часть:

Общеразвивающие упражнения

С погремушкой

Б.К.: «Бабочка приземлилась».

1. Ноги до плеч. Руки за спиной. Увидеть бабочку на плече. он поворачивает голову вправо, влево, говорит «приземлился». бр

Б. т.: «Движение змеи»

2. Ноги на ширине плеч, руки вытянуты к душе. Заставляет змею двигаться. вращает плечо. /повторяет 6 раз/

3. Ноги расставлены, руки в стороны, руки скрещены./6 раз/.

*Проверено
р.ф.и.ф. -*

03.09.2021

Физические упражнения (свежий воздух)

Тема: «Хожение по канату».

Цель: входит из-под верёвки с правой и левой стороны, может совершить прыжок в длину через 4-5 строп.

Ожидаемый результат: Он балансировал на бревне.

Ресурсы: веревки, бревна.

Методы: Модель 4К: командная работа, критическое мышление, дифференциация: через процесс, контроль: прямой, косвенный.

Курс НОК:

Привет.

Оно идет по кругу.

Давайте поднимем руки

Давайте похлопаем.

(хлопаем в ладоши вверх)

Давайте подпишем

Давай будем как ласточка

Хвалите детей.

Раздайте детям палочки, бегите друг за другом и встаньте в круг.

Общеразвивающие упражнения.

1. Ноги врозь, руки в стороны. Наклоните голову от правого плеча к левому плечу, влево-вправо. скажи «з-з-з». /повторить 4 раза/

2. Ноги врозь, руки в стороны, поворот вправо - влево. Каждый раз при повороте произносите «Я видел»./4 раза/.

3. Ноги раздвинуты в стороны, руки вытянуты вперед, скрещивая левую руку с правой. /повторяется 4 раза/

4. Сводит ноги вместе. Руки на лапках кролика

похоже. Прыгает на месте.

Дыхательное упражнение

Издает звук пчелы.

Базовый комплекс двигательных упражнений.

Берет мяч (маленькие мячи) и бросает его в корзину одной рукой.

Метод мониторинга: «Массовый мониторинг».

Структурированная игра:

"День и ночь"

Условия игры: Дети прыгают и бегают, когда воспитатель говорит «день».

Он засыпает, когда говорит «ночь».

Подвижная игра Косвенный контроль.

Обратная связь Он хвалит детей.

*Проверено
РФШ -*

07.09.2021

Физическая культура

Предмет: "1,5-2 минуты безостановочного бега в разном темпе».

Цель: может бежать с разной скоростью – медленным, быстрым, средним темпом в течение 1,5-2 минут без остановки.

Ожидаемый результат: бежал без остановки 1,5-2 минуты с разной скоростью – медленным, быстрым, средним темпом.

Ресурсы: Необходимые инструменты.

Методы: Модель 4К: Работа в команде.

Организационный период:

Стою в кругу, бегу.

Введение

Общеразвивающие упражнения: Ходьба на руках до 5 метров (второй ребенок держит ногу первого ребенка).

Главная часть

1,5-2 мин безостановочный бег с разной скоростью – медленный, быстрый, средний темп.

Делаем дыхательные упражнения

Заключение

Самостоятельная -игра: «Гуси и цыплята»

*Проверено
РФШ -*

10.09.2021

Физическая культура

Предмет: «Поочередная ходьба и бег трусцой»

Цель: Учится чередовать ходьбу и бег.

Ожидаемый результат: Он неоднократно учился ходить и бегать.

Структурированная игра: «Ходьба и бег»

Общеразвивающие упражнения: повороты вправо и влево с вытянутыми руками, наклон вперед, взгляд в гимнастическую стенку, удержание тонкой пластины за талией.

Организационный этап: стояние в кругу, бег.

Введение

Общеразвивающие упражнения: Повороты вправо и влево с вытянутыми вперед руками, наклон вперед, глядя на гимнастическую стенку, удерживая тонкую пластину за талией.

Главная часть

1 Повторяйте ходьбу и бег попеременно.

2. Делайте дыхательные упражнения.

Заключение

Активная игра: «Кошки и мышки».

14.09.2021

*Проверено
рэф -*

Физическая культура

Предмет: «Прыгай, бросай»

Цель: Практикуйте ходьбу, бег, прыжки и прыжки. Тренируйтесь ходить двумя цепочками в команде, идя одной цепочкой. Удерживайте оба конца короткого прыжка на гимнастической скамье, поднимите руки над головой и балансируйте на носках.
получает

Ожидаемый результат: Он практиковался в прыжках, метании и беге между объектами.

Ресурсы: необходимые вещи, мяч.

Методы: Модель 4К: работает в команде, выделяется.

Срок организации:

я п. Хождение между делами, бег. прыжки через предметы.

II стр. ЖДЖ. с прыжком

Базовый комплекс двигательных упражнений.

а) прыжки через 5-6 предметов (15-20 см) обеими ногами.

б) Прыжки через низкие предметы и бег шаг за шагом.

б) перебросить мяч друг другу.

«Кто прыгнет дальше всех»

Цель: закрепить прыжки в длину; развивать интерес к соревнованиям. Радует успехам своих товарищей.

Дыхательные упражнения.

Заключение.

*Проверено
рэф -*

16.09.2021

Физическая культура

Тема: «С друзьями»

Цель:Обучение ходить вперед и назад широким шагом, распределяя движения ног и рук в одну цепную линию. Умеет сохранять баланс. Он тренируется подбрасывать мяч и ловить его обеими руками.

Ожидаемый результат:Он сохраняет равновесие, подбрасывает мяч вверх и ловит его обеими руками.

Ресурсы:

кубики, шарики.

Методы:Модель 4К: работает в команде, выделяется.

Срок организации:

я п. Удерживая ноги и руки в цепочке, поднимая колени вверх, ходьбу на носочках и пятках, положив руки на пояс, хлопая в ладоши в ритме музыки. Чередование бега и ходьбы; ходьба вперед и назад.

II стр. Общеразвивающие упражнения

Базовый комплекс двигательных упражнений. а) немного согнуть колени, немного посидеть, пройти вперед б) Гимн – пройти на стуле, вытянуть руки в стороны, повернуться посередине на 360°.

б) Подбрасывание мяча вверх и ловля его обеими руками (7-10 раз)

Игра: «Кто первым доберется до флажка?»

Цель: сделать детей счастливыми.

III стр. Собираем ткань с помощью галстука-бабочки.

Оставляйте отзывы, хвалите

Просто иди

(маршировать)

*Проверено
руководителем*

17.09.2021

Физическая культура

Тема: «Мои любимые игры».

Цель:Перекатывание, бросок и ловля мяча, удары по мячу правой и левой рукой, бросок мяча через голову обеими руками и бросок мяча одной рукой.

Ожидаемый результат:

Он освоил навыки катания, броска и ловли мяча, удара по мячу правой и левой рукой, броска мяча через голову обеими руками и броска одной рукой.

Ресурсы:Дидактические материалы, мячи.

Методы:Модель 4К: работает в команде.

Срок организации:

«Начало игры»

Выбирается ведущий игры, который становится посреди детей, образовавших круг. Дети берутся за руки, ходят по кругу то вправо, то влево: «Давайте рядами построимся в круг, Мы идем вперед.

Оставайся на своем месте!

Давай, не стой, повтори с нами, — он останавливается и опускает руки.

Стартер игры показывает какое-то движение, дети все это повторяют.

Проверено
руки -

21.09.2021

Физическая культура

Тема: «Давайте сделаем зарядку!»

Цель: Стоит в очереди, ходит, бегает по залу, находит свое место и правильно стоит, может выполнять общеразвивающие упражнения и базовые двигательные упражнения.

Ожидаемый результат: Выполняет упражнения.

Ресурсы: Дидактические материалы, необходимые предметы, веревка.

Методы: Модель 4К: работает в команде.

Срок организации:

Введение раздел:

Стоять в очереди

Он держит тело прямо по кругу и бежит, хлопая в ладоши коленями.

Рука находится сбоку, ходит по кончику стопы, ходит по пятке. ходит, согнув колени.

Стоит в очереди

Есть 4 столбца

Общеразвивающие упражнения:

1. «Воробей полетел»

Ноги расставляем в стороны, руки вытягиваем к душе, поворачиваем голову справа налево, вверх-вниз 2. «Лестница»

Ноги расставляем в стороны, руки сближаем, 1-2 руки кладем на талию, 3-4 - на плечи, 5-6 вытягиваем вверх, 7-8 - хлопаем в ладоши. Мы повторим обратное. 5-6 р

3. «Протяни верёвку»

Ноги ставим врозь, руки на груди, 1- правая рука вытянута вверх, 2- левая рука вытянута вниз. Выполняет 3-4 движения в обратном направлении.

/повторяет 6 раз/

4. «Раскрытие цветов»

Ноги ставятся врозь. Руки вниз, стоя на цыпочках, руки вверх. (Повторяется 6 раз.)

5. «Журавль»

Соедините ноги. Согните правую ногу и подпрыгните на месте. Левая нога /10-15 секунд/

Дыхательные упражнения: вдох через нос и выдох через рот.

Свободно ходит

Он тянется руками к душе и ходит на цыпочках.

Модель 4К, творческие способности.

Дифференцирует по продукту С помощью наводящих вопросов

Базовые упражнения:

1. Ходит по кругу кончиком стопы.
2. Работает под верёвкой до цели.

Самостоятельная -игра:

"Кот и мышь"

Знакомит с условиями игры.

Работа в команде, мнение ребенка

Заключение:

Обратная связь

Вопрос ответ.

Он хвалит детей.

*Проверено
руки -*

24.09.2021

Физическая культура

1. Тема: «Играть с мячом весело».

Цель: Умеет подбрасывать мяч от пола вверх и ловить его обеими руками, поочередно ударять об пол обеими руками.

Ожидаемый результат: Он научился подбрасывать мяч с пола и ловить его обеими руками.

Ресурсы: Мяч

Методы: Модель 4К: командная работа,
Мониторит напрямую.

Срок организации:

Привет

Введение

Они выстраиваются друг за другом.

Руки вверх, ноги бегут по кругу.

Руки на душе, ходьба по пятам.

Ходит по кругу попеременным шагом, вытягивает руки и держит дистанцию.

Общеразвивающие упражнения

1. Раздвигаем ножки, делаем Буратине красивый нос. Буратино рисует носом «солнце».
/повторяет 5 раз/

2. Расставляем ноги в стороны, сжимаем кулаки и разводим руки в стороны. Правое и левое плечо поочередно поднимаются. /повторяет 5 раз/
3. Ноги расставлены врозь. Рука внизу, стоит на кончике стопы, вытягивает руку вверх. (6-й раз)
4. Стоит на месте, руки на поясе, прыгает по одному с ногами вперед.
5. Соединяет ноги вместе. Он делает свои руки похожими на кроличьи лапки и прыгает на месте. /10-15 секунд/

Дыхательные упражнения: Вдох через нос и выдох через рот. Он говорит: «Пы-угу, уу-угу, уу-угу».

4к модель, мнение ребенка

Дифференциация по продуктам. Задавайте наводящие вопросы.

4. Базовые двигательные упражнения.
1. Подбрасывает мяч с пола и ловит его обеими руками.
2. «Змея» работает среди кеглей.

Отличается по продукту, критически мыслит, мнение ребенка, работает в команде.

Самостоятельная -игра: Взбить кегили.

Возвращается в исходное положение.

Заключение Он хвалит детей.

*Проверено
руки -*

28.09.2021

Физическая культура

2. Тема: «Катание мяча с горки».
(на свежем воздухе)

Цель: Может катить мяч в прямом направлении.

Он может работать через обручи.

Ожидаемый результат: Катит мяч в прямом направлении.

Он работает через обручи.

Ресурсы: Мячи, обручи.

Метод: Модель 4К, мнение ребенка, дифференциация, управление.

Срок организации:

Вводный раздел

Встаньте в ряд.

Привет. (следовать инструкциям)

Главная часть:

Общеразвивающие упражнения:

1. Упражнения для рук и плеч:

Спина: ноги врозь, руки вниз.

а)руки вверх. б) махи в обе стороны, махи вправо. в) качается влево.

2.Упражнения для тела:

Спина: ноги врозь, руки вниз.

а) поднимает руку. б) тянется вперед. в) снимает. г) тянется обе руки к душе. д) до н.э. приходит.

3. Для ногБ.к.: стоит прямо, рука опущена.

а)поднесите обе руки к груди и слегка согните колени. б) прыгает на одном месте и тянется руками к душе. в) до н.э. приходит

Дыхательные упражнения:издавая звук гири (шш-шш-шш). Делает глубокий вдох и выдох.

Возвращается в исходное положение.

4к модель, мнение ребенка

Дифференциация по продуктам Прямой контроль

Базовые упражнения:

1 Катит мяч прямолинейно.

2. Упорно работать в Курсау.

Работа в команде, мнение ребенка

Самостоятельная -игра:

«Держи мяч»

Знакомит с условиями игры.

Он хвалит детей.

Модель 4К, мнение ребенка

Заклюшение.

Он хвалит детей

01.10.2021

Физическая культура

Тема: Поездка в парк.

Цель:Они умеют ходить по нарисованной линии, соблюдая дистанцию, не мешая друг другу.

*Проверено
Р.Б.Ш. -*

Ожидаемый результат: Он понял, как идти по нарисованной линии, сохраняя дистанцию, идя, не мешая друг другу.

Ресурсы: Дидактические материалы, мяч.

Методы: Модель 4К: командная работа,

Срок организации:

Вводный раздел

Встаньте в ряд.

Привет. (следовать инструкциям)

Главная часть:

Общеразвивающие упражнения:

1. Упражнения для рук и плеч:

Спина: ноги врозь, руки вниз.

а) руки вверх. б) махи в обе стороны, махи вправо. в) качается влево.

Упражнения для тела:

Спина: ноги врозь, руки вниз.

а) поднимает руку. б) тянется вперед. в) снимает. г) тянется обе руки к душе. д) до н.э. приходит.

3. Для ног Б.к.: стоя прямо, руки опущены.

а) поднесите обе руки к груди и слегка согните колени. б) прыгает на одном месте и тянется руками к душе. в) до н.э. приходит

Дыхательные упражнения: издавая звук гири (шш-шш-шш). Делает глубокий вдох и выдох.

Возвращается в исходное положение.

4к модель, мнение ребенка

Непосредственная дифференциация по продуктам Мониторы

Базовые упражнения:

1 Катит мяч прямолинейно.

2. Упорно работать в Курсау.

Работа в команде, мнение ребенка

Самостоятельная -игра:

Игра «Поймай мяч»:

Знакомит с условиями игры.

Он хвалит детей.

Модель 4К, мнение ребенка

Заключение

Он хвалит детей.

*Проверено
руки -*

05.10.2021

Физическая культура.

Тема: Давайте посоревнуемся.

Цель: Прогулки между кубиками

Прыжки с обруча на обруч.

Ожидаемый результат: Он ходил среди кубиков

Он прыгал с обруча на обруч.

Ресурсы: Обручи, кубики, мячики.

Методы: Модель 4К: работает в команде, выделяется.

Введение раздел: Стоит в очереди.

Удержание корпуса прямо, ходьба по кругу, прыжки, бег с прямым корпусом.

ходьба коротким и дальним шагом внутренней стороной стопы.

Поставьте 4 столбика в ряд.

Ведущий задает вопросы

Общеразвивающие упражнения

"День и ночь"

1. Ноги расставлены, руки по бокам. 1- закрываем глаза. 2- поворачиваем шею вправо и открываем глаза, 3- закрываем глаза смотря вперед, 4- поворачиваем шею влево и открываем глаза. 6 р.

«Гибкие»

2. Ноги расставлены, руки сомкнуты, 1-2 – колено правой ноги слегка согнуть вправо, 3-4 – колено левой ноги слегка согнуть влево, 6 раз.

«Птенец машет крыльями»

3. Ноги сводим вместе, руки держим на груди, 1-3 раскрываем и смыкаем ладони, 4-6 – поднимаем локти вверх-вниз, 6

"протирает зеркало"

4.Ноги ставим вместе, руки прижимаем к груди и показываем движение протирания зеркала раскрытыми 1-4 ладонями. Хлопаем 5-6 ладоней вверх. 6 р.

«Поймай бабочку»

5.Ноги врозь, руки вытянуты к душе. Прыжки ногами вместе. Поднимите руки и хлопайте. 6 р.

Справка: «Весна»

6.Соедините ноги. Руки на бедрах. 1- стоя на коленях, 2- шт.

Дыхательные упражнения:издает звук пчелы, вдыхает через нос и выдыхает через рот.

Базовые двигательные упражнения.

1. Перемещается между кубиками

2. Прыжки с обруча на обруч.

4к модель, мнение ребенка

Дифференциация по продуктам. Задавайте наводящие вопросы.

Движущая игра: «Мяч в ворота».

Заключение:

ходить по кругу. Стоять в очереди. Вопросы и ответы.Детей хвалят.

07.10.2021

*Проверено
руки -*

Физическая культура

Тема: «Игра с кубиками».

Цель:Кубики, перемещаясь между собой, могут перебрасывать мяч вперед.

Ожидаемый результат:

Дети играли в игру.

Ресурсы:Ленты, шарики, кубики.

Метод:Модель 4К, мнение ребенка, дифференциация, управление.

Срок организации:

1. Приветствие

Введение

Они выстраиваются друг за другом. По кругу марш проходит на ура. По кругу он быстро поворачивается в обе стороны. Свободно ходит по кругу, в 1 шеренгу. /стоя в ряд, возьмите из корзины две ленты/4 лека (столбика) стоят из 1 ряда.Соблюдайте дистанцию, вытянув руки

Общеразвивающие упражнения

1.Ноги длиной до плеч. Держит тело в вертикальном положении. Лента находится ниже. Поверните голову вправо, опустите подбородок к плечу и сделайте подбородком дугу, медленно поднимите голову и опустите ее – поднимите. /Повторяется 4 раза./

2.Ноги расставляются врозь, ленту в правой руке меняют, взмахивая ею вверх, а в левой – вниз. /5р/

3.Ноги на ширине плеч, ленты сомкнуты, встать прямо, ноги держать слегка раздвинутыми от уровня плеч, талию держать внешней стороной ладони и сделать туловищем полукруг.5р.

4.Встаньте на четвереньки, согните руки и ноги и напишите.6 р.

5.Ноги врозь, ленты надеты; Март 8 раз, прыжки 10 раз.

Дыхательные упражнения:

«Подуй мячик в ладонь»

4к модель, мнение ребенка

Дифференциация по продуктам. Мониторинг по наводящим вопросам.

Базовый комплекс двигательных упражнений.

1. Кубики, ходит между ними 2. Бросает мяч вперед

Дифференциация по продукту Структурированная самостоятельная -игра:

«Волк и кролики»

Цель: Дети учатся скорости и ловкости.

4к модель, мнение ребенка

Стоим в очереди, идем в разные стороны, стоим в длину. Вопрос ответ. Он хвалит детей.

08.10.2021

Физическая культура

Тема: «Уметь преодолевать препятствия».

Цель: Он подбрасывает мяч с пола и ловит его обеими руками. «Змея» может работать среди кеглей.

Ожидаемый результат: Он ловил мяч обеими руками и работал как змея между боулерами.

Ресурсы: Мячи, кегли.

*Проверено
руководителем*

Метод: Модель 4К, мнение ребенка, дифференциация, управление.

Организационный период:

Привет

Введение Они выстраиваются друг за другом. По кругу марш проходит на ура. По кругу он быстро поворачивается в обе стороны. Свободно ходит по кругу, в 1 шеренгу. /стоя в шеренге взять две ленты из корзины/4 лека (столбика) из 1 шеренги. Вытягивает руки и держит дистанцию

Общеразвивающие упражнения

1. Ноги длиной до плеч. Держит тело в вертикальном положении. Лента находится ниже. Поверните голову вправо, опустите подбородок к плечу и сделайте подбородком дугу, медленно поднимите голову и опустите ее – поднимите. /Повторяется 4 раза./

2. Ноги расставляются врозь, ленту в правой руке меняют, взмахивая ею вверх, а в левой – вниз. /5р/

3. Ноги на ширине плеч, ленты сомкнуты, встать прямо, ноги держать слегка раздвинутыми от уровня плеч, талию держать внешней стороной ладони и сделать туловищем полукруг. 5р.

4. Встаньте на четвереньки, согните руки и ноги и напишите. 6 р.

5. Ноги врозь, ленты надеты; Он марширует 8 раз, прыгает 10 раз.

Дыхательные упражнения: Вдохните через нос и выдохните через рот. Он говорит: «Пы-угу, уу-угу, уу-угу».

4к модель, мнение ребенка

Дифференцирует по продуктам. Мониторит по наводящим вопросам.

Упражнение с базовым диапазоном движений

1. Он подбрасывает мяч с пола и ловит его обеими руками.

2. Среди боулера работает «змея».

Дифференциация продукта, критическое мышление, мнение ребенка, работа в команде

Самостоятельная -игра: Ударить Кегели.

Вернитесь в исходное положение.

Заключение

Он хвалит детей.

*Проверено
руководителем*

12.10.2021

Физическая культура

Тема: «Давай попрыгаем как заяц» (на свежем воздухе)

Цель: Учится прыгать в длину с одного места.

Ожидаемый результат: Он научился прыгать в длину с одного места.

Ресурсы: Умершие материалы

Метод: Модель 4К, мнение ребенка, дифференциация, управление.

Срок организации:

Вводный раздел

Стоит в ряд.

Привет. (следовать инструкциям)

Главная часть:

Общеразвивающие упражнения

Б.к.: «Ложу птичку»

1. Ноги до плеч. Флаг держится высоко. Наклоняет флаг и поворачивает голову вправо-влево. /повторить 4 раза/

Ссылка: «Качели»

2. Ноги врозь, флажки вниз. Флагами не размахивают взад и вперед. /5 раз/

См. также: «Кто быстрее»

3. Расставив ноги в стороны, сидя вытягивает флажок вперед, стоя поднимает его вверх.

Б. .: «Звездочка»

4. Держит ноги вместе, а тело прямым. Флаг находится на талии. Он прыгает на месте и к душе протягивает флаг

См. Также: «Забавный флаг».

5. Расставьте ноги в стороны, поднимите флажки вверх и подпрыгните.

Метод прямого наблюдения

Дыхательные упражнения: «Домик» — стоя прямо, ноги расставив, руки поднимая над головой, соединяя их «домиком», вдох, опускание рук, отпускание туловища и выдох.

Базовые упражнения:

1 Прыжки с коротким прыжком

2. Кидают мяч друг другу снизу,

Структурированная самостоятельная -игра: Машинки и Воробьи

Цель: Дети учатся ходить, бегать и защищаться.

4к модель, мнение ребенка

Заключение:

Идет по кругу в одну линию. /кладет флаги в корзину/ Марширует. «Кружение» — беготня, держась за руки.

*Проверено
руки -*

15.10.2021

Физическая культура**Тема: «Кто быстрее?»**

Цель: Можно бросить в мишень в сумке. Может подняться на гимнастическую стенку.

Ожидаемый результат: Он швырнул сумку в цель. Он смог подняться на гимнастическую стенку.

Резус: Спортивное оборудование.

Методы: модель 4К, контроль посредством наводящих вопросов.

Срок организации:

Привет.

Оно идет по кругу.

Он следует за учителем, бежит.

Общеразвивающие упражнения:

На боку: ноги слегка раскрыты, кубики держит на груди. 1. Поднимает кубики в руках вверх. 2. Наклоняется вправо с кубиками в обеих руках. 3. В сторону. 4. Наклоны влево с кубиками в двойной руке 5. Б.к. Б.к.: основное положение, рука вниз. 1. Держит кубики вперед. 2. Стоит. 3. Б.к. 3. Упражнения для мышц ног: Б.к.: ноги вместе, удерживая кубики на груди. 1. Прыжки вперед двумя ногами. 2. Прыжки назад двумя ногами. 3. Б.к. Дыхательные упражнения: -встает; -ноги на ширине плеч; -поднимает кубики вверх (вдох); -выдувает кубики в обе руки (выдох).

Модель 4К, мнение ребенка

Базовый комплекс двигательных упражнений:

1. Броски в мишень в мешке.
2. Вздвигается на гимнастическую стенку.

4к модель, мнение ребенка

Дифференцирует по продуктам. Мониторит по наводящим вопросам.

Структурированная самостоятельная -игра:

«Птицы и кошки»

Знакомит с условиями игры

Метод контроля: «Массовый контроль

Заключение:Он хвалит детей.

*Проверено
РФМФ -*

19.10.2021

Физическая культура

Тема: «Соблюдаем правила дорожного движения».

Цель:Они умеют ходить по нарисованной линии, соблюдая дистанцию, не мешая друг другу.

Ожидаемый результат:Они научились ходить по нарисованной линии, соблюдая дистанцию, не мешать друг другу.

Резус:Мячи, обручи.

Методы:Модель 4К, управление, мнение ребенка.

Срок организации:

Вводный раздел

Встаньте в ряд.

Привет. (следовать инструкциям)

Главная часть:

Общеразвивающие упражнения:

1.Упражнения для рук и плеч:

Спина: ноги врозь, руки вниз.

а)руки вверх. б) махи в обе стороны, махи вправо. в) качается влево.

Упражнения для тела:

Спина: ноги врозь, руки вниз.

а) поднимает руку. б) тянется вперед. в) снимает. г) тянется обе руки к душе. д) до н.э. приходит.

3. Для ногБ.к.: стоя прямо, руки опущены.

а)поднесите обе руки к груди и слегка согните колени. б) прыгает на одном месте и тянется руками к душе. в) до н.э. приходит

Дыхательные упражнения:издавая звук гири (шш-шш-шш). Делает глубокий вдох и выдох.

Возвращается в исходное положение.

4к модель, мнение ребенка

Непосредственная дифференциация по продуктам Мониторы

Базовые упражнения:

1 Катит мяч прямолинейно.

2. Упорно работать в Курсау.

Работа в команде, мнение ребенка

Самостоятельная -игра:

Игра «Поймай мяч»:

Знакомит с условиями игры.

Он хвалит детей.

Модель 4К, мнение ребенка

Заклюшение

Он хвалит детей.

*Проверено
руки -*

21.10.2021

Физическая культура

Тема: «Мы весёлые дети».

Цель:Умеют прыгать коротким прыжком. Умеют бросать мяч друг другу снизу.

Ожидаемый результат:Прыжки коротким прыжком.Бросают мяч друг другу снизу.

Ресурсы:Короткие прыжки, мячи.

Метод:Модель 4К, мнение ребенка, дифференциация, управление.

Вводный раздел

Стоит в ряд.

Привет. (следовать инструкциям)

Главная часть:

Общеразвивающие упражнения

Б.к.: «Ложити птичку»

1.Ноги длиной до плеч. Флаг держится высоко. Наклоняет флаг и поворачивает голову вправо-влево. /повторить 4 раза/

Ссылка: «Качели»

2.Ноги врозь, флаги опущены. Флагами не размахивают взад и вперед. /5 раз/

См. также: «Кто быстрее»

3.Держа ноги врозь, сидя вытягивает флаг вперед, стоя поднимает его вверх.

Б. .: «Звездочка»

4.Ноги держит вместе, корпус прямой. Флаг находится на талии. Он прыгает на месте и к душе протягивает флаг

См. Также: «Забавный флаг».

5.Разведите ноги в стороны, поднимите флажки вверх и подпрыгните.

Метод прямого наблюдения

Дыхательные упражнения:«Домик» — стоя прямо, ноги расставив, руки поднимая над головой, соединяя их «домиком», вдох, опускание рук, отпускание туловища и выдох.

Базовые упражнения:

1 Прыжки с коротким прыжком

2. Кидают мяч друг другу снизу,

Структурированная самостоятельная -игра: «Кто первый?»

Цель:Учится ловкости.

4к модель, мнение ребенка

Заключение:

Он марширует.

*Проверено
Р.Ф.И.Ф. -*

22.10.2021

Физическая культура

Тема: «Бросание мяча двумя руками».

Цель. Он умеет ходить по ограниченной плоскости, сохраняя равновесие. Умеет бросать мяч обеими руками в разных положениях.

Ожидаемый результат: Бросает мяч обеими руками в разные позиции.

Ресурс: мяч, короткая веревка, спортивная скамья, цветы.

Методы: модель 4К, мнение ребенка, дифференциация, контроль.

Ход образовательной деятельности:

Дети выстраиваются в ряд.

Привет.

Мы дружелюбные дети.

Мы будем как мальчики.

(Поднимая колени и прижимая руки к душе)

1, 2, 3 – вытягиваем руки вверх,

Мы можем пойти в одну сторону. (Руки вверх).

Давай сгорим цветами,

Сияй, как солнце (Медленный бег)

таксономия Блума,

косвенный контроль.

Общеразвивающие упражнения:

Упражнения для мышц рук и плеч:

"Качать"

Встает в исходное положение, ноги врозь, руки опущены.

Руки вверх.

Качается в обе стороны, вправо.

Качается влево. Б;К

Упражнения для мышц тела:

«Директор»

Б.к.: базовая поза, рука вниз.

Поднимая цветы в руки.

Потянитесь вперед.

«Сжать-открыть»

Б.к.. ноги врозь, руки внизу.

Подносит цветы обеими руками к груди.

Он протягивает обе руки к душе. БК придет.

3. Упражнения для мышц ног:

Б.к.: стоя прямо, руки опущены.

Он подносит обе руки к груди и сгибает колени.

Он прыгает на одном месте и протягивает цветок. БК придет.

Дыхание:

«Запах прекрасного цветка»

4к модель, мнение ребенка

Дифференцирует по продуктам. Мониторит по наводящим вопросам.

Базовые двигательные упражнения:

-1. Бросает мяч в вертикальную мишень с расстояния 2 м.

-2. Он ходит по гимнастической скамейке, опираясь на руки и ноги («мишка»).

-3. Прыжки с короткой веревки.

Работа в команде, Таксономия Блума, непосредственный контроль.

Экстремальная игра:

Игра «Заяц и волк».

Отражение

-Анализирует результаты организованной учебной деятельности:

- Какие упражнения мы делали?

- Он помнит движения, которые играл и отрабатывал с детьми.

*Проверено
руководителем*

26.10.2021

Физические упражнения (свежий воздух)

Предмет: "Пройти через обруч"

Цель: пройти через обруч, сгруппировав правую и левую стороны, не касаясь пола или края обруча.

Ожидаемый результат: с внутренней стороны обруча, сгруппированные с правой и левой стороны прошедший.

Ресурсы: Наглядные материалы по теме.

Методы: модель 4К, мнение ребенка, различает, работает в команде, наблюдает, метод группировки.

Прогресс НОК:

Структурированная игра: "Гибкий"

Организационный период: стоим в кругу, бежим.

Введение

Общеразвивающие упражнения: Двое детей делают это в парах: первый ребенок кладет руку на затылок и садится (5-6 раз);

Главная часть

1. Не касаясь земли, края обруча, пройти сквозь обруч, сгруппировав правую и левую стороны. 2. Делайте дыхательные упражнения.

Заключение

Самостоятельная -игра: "Кот и мышь"

*Проверено
руки -*

29.10.2021

Физическая культура

Предмет: «Основные движения»

Цель: Ноги врозь, руки на поясе, плечи можно поднимать и опускать.

Может подняться на гимнастическую стенку.

Ожидаемый результат: Ноги врозь, руки на талии, плечи вверх и вниз.

Лазание по гимнастической стенке.

Ресурс: Гимнастическая стенка, мячи.

Методы: Модель 4К, мнение ребенка, дифференциация, контроль, работа в команде.

Прогресс НОК.

Он приветствует детей

Ходит и бежит по кругу.

Есть 4 ряда.

Общеразвивающие упражнения:

1. Ноги врозь, руки на поясе, повороты головы вправо и влево совершают полный поворот.

2. Ноги врозь, руки на талии, плечи вверх-вниз.
3. Ноги вместе, руки вверх, правая нога назад. Б. придет
4. Ноги вместе, становится на колени, руки на поясе, откидывается назад и возвращается в исходное положение.
5. Сидя, ноги вместе, руки опираются на пол, приподнимает грудь.
6. Сидя, ноги вместе, глядя по очереди, делает очки.
7. Лежа на груди поднимает руки и ноги. Птица делает жест.
8. Выполняет дыхательную гимнастику.

Упражнение с базовым диапазоном движений.

1. Лазание по гимнастической стенке.
2. Он ударяет мяч об пол и ловит его.

4к модель, мнение ребенка

Отличается по содержанию

Таксономия Блума

Самостоятельная -игра.«Кто первый?»

Знакомит с условиями игры.

Модель 4К, мнение ребенка, прямое управление.

Заключение:

Он хвалит детей.

02.11.2021

*Проверено
РФМФ -*

Физическая культура

Тема: «Обучение в кружках»

Цель: Он может держать тело прямо и ходить по кругу.

Ожидаемый результат: Он держал тело прямо и ходил по кругу.

Ресурсы: Мяч, лента

Метод: 4К, мнение ребенка, не прямое управление, командная работа.

НОК прогресс:

1. Приветствую.

Они выстраиваются друг за другом. Держит тело в вертикальном положении.

Он держит тело прямо и ходит по кругу.

Рука уходит в сторону, на внешнюю сторону ноги.

«Пингвин» — ходит коротким и широким шагом внутренней стороной стопы.

Он идет по кругу.

Стоит вдоль круга. (по очереди убираем палочки со стола)

Он вытягивает руки и держит дистанцию.

Прямое наблюдение, таксономия Блума.

Общеразвивающие упражнения.

Липкий

См.: «Часы»

1. Ноги врозь, упор на пояс. Произносятся слово «тик-так», он двигает головой вправо и влево. /повторяется 6 раз/

Б. город: «Водовоз»

2. Ноги расставлены, палка на плечах, плечи по очереди подняты.

/повторить 6 раз/

См.: «Водопад».

3. Ноги врозь, вытягивая палку вверх, наклоны справа налево, слева направо. /повторяет 6 раз/

Справка: «Набираемся с силами»

4. Ноги расставлены врозь, палка возле груди. Он поднимает и опускает палку. /повторяет 6 раз/

Б.к.: «Вожделение мотоцикла»

5. Раздвиньте ноги, прижмитесь к груди; скажем, он водит мотоцикл (пой-пой-пой). Это происходит в одном месте. (15-20 секунд).

Вывод: одна линия идет по кругу /положите палочки на стол/. Он марширует.

Дыхательные упражнения: «Кукушка» – стоя прямо, ноги расставив, руки на талии, вдох постепенный, выдох со звуком «Ку-ку, Ку-ку», наклон туловища вперед.

Дифференциация по содержанию, систематика Блума, косвенные наблюдения, мнение ребенка.

Вернитесь в исходное положение.

Основные двигательные упражнения: 1. Перекатывать мяч друг к другу, сидя на земле.

2. Балансирует на ленте шириной 5-7 см.

Работа в команде, критическое мышление, прямое наблюдение, мнение ребенка.

Самостоятельная -игра: «Какая команда быстрее всех собирает мячи?»

Кортыного знакомят с условиями игры.

Он хвалит детей

*Проверено
руки -*

04.11.2021

Физическая культура

Тема: «Сохранение баланса».

Цель: Он умеет перекатывать мяч друг другу, сидя на земле, и удерживать равновесие по ленте шириной 5-7 см.

Ожидаемый результат: Он умел перекатывать мяч друг другу, сидя на земле, и сохранять равновесие по ленте шириной 5-7 см.

Ресурсы: мяч, лента.

Методы: 4К, мнение ребенка, не прямое наблюдение, командная работа.

Курс НОК:

1. Приветствую.

Выстраивайтесь друг за другом. Удержание тела в вертикальном положении.

Удерживая тело прямо, ходим по кругу.

Руки в стороны, ходьба по внешней стороне стоп.

«Пингвин» — короткий и широкий шаг внутренней стороной стопы.

Маршируем по кругу.

Стоя в кругу. (по очереди убираем палочки со стола)

Держите руки подальше и соблюдайте дистанцию.

Прямое наблюдение, таксономия Блума.

Общеразвивающие упражнения.

Липкий

См.: «Часы»

1. Ноги врозь, упор на пояс. Произносятся слово «тик-так», двигая головой вправо и влево.
/повторить 6 раз/

Б. город: «Водовоз»

2. Ноги расставить в стороны, опереться на плечи, поочередно поднимая плечи.

/повторить 6 раз/

См.: «Водопад».

3. Ноги врозь, вытянуть палку вверх, сгибать справа налево, слева направо. /повторить 6 раз/

Справка: «Набираемся с силами»

4. Ноги расставлены врозь, палка возле груди. Поднимите и опустите палку. /повторить 6 раз/

Б.к.: «Вождение мотоцикла»

5. Раздвиньте ноги, прижмитесь к груди; скажем, водить мотоцикл (пой-пой-пой).
Прогулка в одном месте. (15-20 секунд).

Заключение:

ходить по кругу в один ряд /положить палочки на стол/ . Марширующий.

Дыхательные упражнения: «Кукушка» – стоя прямо, ноги расставив, руки на талии, вдох постепенный, выдох со звуком «Ку-ку, Ку-ку», наклон туловища вперед.

Дифференциация по содержанию, таксономия Блума, не прямой контроль, мнение ребенка.

Вернитесь в исходное положение.

Основные двигательные упражнения: 1. Перекачивание мяча друг к другу, сидя на земле.

2. держать баланс на ленте шириной 5-7 см.

Работа в команде, критическое мышление, непосредственное наблюдение, мнение ребенка.

Активная игра: «Какая группа быстрее всех собирает мячи?»

Знакомство с условиями игры

Заключение. Хвалите детей

найти сходство.

*Проверено
Р.Ф.И.Ф. -*

05.11.2021

Физические упражнения (свежий воздух)

Предмет: "Пройти через обруч"

Цель: пройти через обруч, сгруппировав правую и левую стороны, не касаясь пола или края обруча.

Ожидаемый результат: с внутренней стороны обруча, сгруппированные с правой и левой стороны прошедший.

Ресурсы: Наглядные материалы по теме.

Методы: модель 4К, мнение ребенка, различает, работает в команде, наблюдает, метод группировки.

Прогресс НОК:

Структурированная игра: "Гибкий"

Организационный период: стоим в кругу, бежим.

Введение

Общеразвивающие упражнения: Двое детей делают это в парах: первый ребенок кладет руку на затылок и садится (5-6 раз);

Главная часть

1. Не касаясь земли, края обруча, пройти сквозь обруч, сгруппировав правую и левую стороны. 2. Делайте дыхательные упражнения.

Заключение

Самостоятельная -игра: "Кот и мышь"

Он следует за учителем, бежит

Он слушает сигнал учителя и ходит по кругу. Ходьбу заменяют легким бегом а) ходьбой на цыпочках. б) ходит на каблуках. в) ходит на внешней стороне стопы. г) ходит на внутренней стороне стопы г) прыгает как кролик

Прямое наблюдение, таксономия Блума.

Общеразвивающие упражнения:

1. Левая рука поворачивает голову на 1-4 вправо, на 5-8 влево.
2. Б. Поворот обеих рук на плечах 1-4 вперед, 4-8 назад.
3. Б. Правая рука вверх, левая рука вниз. 1-4 тянуть правую руку назад, 5-8 – левую.
4. Б. правая рука вверх, левая рука на поясе. 1-2-3 берем тело влево – 4 п.п. 1-2-3 смена рук и поворот в правую сторону – 4 шт.
5. Обе руки на талии. 1-4 поворота талии вправо, 5-8 поворотов влево.
6. Б. обе руки на талии, ноги на ширине плеч. 1-прикоснуться обеими руками к правой ноге, 2-к средней, 3-к левой ноге, 4-к правой ноге
7. Б. обеими руками на поясе, 1-4 прыжка на правой ноге, 1-4 на левой ноге, 1-4 прыжка двумя ногами.

Дыхательное упражнение

«Давай взорвем руки»

4к модель, мнение ребенка

Ведущий задает вопросы

Базовый комплекс двигательных упражнений.

1. Кубики, ходит между ними 2. Бросает мяч вперед
командная работа.

Самостоятельная -игра:

«Лиса в курятнике»

Знакомит с условиями игры

Массовая наблюдательность, критическое мышление, мнение ребенка.

Отражение

Вопрос есть ответ

Мнение ребенка

Он хвалит детей

09.11.2021

*Проверено
РФМФ -*

Физическая культура

Тема: «Хожение по канату».

Цель: Он умеет ходить прямо по тонкой веревке, положив руки на пояс, и ходить по гимнастической доске.

Ожидаемый результат: Он шел прямо по тонкой веревке, положив руки на пояс, и шел по гимнастической доске.

Ресурс: Веревка, гимнастические доски.

Методы: модель 4К, мнение ребенка, наблюдает разницу.

Курс НОК:

/с кассетой, музыкой/

Введение раздел:

Они выстраиваются друг за другом. Держит тело в вертикальном положении.

Он ходит по кругу с предметами в разных положениях: кладет руки на талию, передает их в обе стороны, удерживает назад.

Они бегут парами по кругу, сохраняя тело в вертикальном положении.

Свободно ходит по кругу

Состоит из 1 строки.

Он состоит из 1 строки и 4 ссылок. /достаю из корзины две ленточки, стоя в очереди/

Он вытягивает руки и держит дистанцию.

Прямое наблюдение, таксономия Блума.

Главная часть:

Общеразвивающие упражнения. Лентамен

См. также: «Поворот головы»

1. Ноги до плеч. Удерживая корпус прямо, лента опущена вниз, нужно встать, руки держать на талии, повернуть голову вправо, а затем в следующую сторону на счет 1-2-3-4. /Повторяется 5 раз./

Ссылка: «Круг»

2. Когда лента в правой руке будет считаться на 1-2 с расставленными ногами, сделать сначала широкие круги в обе стороны, затем вперед, снова в обе стороны, затем назад; 3-4 вперед. /Повторяется 5 раз./

См.: «Скрыть ленту».

3. Ноги на ширине плеч, ленты близко, наклон вперед и вытягивание лент назад означает «прячусь», лежа на спине и вытянув руки вперед говорит «туда и там». /Повторяется 5 раз./

Б.к.: «Вверх и вниз»

4. Разведите ноги в стороны, ленты в руках. Растягивание ленты вверх означает «выше», а опускание – «внизу».

/Повторяется 6 раз./

Б. в.: «Вешаем ленточку»

5. Он становится на колени, раздвинув ноги. Ленты ниже. Вставание, поднятие ленты вверх и движение, подвешивающее ленту, называется «подвешиванием».

/повторяет 6 раз/

Б.к.: «Балерина»

6. Он ставит ноги вместе. Ленты живые. 1- поднимает правую ногу вправо, поднимает левую руку. 2-й шт. 3- поднимая левую ногу влево, поднимает правую руку.

(повторить 6 раз)

См. также: «Смешные ленты»

7. Раздвиньте ноги, тейпы включены; подпрыгивает с поднятием ноги.

(10-15 секунд)

Заключение:

Идет по кругу одним рядом из 4 звеньев. /кладет ленточки в корзину/ ходит по кругу. Марширует.

Дыхательные упражнения: Петух машет крыльями. Отпускаем руки и встаем прямо. Поднимаем руки вверх, держим их по бокам, кладем на бедра и хлопаем крыльями. Вдыхает и называет «ку-ка-ре-ку».

вдыхает через нос и выдыхает через рот.

Возвращается в исходное положение.

Таксономия Блума, критическое мышление, мнение ребенка.

Упражнение с базовым диапазоном движений

1. ходит и бегает среди вещей.

2. Он идет прямо по тонкой веревке, положив руки на талию.

4к модель, мнение ребенка

Ведущий задает вопросы

Самостоятельная -игра: Лисица и детеныши

Знакомит с условиями игры

Критическое мышление, работа в команде.

Заключение.

Он хвалит детей

*Проверено
руководителем -*

12.11.2021

Физическая культура

Тема: «Прыжки в длину».

Цель: Может прыгать вперед на большие расстояния, сидя на большом резиновом мяче. Умеет бросать мяч с расстояния 2,3 м в вертикальную мишень правой и левой рукой.

Ожидаемый результат: метание мяча правой и левой рукой по вертикальной мишени с расстояния.

Ресурс: Мяч, кубик, кегли, флажки.

Методы: модель 4К, мнение ребенка, дифференциация, наблюдение.

Курс НОК:

1. Приветствие детей.

Игра «Поезд».

Детям показывают мячи в большой корзине. Мячи передаются самим детям, они гоняют один за другим и становятся в круг.

2. Общеразвивающие упражнения:

С флагом.

1. Б.к. н.т. флаг внизу, 1-й флаг впереди; 2- флаг сверху; 3- флажок находится сбоку; 4-век приходит (6 раз)

2. Б.к.н.т. флаг находится внизу; 1- сделать шаг вперед правой ногой, флажок в сторону; 2-й шт. приди.Повторяет левой ногой.(6-7 раз)

3. Б.к. сидя на полу, флажок перед грудью; 1- наклоняется вперед и подносит флажок к правой и левой ноге; 2-й шт. Прибытие. (6-8 раз)

4. Б.к. становится на колени, знамя находится перед грудью, поворачивается вправо, влево, растягивает знамя в стороны; 2-й шт. приходит (8 раз)

5. Б.к. н.т. флаг находится внизу; 1-2- сидим и вытягиваем флаг вперед; 3-4 шт. приходит (6-7 раз)

6. Б.к.н.т. флаг находится внизу; 1- прыгает, держит ноги врозь, растягивает флаг из стороны в сторону; 2-й шт. приди.(повторяется 1-8 раз по 3 раза)

Дыхательные упражнения: издайте звук гири. Делает глубокий вдох и выдох.

Возвращается в исходное положение.

Прямое наблюдение, дифференцированное по продукту, таксономия Блума.

Базовый комплекс двигательных упражнений:

1. Он садится на большой резиновый мяч и прыгает вперед вдаль.

2. Прыжки через кубики, кегли.

Непосредственное наблюдение, критическое мышление, мнение ребенка.

Самостоятельная -игра:

«Кошки-мышки» знакомят с условиями игры

Модель 4К, мнение ребенка.

Заключение.

Он хвалит детей

16.11.2021

*Проверено
РФМФ -*

Физическая культура

Предмет: "Движения, выполняемые при ходьбе по прямой»

Цель:учится поворачиваться влево и вправо на одном месте и в движении, в ряду - руки вперед, при ходьбе по линии и совершении круга - стоять прямо, вытянув руки в стороны. Ожидаемый результат: стоя на одном месте и в движении, поворачиваясь вправо, влево, в ряд – руки вперед, при ходьбе по линии и образуя круг – стоя прямо с вытянутыми в стороны руками.

Ресурсы:Визуалы по теме.

Методы:Модель 4К, мнение ребенка, различает, работает в команде, наблюдает.

Организационный период: стоим в кругу, бежим. . Введение

Общеразвивающие упражнения:Работа лёжа с помощью рук до 3 метров.

Главная часть

1. На одном месте и в движении повороты вправо и влево, в ряду - руки вперед, при ходьбе по линии и составлении круга - стоя прямо, вытянув руки в стороны. 2. Делайте дыхательные упражнения.

Структурированная игра: «Постройся в ряд».

Заключение

Экшен-игра: «Лягушки»

*Проверено
РФМ -*

18.11.2021

Физическая культура.

Тема: «Виды труда»

Цель: Работая на четвереньках под канатом к цели,

может ходить по наклонной доске.

Ожидаемый результат: много работать

шел по наклонной доске.

Ресурсы: мяч, лук, корзина.

Методы: модель 4К, мнение ребенка, командная работа.

Курс организованной образовательной деятельности.

1. Встаньте в ряд.

2. Поздороваться.

(Следовать инструкциям)

«Лесные звери»

1. «Мишка»

Он кладет руки на талию и (жественно) твердо ходит на ногах.

2. «Лиса»

Он прижимает руку к душе и идет одной шеренгой

3. «Кожек»

Он сгибает руки перед грудью и прыгает на двух ногах.

4. «Волк»

Медленный бег, быстрый бег.

Общеразвивающие упражнения:

1. Упражнения для мышц рук и плеч.

Б.к.: стоит прямо, держит мяч обеими руками.

1. Вытягивает мяч вперед.

2. Касается мяча правым плечом.

3. Вытягивает мяч вперед.

4. Касается мяча левым плечом.

5. Б. к. приходит

2. Упражнения для мышц тела:

Вид сбоку: слегка раскрыт между ног, рука опущена.

1. Поднимает обе руки.

2. Наклоняется вперед и потягивается.

3. Обе руки подведены к груди.

4. Б. к. приходит

Б. К.: сидит, вытянув ноги вперед.

1. Поднимает мяч обеими руками.

2. Касается колена.

3. Б. к. приходит

Он держит мяч в руках.

Мяч вытянут вперед и касается правого и левого плеча.

3-4 раза

Он поднимает руки вверх и вытягивает их вперед

3-4 раза

Он поднимает мяч вверх и касается колена.

3-4 раза.

3. Упражнения для мышц ног:

1. Он держит мяч возле груди.

2. Прыгает вперед..

3. Отпрыгивает назад.

4. Б. к. приходит

Дыхание:

- поднять мяч вверх обеими руками, расставив ноги (вдохнуть воздух);

- коснуться мяча коленом (выдох).

Наблюдает. Масса

Упражнение с базовым диапазоном движений

1. Учится прыгать в корзину, стоящую на земле.

2. Работает под арками.

Самостоятельная -игра:

Игра «Кто первый»:

1. Знакомит с условиями игры

Наблюдает. Косвенно

Заключение:

Обратная связь

Он хвалит детей

19.11.2021

*Проверено
руки -*

Физическая культура

Предмет: "Движения, выполняемые при ходьбе по прямой»

Цель:учится поворачиваться влево и вправо на одном месте и в движении, в ряду - руки вперед, при ходьбе по линии и совершении круга - стоять прямо, вытянув руки в стороны.
Ожидаемый результат: стоя на одном месте и в движении, поворачиваясь вправо, влево, в ряд – руки вперед, при ходьбе по линии и образуя круг – стоя прямо с вытянутыми в стороны руками.

Ресурсы: Тематический спортивный инвентарь.

Методы: парная работа, массовый контроль

Организационный период: стоим в кругу, бежим.

Введение

Общеразвивающие упражнения: Работа лёжа с помощью рук до 3 метров.

Главная часть

1. Стоя на одном месте и в движении, поворачиваясь вправо и влево, в ряд – руки вперед, при ходьбе по линии и описывании круга – стоя с вытянутыми в стороны руками.

2. Делайте дыхательные упражнения.

Структурированная игра: «Постройся в ряд».

Заключение

Экшен-игра: «Лягушки»

Проверено
РЭМ -

23.11.2021

Физическая культура

Предмет: "Действия, выполняемые при ходьбе по строю» Цель: при ходьбе по строю и совершении круга – встать прямо, вытянув руки в стороны; учиться поворачиваться вправо, влево, поворачиваться стоя. Ожидаемый результат. стоя в очереди и совершая круг – стоя прямо с вытянутыми руками; повернулся направо, налево и обернулся на том месте, где стоял. Структурированная игра: ""

Организационный этап: стояние в кругу, бег.

Введение

Общеразвивающие упражнения: Работа лёжа с помощью рук до 3 метров. Главная часть

1. При проведении линии и оформлении круга – стоя прямо, вытянув руки; повороты вправо, влево и повороты в положении стоя. 2. Делайте дыхательные упражнения.

Заключение

Самостоятельная -игра: «Волк и Лисица».

Проверено
РЭМ -

26.11.2021

Физическая культура

Предмет: "Улыбайтесь в ритме музыки»

Цель: Он делает движения в разном темпе в соответствии с ритмом музыки. Ожидаемый результат: продемонстрированы движения различных животных, птиц, домашних животных в соответствии с ритмом музыки.

Ресурсы: Наглядные материалы, картинки по теме.

Метод: 4К, мнение ребенка,

**Контроль различает,
массово.**

Организационный период: стоим в кругу, бежим. . Структурированная игра: «Двигайся в такт музыке».

Введение

Общеразвивающие упражнения: Вытяните руки вперед и сядьте и встаньте 6–7 раз подряд. Главная часть

1. Показывать движения различных животных, птиц, домашних животных в ритме музыки.

2. Делайте дыхательные упражнения.

Заключение

Самостоятельная -игра: «Волк и Лисица».

Проверено
Р.Шиф -

30.11.2021

Физические упражнения (на свежем воздухе)

Тема: Давайте учиться, играя в футбол.

Цель:Проявляйте самостоятельность и инициативу при организации знакомых игр с небольшой группой сверстников.**Прямое наблюдение, таксономия Блума.**

Главная часть:

Общеразвивающие упражнения. Лентамен

См. также: «Поворот головы»

1. Ноги до плеч. Удерживая корпус прямо, лента опущена вниз, нужно встать, руки держать на талии, повернуть голову вправо, а затем в следующую сторону на счет 1-2-3-4. /Повторяется 5 раз./

Ссылка: «Круг»

2. Когда лента в правой руке будет считаться на 1-2 с расставленными ногами, сделать сначала широкие круги в обе стороны, затем вперед, снова в обе стороны, затем назад; 3-4 вперед. /Повторяется 5 раз./

См.: «Скрыть ленту».

3. Ноги на ширине плеч, ленты близко, наклон вперед и вытягивание лент назад означает «прячусь», лежа на спине и вытянув руки вперед говорит «туда и там». /Повторяется 5 раз./

Б.к.: «Вверх и вниз»

4. Разведите ноги в стороны, ленты в руках. Растягивание ленты вверх означает «выше», а опускание – «внизу». .

Ожидаемый результат:проявил самостоятельность и инициативу в организации знакомых игр

Проверено
Р.Шиф -

02.12.2021

Физическая культура.

Предмет: "Постукивание ногами в ритм музыки».

Цель:Он может попеременно ставить ногу на пятку и группировать ее.

Ожидаемый результат. Под ритм музыки поочередно ставят ноги на пятку. Структурированная игра: «Движение в ритме музыки» Организационный этап: стоя в кругу, бег.

Введение **Общеразвивающие упражнения:** Сидя, ноги попеременно вперед и в стороны; сжимание и перемещение мелких предметов пальцами ног. Главная часть

1..Постановка ног на пятки поочередно в ритм музыки.

2. Делайте дыхательные упражнения.

Заключение

Активная игра: «Верховая езда».

*Проверено
руководителем*

03.12.2021

Физическая культура

Тема: «Если ты сильный, ты будешь сильным».

Цель: Мышцы плеч, рук и ног развиваются за счет поддержания равновесия и укрепления мышц рук и ног, совершения новых типов движений. Во время тренировки он умеет правильно держать тело и ориентироваться глазами.

Ожидаемый результат: Во время упражнений держите тело правильно и фокусируйте взгляд.

Ресурсы: обруч для каждого ребенка, мяч.

Методика: 4К, мнение ребенка, Управление.

Курс организованной образовательной деятельности.

Стоит в очереди.

Он держит тело прямо по кругу и бежит, хлопая в ладоши коленями.

Рука находится сбоку, ходит по кончику стопы, ходит по пятке. ходит, согнув колени.

Метод «группировки» является дифференцирующим.

Стоять в очереди. Есть 4 столбца

Общеразвивающие упражнения:

1. Разведите ноги в стороны, обруч вниз, вытяните обруч вперед, поднимите его вверх, опустите. 5-6 раз.

2. Обруч прижимается к груди обеими руками. Он поворачивается вправо, влево и протягивает руку.

3. Сидя, обруч удерживается обеими руками. Поднимает обруч вверх, опускает его между двумя пятками, повторяет 5-6 раз.

4. Он сидит на ногах. Обруч держат вертикально, наклоня его вправо и влево.

5. Лежит на спине, обруч находится над головой. Удерживая ногу прямой, обруч касается колена.

6. Обруч стоит на полу, прыгает, шагает на месте, прыгает.

Дыхательные упражнения: вдох через нос и выдох через рот. Возвращается в исходное положение

Контроль: Массовый, прямой, косвенный.

Базовый комплекс двигательных упражнений.

1. Далеко бросает мяч правой и левой рукой.

2. Он прыгает между препятствиями на двух ногах.

Контроль: Прямой, косвенный

Самостоятельная -игра: «Волк и кролики».

Знакомит с условиями игры

Заключение.

Обратная связь

Мнение ребенка

Он хвалит детей

*Проверено
РЭМ -*

07.12.2021

Физическая культура

Тема: «Путешествие в Зимний лес»

Цель: Он умеет ходить цепочкой, змеиться как змея и менять темп по знаку.

Ожидаемый результат: Он умел ходить цепочкой, двигаться змеей и менять темп по знаку.

Ресурсы: Доска, нить.

Методология: 4К, мнение ребенка, **Мониторинг:** Прямой, массовый.

Курс организованной образовательной деятельности. Ходит за учителем по кругу

Приветствуйте детей

«Лесные звери»

1. «Мишка»

Он кладет руки на талию и (жертвенно) твердо ходит на ногах.

2. «Лиса»

Он прижимает руку к душе и идет одной шеренгой.

3. «Кожек»

Он сгибает руки перед грудью и прыгает на двух ногах.

4. «Волк»

Он бежит медленно, он бежит быстро.

Общеразвивающие упражнения: 1. Растяжка. Ноги расставьте в стороны, опустите обруч, вытяните обруч вперед, поднимите вверх, опустите. 5-6 раз. 2. Прижмите обруч к груди обеими руками. Он поворачивается вправо, влево и протягивает руку.

3. Сидя, держа обруч обеими руками. Подняв обруч вверх, опустите его между двумя пятками, повторите 5–6 раз.

4. Сидение с ногами. Обруч держат вертикально, наклоняя его вправо и влево.

5. Лежа на спине, обруч над головой. Удерживая ногу прямой, обруч касается колена.

6. Прыжок. Обруч стоит на полу, прыгает, шагает на месте, прыгает. Управление: не прямое, массовое, прямое.

Базовый комплекс двигательных упражнений.

1. Он работает из-под резьбы
2. Ходит на доске

Управление: Живое

3. Движущая игра:
«Сестра Медведица»

Знакомит с условиями игры

Заключение:

Обратная связь. Мнение ребенка

Он хвалит детей

*Проверено
Р.Ф.И.Ф. -*

10.12.2021

Физические упражнения (на свежем воздухе)

Тема: Давайте учиться, играя в футбол.

Цель:

Может проявлять самостоятельность и инициативу при организации знакомых игр с небольшой группой сверстников. **Метод «группировки» является дифференцирующим.**

Стоять в очереди. Есть 4 столбца

Общеразвивающие упражнения:

1. Разведите ноги в стороны, обруч вниз, вытяните обруч вперед, поднимите его вверх, опустите. 5-6 раз.
2. Обруч прижимается к груди обеими руками. Он поворачивается вправо, влево и протягивает руку.
3. Сидя, обруч удерживается обеими руками. Поднимает обруч вверх, опускает его между двумя пятками, повторяет 5-6 раз.
4. Он сидит на ногах. Обруч держат вертикально, наклоняя его вправо и влево.
5. Лежит на спине, обруч находится над головой. Удерживая ногу прямой, обруч касается колена.
6. Обруч стоит на полу, прыгает, шагает на месте, прыгает.

Дыхательные упражнения: вдох через нос и выдох через рот. Возвращается в исходное положение

Контроль: Массовый, прямой, косвенный.

Базовый комплекс двигательных упражнений.

1. Далеко бросает мяч правой и левой рукой.
2. Он прыгает между препятствиями на двух ногах.

Контроль: Прямой, косвенный

Самостоятельная -игра: «Волк и кролики».

Знакомит с условиями игры

Заключение.

Ожидаемый результат: проявил самостоятельность и инициативу в организации знакомых игр

*Проверено
РЭМ -*

14.12.2021

Физическая культура

Предмет: "Постукивание ногами в ритм музыки».

Цель: Он может попеременно ставить ногу на пятку и группировать ее.

Смехотворный результат. Под ритм музыки поочередно ставят ноги на пятку. Структурированная игра: «Движение в ритме музыки» Организационный этап: стоя в кругу, бег.

Введение Общеразвивающие упражнения: Сидя, ноги попеременно вперед и в стороны; сжимание и перемещение мелких предметов пальцами ног.

Главная часть

1..Постановка ног на пятки поочередно в ритм музыки.

2. Делайте дыхательные упражнения.

Заключение

Активная игра: «Верховая езда».

*Проверено
РЭМ -*

21.12.2021

Физическая культура

Тема: «Зимние игры»

Цель: Координация движений и выносливость развиваются посредством спортивных тренировок.

Ожидаемый результат: Выполняет ритмические и музыкальные движения, художественную гимнастику, укрепляющий массаж стоп.

Резус: Санки, снег, кубики.

Методы: Классификация, управление, модель 4К, мнение ребенка.

Срок организации:

Беседа: "Зима"

Вопрос и ответ.

Дифференциация в процессе, мнение ребенка, критическое мышление

Основной этап:

Ритмико-музыкальные движения: под ритм музыки ходят по одному цепочкой, выполняют задания: поворачиваются, легко и ритмично подпрыгивают.

Выполнение художественной гимнастики. (помогает детям выстроиться в нужную шеренгу).

Дыхательная гимнастика: «Ха» Выпустите воздух. Воздух выбрасывается изо рта, издавая шипящий звук (как при произнесении звука «с»). Он перекрывает выходящий воздух языком.

Дифференциация по содержанию. Таксономия Блума

Выполнение основных движений

Игровая практика: «Кто стрелок?»

Метание снега в цель правой и левой рукой.

Воспитатель кладет кубики поверх кучки снега.

Модель 4К, массовый контроль, мнение ребенка

Самостоятельная -игра: Куйспак

Спортивные упражнения – катание друг на друге на санках. Воспитатель акцентирует внимание на смене рук при тяге – переключении саней правой и левой рукой, наклонах туловища вперед.

4К модель, мнение ребенка Отражение

Подводит итоги НОК, мотивирует детей. Предупреждает о необходимости ухода за игрушками. Релаксация: «Сломанная кукла».

Обращает внимание на правильное дыхание детей. Мнение ребенка

*Проверено
Р.Б.И.Ф. -*

24.12.2021

Физическая культура

Тема: «Прыжок в длину».

Цель: Двигательная активность детей развивается с помощью соревнований. При прыжках с одного места в длину укрепляется способность сохранять первоначальную форму.

Ожидаемый результат: использовал умение с силой толкать при прыжках в длину, умение легко толкать мяч рукой и сохранять направление движения.

Резус: По 2 кубика на каждого ребенка, кегли, катающиеся мячики на каждого ребенка.

Методы:

Срок организации:

Упражнение в форме игры: «Встань в очередь».

Основной этап:

Держите кубик в руках и ходите на цыпочках. При ходьбе на пятках кубики приподнимаются, вытягиваются в стороны, вперед, кладутся на плечи.

Стоим в две очереди.

Выполнение общеразвивающих упражнений с кубиками.

Напоминает о необходимости делать упражнения вместе, соблюдать дистанцию.

Модель 4К, мнение ребенка, прямое управление

Выполняет основные действия:

Прыжок в длину с места.

Упражнение в форме игры: «Кто прыгнет дальше всех?».

Подчеркивает необходимость толкания обеими ногами одновременно. Катите мяч точно к объекту.

Работа в команде, мнение ребенка, массовый контроль

Упражнение в форме игры: «Убей кегли»(расстояние до кеглей 1,5 метра).

Состояние:Покажите, как выполнять упражнение.

Активные игры: «Кошка и птицы»

Состояние:Объясните правила игры.

Инструкция: не кричать во время игры, не толкать друг друга при беге.

Отражение

Мотивирует детей. Награждение участников соревнований.

28.12.2021

Физическая культура

Тема: «Научимся носить лыжи».

Цель:учится надевать и снимать лыжи, выполнять подготовительные упражнения.

Ожидаемый результат:

Он наблюдал за защитным оборудованием, когда носил лыжи.

Резус:Спортивное оборудование.

*Проверено
РЭУФ -*

Методы:Критическое мышление, контроль посредством наводящих вопросов

Срок организации:

Особое внимание уделяется новому снаряжению – лыжам. Рекомендуются рассказать обучающимся о том, для чего они нужны.

Критическое мышление, массовое наблюдение

Основной этап:

Горнолыжный спортСтудентам рекомендуется сначала проверить лыжи и только потом надевать их. Знакомит со следующими понятиями: лыжи, лыжники, крепления. Показывает, как поставить их на снег – сначала одну лыжу вправо, затем другую влево.

Поставьте лыжи на снег, зафиксируйте ножки лыжными креплениями. Стоя на лыжах, поочередно поднимайте правую и левую ногу. Перемещайте одну лыжу вперед и назад. Немного посидел, стоя на лыжах. Сделайте несколько шагов на лыжах. Особое внимание уделяется технике безопасности при катании на лыжах.

Игровое упражнение: «Лошади».

Состояние:Учащиеся бегают на лыжах, часто наступая на снег. Бегают по сигналу учителя. По сигналу учителя все останавливаются и тянут поводья в своих мыслях. Необходимо помнить правила безопасности.

Модель 4К, прямое управление

Игровое упражнение: «Большое и маленькое».

Состояние:Ученики гуляют по снегу.

Массовый контроль, мнение ребенка

Учитель сказал: «Какой ты большой!» на слова – все выпрямляются на лыжах и тянут руки вверх.

На словах «мы были такими маленькими» ученики останавливаются и некоторое время сидят.

Критическое мышление, контроль посредством наводящих вопросов

Отражение

Воспитатель подводит итоги и хвалит детей. Игровое упражнение: «Я расту»

Состояние:Предлагает показать, как выросли дети. Он отмечает, что катание на лыжах помогает стать высоким, героическим человеком.

*Проверено
руководителем*

30.12.2021

Физическая культура

Тема: «Раз, два, три – повтори!»

Цель: При подъеме на гимнастическую стенку вырабатывается умение делать боковой шаг вправо, переходить от одного напряжения к другому, сохранять последовательность напряжений в горизонтальном направлении.

Ожидаемый результат: делает: Выполняли гимнастику в игровой форме, уклоняясь вправо, перепрыгивая с одного места на другое, карабкаясь по гимнастической стенке, перебрасывая мяч через сетку, играя роли. Резус: в зависимости от количества детей, мячи диаметром 20 см, гимнастическая стенка.

Срок организации:

Упражнение в форме игры: «Кто обратил внимание?»

Цель: Развивается внимание детей и пространственная ориентация.

Выполнение гимнастики в игровой форме: «Держи свое тело свободным»

Массовый контроль, мнение ребенка

Выполните основные действия:

Держа мяч на груди и перебрасывая его через сетку – направление броска вперед и вверх.

При метании обращает внимание на соблюдение порядка, правильную позицию детей в ряду. Учащиеся выстраиваются в два ряда в одной стороне зала для ориентировки. Мяч перебрасывается через сетку один за другим (первый ряд, затем второй ряд). Он подходит к стартовой линии, бросает мяч, бежит за мячом, обходит зал, заходит за ряд перед собой.

Прямой контроль

Самостоятельная -игра: Космос

Состояние: Помогите игрокам встать спиной друг к другу.

Мнение ребенка, косвенное управление.

Отражение

Подведение итогов НОК, поощрение детей.

*Проверено
РФМФ -*

31.12.2021

Физическая культура

Тема: «Научимся играть в хоккей»

Цель: Знакомя детей с игрой в хоккей, они учатся занимать правильное исходное положение и вести шайбу в нужном направлении, чтобы правильно начать первый цикл движения.

Ожидаемый результат: Играя в футбол и хоккей, укрепляет мышцы всего тела; Он понял, что ему нужно сохранять равновесие, идя по сугробу.

Резус: Мячи, шайбы диаметром 70 см – обручи железные – 10 шт.

Срок организации:

Воспитатель обращает внимание на мячи и шайбы. Студентам предлагается посмотреть на футбольные мячи и шайбы.

Модель 4К, мнение ребенка, прямое управление, дифференциация

Основной этап:

Стоя по одному в цепочке, идя на пятках, держа руки в разных положениях – подъем вверх, вытягивание в стороны, постановка на плечи, вытягивание вперед.

Упражнения с помощью предметов. Это мяч Су-Джок. Это красочно. Покатайте его в ладони. Катаем мяч правой рукой. Теперь поворачиваемся левой рукой. Сильно нажмите на него каждым пальцем.

Косвенное управление, мнение ребенка

Выполнение основных движений:

Подъем на наклонную доску с опорой на ладони и подошвы, выполнение различных заданий для рук.

Ведение шайбы в правильном направлении (6 раз). Учащимся предлагается перенести шайбу на противоположную часть поля с помощью клюшки.

Инструкция- мяч следует носить таким образом, чтобы нижняя сторона клюшки полностью соприкасалась с поверхностью поля. Правильный двуручный хват фокусируется на стержне, при этом одна рука удерживает кончик клюшки сверху, а другая (более сильная) рука немного ниже (направляя таким образом шайбу).

Косвенный контроль, креативность, критическое мышление

Прыжки с круга на круг (пять кружков расположены в два ряда). Инструкция: движения должны выполняться безопасно, в одном кругу должен стоять только один ребенок. Обучающиеся становятся в две цепочки возле линии старта. Прыгает с обруча на обруч, старается скоординировать движения рук и ног, регулярно прыгает. Он падает на землю с полусогнутыми ногами. После завершения он переходит в конец цепочки.

Модель 4К, мнение ребенка, массовый контроль

Экшен-игра: «Найди свое место!»

Состояние: Обручи он ставит в зале так, как хочет.

Отражение

Гимнастика для пальчиков. Мнение ребенка.

01.06.2022

*Проверено
Р.Ф.И.Ф. -*

Физическая культура

Тема: «Кто умный?»

Цель: Палка может передвигаться по пластине (диаметр 6-8 см), поддерживая центр подошвы. Он может прыгать вперед и назад на обеих ногах.

Ожидаемый результат: Он опирался на середину стопы. Алг отпрыгнул назад.

Введение: Общеразвивающие упражнения: По пластинке (диаметром 6-8 см) может двигаться палка, поддерживая центр подошвы.

Главная часть

1. прыгать на двух ногах

может попеременно прыгать вперед и назад.

2. бадминтон. Волана можно ударить и бросить, направив ракетку в определенном направлении.

3. Делайте дыхательные упражнения

Заключение

Активная игра: «Строим кольцо».

11.01.2022

*Проверено
руководителем*

Физическая культура

Тема: «Тайны леса».

Цель: Навыки выполнения основных движений формируются посредством игр.

Ожидаемый результат: Они совершали движения, характерные для лесных животных, выполняли гимнастику в виде игр, прыжков с высоты, хождения на цыпочках.

Резус: Мяч, гимнастические стульчики, письмо-приглашение от кролика.

Методы: Дифференциация, мониторинг, работа в команде, модель 4К, мнение ребенка.

Срок организации:

Игривый момент

Покажите приглашение, отправленное кроликом: кролик пригласил детей в лес со своими друзьями поиграть.

Основной этап: Встаньте парами, поднимите колени и широкими шагами перепрыгните «глубокий снег» – «перепрыгните через корни деревьев».

Прямое управление, мнение ребенка

Упражнение в форме игры: «Лесные загадки».

На равнине он сине-желтый. (волк)

Он гулял по сельской местности и никогда не обходился без этого. Помахав хвостом, Какого зверя он обманет? (лиса)

Он не потерял тонуса.

Несмотря на это, под давлением. (медведь)

Критическое мышление, массовое наблюдение

Инструкция:показать особенности диких животных.

Боковой шаг влево: корпус держите прямо, смотрите вперед и не разворачивайте плечи влево.

«Прогулка в лесу» — гимнастика в игровой форме: удержание тела в вертикальном положении, повороты влево и вправо.

Оформление основных движений в форме игры:Прыжок в глубину с высоты 20 см. Стулья расставлены по периметру зала. Кроликов предлагают научиться прыгать с бревна.

Бег вокруг предметов, расположенных в ряд, зигзагами на цыпочках. «Кто умный?». Пять модулей размещены в один ряд. Расстояние между ними один метр. Контролирует способность детей передвигаться вокруг предметов и поворачивать тело влево и вправо.

Дифференциация по содержанию, работа в команде, мнение ребенка, прямой контроль

Активная игра: «Подбрось и поймай».

Состояние:Дети метко бросают мяч в руки своим друзьям.

4К модель, мнение ребенка

Отражение

«Подари мне улыбку» — поворачивает голову и улыбается ребенку, сидящему рядом с ним. Мнение ребенка

Вернитесь в детский сад, похвалите.

*Проверено
Р.Ф.И.Ф. -*

14.01.2022

Физические упражнения (свежий воздух)

Тема: «Игры с мячом»

Цель:Может пройти на руке до 6 метров. Стоя парами, они вместе перекачивают мяч ногами.

Ожидаемый результат:Он мог ходить, опираясь на руки. Он катал мяч ногами.

Ресурсы:Тематические визуалы, мяч.

Методы:Критическое мышление, модель 4К, наблюдательность, дифференциация, мнение ребенка.**Срок организации:**

1. Введение.

Общеразвивающие упражнения: может пройти на руках до 6 метров. (второй ребенок держит ногу первого ребенка).

2. Основная часть.

а).Прыгать:на высоту с упором; удлинить с акцентомПрыгать. б).футбол. Встаньте парами и катайте мяч ногами.

Заключение

Выполнение дыхательных упражнений.

Экшен-игра: «Кролик».

18.01.2022

*Проверено
руководителем*

Физическая культура

Тема: «Игра лото»

Цель: Возможности движения расширяются благодаря подвижным играм.

Ожидаемый результат: Выполнялись ритмико-музыкальные движения, упражнения по прыжкам через доски лестницы, поднятой на высоту 20 см.

Резус: Пронумерованные шары, музыка для игры.

Методы: Дифференциация через содержание, критическое мышление, командную работу, мнение ребенка, массовый контроль.

Срок организации:

Игра приглашает вас сыграть в лото. Каждое число на шаре представляет номер игры.

Состояние: Учащиеся «разбегаются» по залу под музыку. Когда музыка заканчивается, они образуют круг и, держась за руки, поднимают руки вверх. Второй раз он бежит «врассыпную».

Мнение ребенка, прямое управление

Основной этап:

Мяч №1

Игра: «Встаньте быстро в круг» (под ритм музыки). Мяч №2

Игра: "Делай как я говорю!"

Мяч №3

Ритмико-музыкальные движения: по кругу – второстепенный шаг вперед, медленно сидя.

Мяч №4

Упражнение в форме игры: «Быстрые ноги»: прыжки через планки лестницы, поднятой на 20 см. Перейдите в противоположную сторону зала, поднимите колени, посмотрите в пол и держите спину прямо.

Мяч №5

Активная игра: «Кошки и мышки».

Дифференциация через содержание, критическое мышление, командную работу, мнение ребенка, массовый контроль

Отражение

Упражнение в форме игры: «Составь фигурку».

Состояние: Он подчеркивает красоту и неповторимость фигурок. Напоминает, что игра помогает укрепить здоровье, стать ловким и быстрым.

20.01.2022

Проверено
РФМФ -

Физическая культура

Тема: «Найди цель».

Цель. Он может обеими руками перебрасывать через голову мешок с песком вперед и вверх, карабкаться вверх и вниз по гимнастической стенке.

Ожидаемый результат: Он обеими руками накинуд мешок с песком на голову, ползнул вверх и вниз по гимнастической стенке.

Ресурсы: Мешок с песком, гимнастическая стенка.

Методы: Модель 4К, управление, дифференциация, мнение ребенка.

Срок организации:

Вводный раздел

Выстраивайтесь друг за другом. Удержание тела в вертикальном положении.

Ходьба по кругу маршевым шагом.

«Утенок» — ходьба на пятках с наклоном груди вперед.

«Страус» — ходьба с поднятыми коленями.

«Клоун» — это поворот головы.

Свободно ходить по кругу

1 очередь. /стоя в очереди достаю платок из корзины/

Стоячие с 1 ряда по 4 лека (столбика).

Держите руки подальше и соблюдайте дистанцию.

Масса наблюдения

Главная часть:

Общеразвивающие упражнения:

Б. к: «Дразнить»

1. Ноги раздвинуты в стороны, в руке платок. Положите голову на правое, левое плечо. Произнесение слова «А-я-я-я-й». /6 раз который/

Б. в.: «Качели»

2. -Ноги раздвинуты в стороны, полотенце удерживается на талии, тело развернуто в стороны. /повторить 6 раз/

Б.к.: «Ку тулки»

3. Удержание тела в вертикальном положении. Платок в руке. Рисуем походку лисы. /Повторить 5 раз./

Б. .: «Круги»

4.Встает прямо, ставит ногу на уровень плеча, поднимает полотенце вверх, скрещивает пальцы, 1 - сгибает корпус и поворачивает руку влево, 2 - наклоняет корпус и руку вперед, 3 - вправо, 4 – назад. (руки можно положить на затылок)

Ссылка: «Маятник».

5.Встает прямо, ноги держит вместе, наклоняет туловище влево, платком в правой руке растирает ребро, в левой руке платком от бедра до колена, то же самое проделывают с другой ногой. /Повторить 6 раз./

Отсылка: «Саранча»

6.Держа ноги вместе. Прыжки правой и левой ногой в шарфе. /10-15 секунд/

Заключение:

Ходьба по кругу из 4 столбиков (столбика) с 1 линией /кладя платок в корзину/ .

«Чейзер» — бег без перерыва 1,5-2 минуты.

Дыхательные упражнения: Он стоит прямо, ноги держит отдельно друг от друга, поднимает правую руку вверх и опускает левую, поочередно чередует руки, дышит свободно.

Вернитесь в исходное положение.

4к модель, мнение ребенка

Базовые упражнения:

1.Бросок мешка с песком через голову вперед и вверх обеими руками

2.- Подъем и спуск по гимнастической стенке.

4к модель, мнение ребенка

Дифференциация по продуктам. Мониторинг по наводящим вопросам.

Самостоятельная -игра:

"Глотать"

Цель: дети учатся скорости, терпению и организованности.

Массовый контроль, командная работа.

Отражение

Хвалите детей.

Проверено
РБШ -

21.01.2022

Физическая культура

Тема: «Двойной прыжок».

Цель: Ходьба и бег в разные стороны, прыжки двумя ногами по планке, лежащей на полу. умеет бросать мячи в корзину.

Ожидаемый результат:

Эпрыжки двумя ногами по планке, лежащей на полу. бросает мячи в корзину.

Ресурсы: Доска, мяч, флажки.

Методы: Модель 4К, управление, дифференциация, мнение ребенка.

Вводный раздел

Выстраивайтесь друг за другом. Удержание тела в вертикальном положении.

Свободно ходить по кругу

Легкий бег по кругу, сохраняя тело в вертикальном положении.

«Канатоходец» — ходьба вверх и вниз по наклонной доске.

1 очередь. (стоя в очереди доставая два флажка из корзины)

Стоячие с 1 ряда по 4 лека (столбика).

Держите руки и оставайтесь трезвыми.

Главная часть:

Общеразвивающие упражнения: (с флажком)

Ссылка: «Движение года»

1. Ноги длиной до плеч. Физическое обслуживание. Лента находится ниже. Поверните голову вправо, аккуратно поднимите подбородок и сделайте подбородок дугой, медленно поднимите голову и опустите – поднимите. Произнося «т-с-с-с» в каждом движении. То же самое делается слева. /6-й раз/

Б. в.: «Прыгай и потянись»

2. Ноги расставлены далеко, флажки вытянуты к душе. Сделайте небольшой шаг вперед, сядьте на левую ногу, правая нога вытянута прямо назад, нужно сделать круги корпусом вперед-назад. /6 раз. /

Источник: "Каз"

3. Ножки раздвигаем. Флажки стоят внизу, возьмитесь за лодыжку согнутой ноги, отпустите. /повторить 6 раз/

См. также: «Двигай ногами»

4.Ножки раздвигаем. Флаги ходят на одном месте, пятки опираются на веревку на талии, а ноги стоят на земле. /повторить 6 раз/

Справка: «Весна»

5.Ноги врозь, флажок опущен. стоит прямо, 1- ноги вместе, руки опущены, колени обхватить руками, голову положить на колени, стоять прямо. /повторить 6 раз/

Б.к.: «Кролик».

6.Чередование бега на носочках стоя на месте с прыжками /15-20 сек/

Заключение:

Ходьба по кругу с 1 рядом из 4 столбиков (столбика). /кладу флаги в корзину/

Дыхательные упражнения:«Дрова» — необходимо поставить кончик стопы на уровне плеча, свесить пальцы и держать руку на затылке; Он опускает ноги, кладет руки между ног, наклоняется вперед, быстро вдыхает и выдыхает, то есть дети выглядят так, будто рубят дрова.

вдох через нос и выдох через рот.

Вернитесь в исходное положение.

4к модель, мнение ребенка

Базовые упражнения:

1. Прыжки двумя ногами по доске, лежащей на полу. 2. Забрасывание мячей в корзину

4к модель, мнение ребенка

Дифференциация по продуктам. Мониторинг по наводящим вопросам.

Самостоятельная -игра:

зеленый огурец

Цель:развитие языковых навыков детей, организация обучения.

Массовый контроль, командная работа

Отражение

Хвалите детей.

Проверено
РФШФ -

25.01.2022

Физическая культура

Тема: «Отправимся в веселое путешествие»

Цель: Мяч подбросить одной рукой и поймать другой. Хоккей. Спаривание и подведение шайбы друг к другу.

Ожидаемый результат: Мяч подбрасывает одной рукой и ловит другой. Хоккей. В парах они передают шайбу друг другу.

Срок организации:

1. Введение

Общеразвивающие упражнения: стоя на гимнастической стенке с вытянутыми руками и не сводя ног вместе (7-10 раз).

2. Основная часть Мяч подбрасывает одной рукой и ловит другой. Хоккей. В парах они передают шайбу друг другу.

Заключение

Выполнение дыхательных упражнений.

Активная игра: «Доберись до финиша»

Проверено
РФШФ -

28.01.2022

Физическая культура

Тема: «Веселые игры».

Цель: работай, лезь. Обойдите обручи и пройдите сквозь них; замена родов на стуле ходьбой.

Хоккей. В парах они передают шайбу друг другу.

Ожидаемый результат: работай, лезь. Поворачивает обручи и проходит сквозь них; заменяет работу на стуле ходьбой. Хоккей. В парах они передают шайбу друг другу.

Срок организации:

1. Введение: общеразвивающие упражнения: стоя на гимнастической стенке с вытянутыми руками и не сводя ног вместе (7-10 раз). **2. Основная часть** работай, лезь. Поворачивает обручи и проходит сквозь них; заменяет работу на стуле ходьбой. Хоккей. В парах они передают шайбу друг другу.

Заключение

Выполнение дыхательных упражнений.

Активная игра: «Доберись до финиша»

01.02.2022

Проверено
РФМФ -

Физическая культура

Тема: «Общеразвивающие упражнения»

Цель:Общеразвивающие упражнения:

Упражнения для спины: умеет перекатываться вперед и назад, «качаться» в положении сидя.

Ожидаемый результат:

Сидя группой, он перекатывается вперед-назад, совершая «качели».

1. Вводный раздел:

Общеразвивающие упражнения:

Упражнения для спины: в групповом положении перекатываются вперед и назад, совершая «качели». (7–10 раз),

2. Основная часть

Работаем под 3–4 дуги.

3. Заключение

Выполнение дыхательных упражнений.

Активная игра: «Кто быстрее?»

03.02.2022

Проверено
РФМФ -

Физическая культура

Тема: «Интересный день»

Цель:может научиться подниматься одним или несколькими способами, не запрыгивая на верх гимнастической стенки, и спускаться вниз, переходя на другой интервал.

Ожидаемый результат:он научился подниматься одним и несколькими способами, не спрыгивая со ступеньки, и спускаться, переходя на другое расстояние.

Введение

Общеразвивающие упражнения Упражнения для спины: в групповом положении перекатываются вперед и назад, совершая «качели». (7–10 раз),

2. Основная часть 1. Лазание одним или несколькими способами без прыжка на вершину гимнастической стенки, переход на другой интервал и спуск вниз.

3Вывод: делаем дыхательную гимнастику...активная игра: «Ловкость»

04.02.2022

Проверено
РФШ -

Физическая культура

Предмет: «общеразвивающие упражнения»

Цель: общеразвивающие упражнения. Упражнения для спины: в групповом положении перекатываются вперед и назад, совершая «качели». (7-10 раз).

Работа с сумкой на спине.

Экшен-игра: «День и Ночь».

Ожидаемый результат: Он работал четыре часа с сумкой на спине.

Ресурсы: Визуалы по теме.

Методы: 4К модель, управление,

Срок организации:

Введение

Общеразвивающие упражнения «Упражнения для спины»: в групповом положении перекатываются вперед и назад, совершая «качели». (7-10 раз),

Главная часть: Работа с сумкой на спине

Самостоятельная -игра: «День и ночь».

Обратная связь: подведение итогов с помощью вопросов и ответов.

Выполнение дыхательных упражнений.

08.02.2022

Проверено
РФШ -

Физическая культура

Предмет: «общеразвивающие упражнения»

Цель: общеразвивающие упражнения: работает до 5 метров лёжа с помощью рук.

Прорабатываем доски лестницы, расположенные на краю.

Ожидаемый результат: пробирался сквозь доски лестницы.

Ресурсы: Визуалы по теме.

Методы: 4К модель, управление,

Экшен-игра: «Длинно-коротко»

Срок организации:

Введение Общеразвивающие упражнения: до 5 метров с помощью рук работает лёжа.

Основная часть: проработка досок лестницы, поставленных на ребро.

Самостоятельная -игра: «Длинный короткий»

Наблюдает. Косвенно

Заключение:

Обратная связь:

Подвижная игра:

Игра «Кто первый»

Знакомит с условиями игры.

Он хвалит детей

*Проверено
р.ф.мф -*

11.02.2022

Физические упражнения (на свежем воздухе)

Тема: «Сохранение баланса».

Цель: баланс. Проходим по веревке, нитке, надеваем на голову пакет и бреем одну сторону.

Ожидаемый результат: баланс. Он шел по веревке и нитке с мешком на голове, брея одну сторону тела.

Ресурсы: Визуалы по теме.

Методы: 4К модель, управление,

Срок организации:

Введение **Общеразвивающие упражнения:** Работает на высоте до 5 метров лёжа с помощью рук.

Главная часть: Поддержание баланса. Он надевает на голову мешок на веревке и нитке и ходит с выбритым одним боком.

Экшен-игра: «Лиса Лиса»

4К-модель детского голоса

Обратная связь:

Подвижная игра:

«Охотники и зайцы»

Хвалите детей.

*Проверено
р.ф.мф -*

15.02.2022

Физическая культура.

Тема: «Кто быстрее?»

Цель:

Может бежать к флажку в заданном направлении, бросать мяч с двойной поддержкой.

Ожидаемый результат: Он подбежал к флагу в заданном направлении, с двойной поддержкой бросил мяч.

Ресурсы: пряжа, флаг.

Методы: 4К-модель, дифференцирование, контроль.

Введение раздел:

Выстраивайтесь друг за другом. Удержание тела в вертикальном положении.

Удерживая тело прямо, ходим по кругу. Просто беги.

Стоя в кругу. Держите руки подальше и соблюдайте дистанцию.

Масса наблюдения.

Главная часть:

Общеразвивающие упражнения без инструментов

См.: «Наблюдение за полетом пчелы».

1. Ноги врозь, руки в стороны. Поворачивайте шею справа налево, слева направо. произнести «з-з-з» /повторить 6 раз/

Отсылка: «Ласточка полетела».

2. Совершение движения птичьего полета с разведенными в стороны ногами, вытянутыми в стороны руками. Произносятся слово «шшшшшш». /Повторить 6 раз./

Источник: «Дул ветер»

3. Ноги врозь, руки вверх, наклоны справа налево, слева направо. /Повторить 6 раз./

Отсылка: «Пощечина»

4. Ноги врозь, руки вытянуты к душе. Прыжки ногами вместе. Поднимите руки и хлопайте. Сказать «Пощечина». 6 раз

Дыхательная гимнастика: произнесение звука «петух», произнесение «ку-ка-ре-ку».

Вдохните через нос и выдохните через рот.

Вернитесь в исходное положение.

Дифференциация по содержанию, таксономия Блума.

Базовые двигательные упражнения.

1. Бежать к флажку в заданном направлении, 2. бросать мяч с двойной поддержкой.

4к модель, мнение ребенка

Прямой контроль

Самостоятельная -игра

«Солнце и дождь»

Условия игры: Дети становятся на колени в одном конце квадрата или за расставленными в комнате стульями и смотрят на «окно» со спинки стула.

Работа в команде, массовый контроль

Заключение:

Ходьба по кругу шаг за шагом.

Легкий бег по кругу, сохраняя тело в вертикальном положении.

Движение – это двигательное упражнение

17.02.2022

*Проверено
руки -*

Физическая культура

Тема: Общеразвивающие упражнения:

Цель: Он может писать пальцами руки и молиться.

Ожидаемый результат: обернулись парами, держа друг друга за руки.

Ресурсы: Визуалы по теме.

Методы: модель 4К, управление, дифференциация, мнение ребенка.

Введение

Общеразвивающие упражнения

Из одной руки в другую предмет можно перемещать вперед, назад, над головой.

Главная часть

Поднимитесь на вершину гимнастической стенки одним или несколькими способами, не спрыгивая со ступенек, и спуститесь, перейдя на другой интервал.

Заключение:

делаю дыхательные упражнения.

экшен-игра: «Ловкость»

*Проверено
руки -*

18.02.2022

Физическая культура.

Тема: Упражнение «Ласточка».

Цель: Он может пройтись по скамейке, положить на другую сторону мешок с песком.

Ожидаемый результат: Он прошел через скамейку. Он положил мешок с песком на другую сторону.

Ресурсы: скамейка, флаг, мешок с песком.

Методы: 4К-модель, дифференцирование, контроль.

Введение раздел:

Выстраивайтесь друг за другом. Легкий бег по кругу, сохраняя тело в вертикальном положении. ходьба вверх и вниз по наклонной доске.

возьмите два флажка и встаньте в круг.

Масса наблюдения.

Главная часть:

Общеразвивающие упражнения с флагом.

Б.к.: «Ложитесь птичку»

1. Ноги длиной до плеч. Флаг держится высоко. Наклоните флаг и идите направо-налево. /повторить 6 раз/

Б. в.: «Плавание»

2. Ноги расставлены далеко друг от друга, флажки вытянуты к душе. Подвигайте плечами и сделайте плавательное движение. /повторить 6 раз/

Б.к.: «Крест»

3. Ножки раздвигаем. Флаги ниже. Перенос флага в правой руке к левому плечу, перенос флага в левой руке к правому плечу. сказать «крест».

/повторить 6 раз/

Б.к.: «Куламагайлар»

4. Ножки раздвигаем. Флаги на поясе. Наклон вперед, откидывание назад. / 6 повторений

Справка: «Весна»

5. Ноги врозь, флажок опущен. Прыгайте как «пружина», стоя на месте. /15-20 секунд/

Заключение:

Ходьба по кругу по одной линии. /кладу флаги в корзину/

Дыхательные упражнения: «Дрова» - дети выглядят так, будто рубят дрова. Вдох через нос, выдох через рот. Вернитесь в исходное положение.

Дифференциация по содержанию, таксономия Блума.

Базовые упражнения:

1. Ходьба на цыпочках по кругу.

2. Работа под канатом до цели.

4к модель, мнение ребенка

Прямой контроль

Самостоятельная игра:

"Кот и мышь"

Знакомство с условиями игры.

Работа в команде, массовый контроль.

Хвалите детей.

Подведем итог

Вопрос и ответ

*Проверено
руки -*

22.02.2022

Физическая культура. (свежий воздух)

Тема: «Преодоление препятствий»

Цель. Бросает большой мяч далеко, можно положить небольшую сумку на крышу и пройти по доске.

Ожидаемый результат: Он бросил большой мяч далеко.

Он положил небольшую сумку на крышу и пошел по доске.

Ресурсы: Большой мяч, погремушка.

Методы: 4К-модель, дифференцирование, контроль.

Введение раздел:

Выстраивайтесь друг за другом.

Ходит по кругу «медведем».

Руки вверх, ходьба на цыпочках. Руки на корпусе, ходьба на пятках. Хожение парами.

Стоя в кругу. Держите руки подальше и держите дистанцию

Масса наблюдения.

Главная часть:

Общеразвивающие упражнения.

С погремушкой

Б.К.: «Бабочка приземлилась».

1. Ноги длиной до плеч. Руки за спиной. Увидеть бабочку на плече. повернуть голову вправо, влево, сказать «приземлился». /повторить 6 раз/

Б. т.: «Движение змеи»

2. Ноги на ширине плеч, руки вытянуты к душе. Сделайте движение змеи. поверните плечо вперед. /повторить 6 раз/

Ссылка: «Ножницы».

3. Ноги расставлены, руки в стороны, руки скрещены. /6 раз/

Б. .: «Звездочка»

4.Руки на бедрах. Держа ноги вместе. Подпрыгните на месте, вытянув ноги и руки к душе, произнося «ха-а-а», подпрыгните на месте, сложив ноги вместе и руки на поясе, произнесите «хоп». /6 раз/

Дыхательные упражнения:издавая звук чайника (ш-ш-ш). Сделайте глубокий вдох и выдох.

Дифференциация по содержанию, таксономия Блума.

Вернитесь в исходное положение..

Базовые двигательные упражнения.

1. Далеко бросить большой мяч.
2. Положите небольшую сумку на крышу и пройдите по доске.

Дифференциация по продукту, модели 4К, детскому голосу

Самостоятельная -игра:

«Кролики и волки»

Цель:Воспитывать детей быть смелыми, бдительным и миролюбивыми. Увеличивайте ловкость.

Работа в команде, массовый контроль

Заключение:

Ходите кругами.

*Проверено
РЭИФ -*

25.02.2022

Физическая культура.

Тема: «Маленькие сумки».

Цель:Катая мяч вместе, можно выполнить базовые упражнения на диапазон движений.

Ожидаемый результат:Кубики, пройденные между собой. Бросает мяч вперед.

Ресурсы: мяч, кубики.

Методика: модель 4К, мнение ребенка, дифференциация, контроль.

Курс НОК:

1. Приветствую.

Введение

Выстраивайтесь друг за другом. Ходьба по кругу маршевым шагом. Сделайте быстрые повороты по кругу в обе стороны. Свободно пройдите по кругу, встаньте в 1 линию. /стоя в шеренге, возьмите из корзины две ленты/встаньте в 1 линию на 4 лека (столбика).Вытяните руки и соблюдайте дистанцию.

Общеразвивающие упражнения

- 1.Ноги длиной до плеч. Удержание тела в вертикальном положении. Лента находится ниже. Поверните голову вправо, опустите подбородок к плечу и медленно поднимите голову по дуге с подбородком и опустите – поднимите. /Повторить 4 раза./
- 2.Ноги расставляют в стороны, мах лентой в правой руке – вверх, в левой – вниз. /5р/

3. Ноги на ширине плеч, ленту сомкнули, встать прямо, ноги держать слегка раздвинутыми от уровня плеч, талию держать внешней стороной ладони и сделать туловищем полукруг. 5р.

4. Встаньте на четвереньки, согните руки и ноги и напишите. 6р.

5. Ноги врозь, ленты надеты; 8 раз маршируем, 10 раз прыгаем. Дыхательные упражнения: «Подуй мячик на ладонь».

4к модель, мнение ребенка

Дифференциация по продуктам. Мониторинг по наводящим вопросам.

Базовый комплекс двигательных упражнений.

1. Кубики, ходьба между ними 2. Бросок мяча вперед

Дифференциация по продукту. Структурированная самостоятельная игра:

«Волк и кролики»

Цель: Дети учатся скорости и ловкости.

Ожидаемый результат:

Дети могут играть в игру

4к модель, мнение ребенка

Стоим в очереди, идем в разные стороны, стоим вдоль. Вопрос ответ. Хвалите детей.

01.03.2022

*Проверено
руководителем*

Физическая культура

Тема: «Пишем ноги, сгибаем»

Цель:

Он может сгибать ноги лежа и снова писать (сначала одну ногу, затем обе ноги вместе).

Ожидаемый результат Во время прогулки объединяются в пары и снова становятся в ряд.

Ресурсы: Дуга, необходимые инструменты.

Методы: Модель 4К: командная работа,

Прямой контроль.

ПРОЦЕСС ПРИНЯТИЯ НОК

Введение раздел:

Стоять в очереди.

Бег по кругу с прямым корпусом и хлопанием в ладоши коленями.

Руки в стороны, ходьба на цыпочках, ходьба на пятках. на коленях.

Стоять в очереди. 4 колонны стоят.

Общеразвивающие упражнения:

1. «Воробей полетел»

Ноги расставляем в стороны, руки вытягиваем к душе, поворачиваем голову справа налево, вверх-вниз 2. «Лестница»

Ноги расставляем в стороны, руки сближаем, 1-2 руки кладем на талию, 3-4 - на плечи, 5-6 вытягиваем вверх, 7-8 - хлопаем в ладоши. Мы повторим обратное. 5-6 р

3. «Протяни верёвку»

Ноги расставляем в стороны, руки на груди, 1- тянем правую руку вверх, 2- тянем левую руку вниз. Сделайте 3-4 движения в обратном направлении.

/повторить 6 раз/

4. «Раскрытие цветов»

Ноги ставятся врозь. Руки вниз, стоя на цыпочках, руки вверх. (Повторить 6 раз.)

5. «Журавль»

Соедините ноги. Согните правую ногу и подпрыгните на месте. Левая нога /10-15 секунд/

Дыхательные упражнения:вдох через нос и выдох через рот.

Подвижная поездка. Ходьба на цыпочках с вытянутыми руками.

Модель 4К, творческие способности.

Дифференциация по продуктам Через наводящие вопросы

Базовые упражнения:

1. Ходьба на цыпочках по кругу.

2. Работа под дугой до цели.

Самостоятельная -игра:

"Кот и мышь"

Знакомство с условиями игры.

Работа в команде, мнение ребенка

Заключение:

Вопрос-ответ Похвалите детей

03.03..2022

Физическая культура

Предмет: "Общеразвивающие упражнения».

Цель:Общеразвивающие упражнения: Из положения стоя на коленях, поочередно перенося вес на правую и левую ногу.

Стою в очереди, меняю структуру очереди и снова стою.

*Проверено
руки -*

Ожидаемый результат: Повторение и совершенствование ранее освоенных методов выравнивания и перевыравнивания.

Ресурсы: Дуга, необходимые инструменты.

Методы: Модель 4К: командная работа,

Прямой контроль.

ПРОЦЕСС ПРИНЯТИЯ НОК

Введение раздел:

Стоять в очереди.

Бег по кругу с прямым корпусом и хлопанием в ладоши коленями.

Руки в стороны, ходьба на цыпочках, ходьба на пятках. на коленях.

Стоять в очереди. 4 колонны стоят.

Общеразвивающие упражнения:

1. «Птицы улетели»

Расставляем ноги в стороны, тянемся руками к душе, поворачиваем голову справа налево, вверх-вниз.

2. «Храбрый кролик»

Ноги расставляем в стороны, руки сближаем, 1-2 руки кладем на талию, 3-4 - на плечи, 5-6 вытягиваем вверх, 7-8 - хлопаем в ладоши. Мы повторим обратное. 5-6 р

3. «Растяжка струн»

Ноги расставляем в стороны, руки на груди, 1- тянем правую руку вверх, 2- тянем левую руку вниз. Сделайте 3-4 движения в обратном направлении.

/повторить 6 раз/

4. «Я люблю своего друга»

Ноги ставятся врозь. Руки вниз, стоя на цыпочках, руки вверх. (Повторить 6 раз.)

5. «Кролик»

Соедините ноги. Согните правую ногу и подпрыгните на месте. Левая нога /10-15 секунд/

Дыхательные упражнения: вдох через нос и выдох через рот.

Подвижная поездка. Ходьба на цыпочках с вытянутыми руками.

Модель 4К, творческие способности.

Дифференциация по продуктам Через наводящие вопросы

Базовые упражнения:

Повторение и совершенствование ранее освоенных методов выравнивания и переналадки.

Самостоятельная -игра:

"Лиса"

Знакомство с условиями игры.

Работа в команде, мнение ребенка

Заключение:

Вопрос-ответ Похвалите детей

04.03.2022

*Проверено
Р.Ф.И.Ф. -*

Физическая культура

Тема: «Пишем ноги, сгибаем»

Цель:

Он может сгибать ноги лежа и снова писать (сначала одну ногу, затем обе ноги вместе).

Ожидаемый результат Во время прогулки объединяются в пары и снова становятся в ряд.

Ресурсы: Дуга, необходимые инструменты.

Методы: Модель 4К: командная работа,

Прямой контроль.

ПРОЦЕСС ПРИНЯТИЯ НОК

Введение раздел:

Стоять в очереди.

Бег по кругу с прямым корпусом и хлопанием в ладоши коленями.

Руки в стороны, ходьба на цыпочках, ходьба на пятках. на коленях.

Стоять в очереди. 4 колонны стоят.

Общеразвивающие упражнения:

1. «Воробей полетел»

Ноги расставляем в стороны, руки вытягиваем к душе, поворачиваем голову справа налево, вверх-вниз 2. «Лестница»

Ноги расставляем в стороны, руки сближаем, 1-2 руки кладем на талию, 3-4 - на плечи, 5-6 вытягиваем вверх, 7-8 - хлопаем в ладоши. Мы повторим обратное. 5-6 р

3. «Протяни верёвку»

Ноги расставляем в стороны, руки на груди, 1- тянем правую руку вверх, 2- тянем левую руку вниз. Сделайте 3-4 движения в обратном направлении.

/повторить 6 раз/

4. «Раскрытие цветов»

Ноги ставятся врозь. Руки вниз, стоя на цыпочках, руки вверх. (Повторить 6 раз.)

5. «Журавль»

Соедините ноги. Согните правую ногу и подпрыгните на месте. Левая нога /10-15 секунд/

Дыхательные упражнения:вдох через нос и выдох через рот.

Подвижная поездка. Ходьба на цыпочках с вытянутыми руками.

Модель 4К, творческие способности.

Дифференциация по продуктам Через наводящие вопросы

Базовые упражнения:

1. Ходьба на цыпочках по кругу.
2. Работа под дугой до цели.

Самостоятельная -игра:

"Кот и мышь"

Знакомство с условиями игры.

Работа в команде, мнение ребенка

Заключение:

Вопрос-ответ Похвалите детей

*Проверено
РЭМ -*

11.03.2022

.Физическая культура

Тема: Общеразвивающие упражнения.

Цель:сопряжение и снова выравнивание в процессе движения. Метание мяча с двойной поддержкой от груди. Учимся играть в команде

Ожидаемый результат:парами в процессе движения и снова становится в одну линию. Мяч бросает с двойной поддержкой от груди. Научился играть в командную игру.

Ресурсы: гимнастическая стенка, баскетбол.

Методы: модель 4К, наблюдение, дифференцирование, мнение ребенка.

Срок организации:идти, бежать.

1. Введение

Общеразвивающие упражнения: Лежа и вытягивая руки в стороны. 2. Соединение в пары и повторное стояние в ряд в процессе основного движения, 3. Баскетбол. Метание мяча с двойной поддержкой от груди. Учимся играть в команде

Выполняйте дыхательные упражнения.

Дыхательные упражнения: Он стоит прямо, ноги держит отдельно друг от друга, поднимает правую руку вверх и опускает левую, поочередно чередует руки, дышит свободно.

Вернитесь в исходное положение.

4к модель, мнение ребенка

Базовые упражнения:

4к модель, мнение ребенка

Дифференциация по продуктам. Мониторинг по наводящим вопросам.

Самостоятельная -игра:

"Глотать"

Цель: обучение детей скорости, терпению и организованности.

Массовый контроль, командная работа.

Заключение

Хвалить детей

*Проверено
РФМ -*

15.03.2022

Физические упражнения (на свежем воздухе)

Тема: Общеразвивающие упражнения.

Цель: снова выстроиться из одного ряда в три-четыре ряда. Обучение игре в команде;

Ожидаемый результат: из одного ряда в шеренгу он снова выстраивается в три-четыре ряда, учится вести игру командой.

Ресурсы: Доска, мяч, флажки.

Методы: модель 4К, наблюдение, дифференцирование, мнение ребенка.

Срок организации: идти, бежать.

1 Введение. Общеразвивающие упражнения:

сгибая плечи и слегка приподнимая их вверх 2. Основная часть – снова выстроиться от одного ряда к трем-четырем рядам. 3. Учимся играть в игру в команде;

выполнить дыхательное упражнение.

17.03.2022

Проверено
рэф -

Физическая культура

Тема: Общеразвивающие упражнения.:

Цель: Музыкально-ритмические движения. Выполнение движений в разном темпе в соответствии с ритмом музыки. Метание мяча с двойной поддержкой от груди. Обучение игре в команде;

Ожидаемый результат: Музыкально-ритмические движения. Он делает движения в разном темпе в соответствии с ритмом музыки. Мяч бросает с двойной поддержкой от груди. Научился играть в командную игру.

Ресурсы: Баскетбол.

Методы: модель 4К, наблюдение, дифференцирование, мнение ребенка.

1. Введение

Общеразвивающие упражнения:

Упражнения для ног. Опираясь головкой стопы на палку или веревку, брейтесь пяткой в одну сторону.

2 Базовые движения Музыкально-ритмические движения. Выполнение движений в разном темпе в соответствии с ритмом музыки.

3. баскетбол. Метание мяча с двойной поддержкой от груди. Обучение игре в команде;

Выполнение дыхательных упражнений.

18.03.2022

Проверено
рэф -

Физическая культура.

Тема: Общеразвивающие упражнения.

Цель: Выполняйте знакомые телесные упражнения изящно и ритмично под музыку. Играйте в паре с учителем.

Ожидаемый результат: Знакомые упражнения для тела они выполняют изящно и ритмично под музыку.

Волана бьют и бросают, направляя ракеткой в определенную сторону. Играйте в паре с учителем. учится

Ресурсы: Спортивное оборудование.

Методы: Модель 4К: командная работа, непосредственный контроль.

Срок организации:

1. Введение

Общеразвивающие упражнения: Палка,двигающаяся по пластине (диаметр 6-8 см), поддерживающая центр стопы, перемещается за один взмах

2. Основная часть
Красиво и ритмично выполнять знакомые физические упражнения под музыку.

3. Бадминтон. Бросок волана с направлением его ракеткой в определенном направлении.

Играйте в парах с учителем;

Дыхательное упражнение: «Петух».

Заключение

Активная игра: «Преодолей препятствие!»

25.03.2022

Проверено
РЭМ -

Физическая культура.

Тема: Общеразвивающие упражнения.

Цель: Красиво и ритмично выполнять знакомые физические упражнения под музыку.

Бросок волана с направлением его ракеткой в определенном направлении. Играйте в паре с учителем.

Ожидаемый результат: Знакомые упражнения для тела они выполняют изящно и ритмично под музыку.

Волана бьют и бросают, направляя ракеткой в определенную сторону. Играйте в паре с учителем. учится

Методы: Модель 4К: командная работа, непосредственный контроль.

Срок организации:

1. Введение

Общеразвивающие упражнения: Палка,двигающаяся по пластине (диаметр 6-8 см), поддерживающая центр стопы, перемещается за один взмах

2. Основная часть
Красиво и ритмично выполнять знакомые физические упражнения под музыку.

3. Бадминтон. Бросок волана с направлением его ракеткой в определенном направлении. Играйте в парах с учителем;

Дыхательное упражнение: «Петух».

3. Заключение

Активная игра: «Преодолей препятствие!»

29.03.2022

Проверено
РЭМ -

Физическая культура.

Тема: Общеразвивающие упражнения.

Цель: Красиво и ритмично выполнять знакомые физические упражнения под музыку.

Бросок волана с направлением его ракеткой в определенном направлении. Играйте в паре с учителем.

Ожидаемый результат: Знакомые упражнения для тела они выполняют изящно и ритмично под музыку.

Волана бьют и бросают, направляя ракеткой в определенную сторону. Играйте в паре с учителем. учится

Методы: Модель 4К: командная работа, непосредственный контроль.

Срок организации:

1. Введение

Общеразвивающие упражнения: Придерживайтесь, вдоль пластины (диаметр 6-8 см), поддерживая центр стопы, двигаясь одним махом.

2. Основная часть

Красиво и ритмично выполнять знакомые физические упражнения под музыку.

3. Бадминтон. Бросок волана с направлением его ракеткой в определенном направлении. Играйте в парах с учителем;

Дыхательное упражнение: «Петух».

3. Заключение

Активная игра: «Преодолей препятствие!»

05.04.2022

*Проверено
РЭУФ -*

Физическая культура

Тема: «Давай поиграем!»

Цель: Идём в прямом направлении.

Бадминтон. Удары и метания волана, направляя его ракеткой в определенную сторону. Может играть в паре с педагогом.

Ожидаемый результат: Он движется в прямом направлении.

Бадминтон. Волана бьют и бросают, направляя ракеткой в определенную сторону. Он играл в паре со своим учителем.

Резус: Игровые инструменты.

Методы: Модель 4К, организация игр, мнение ребенка, вывод.

Срок организации:

Виды ходьбы, бега.

1. Введение

Общеразвивающие упражнения: Сгибание, выпрямление, вращение стопы.

2. Основная часть

1. Ходьба прямолинейно.

2. бадминтон. Бросок волана с направлением его ракеткой в определенном направлении.

3. Игра в паре с воспитателем;

Движущая игра: «Прыжок с круга на круг»

Выполнение дыхательных упражнений.

3. Заключение

*Проверено
РЭУФ -*

07.04.2022

Физическая культура

Тема: «Давайте веселимся, давайте играть!»

Цель: Двигаться по кругу в паре - это все равно, что ракеткой направлять Волана в определенную сторону.

сиди и бросай. Играйте в паре с учителем.

Ожидаемый результат: Двигается по кругу парами.. Направляя ракетку в определенную сторону, сбивает и бросает Волан. Играет в парах с воспитателем.

Резус: Игровые инструменты.

Методы: Модель 4К, организация игр, мнение ребенка, вывод.

Срок организации: виды ходьбы, бега.

1. Введение Общеразвивающие упражнения: Упражнения, увеличивающие силу тела.

Пройти на руках до 6 метров (второй ребенок держит ногу первого ребенка).

2. Основная часть Двигаемся парами по кругу 3. бадминтон. Бросок волана с направлением его ракеткой в определенном направлении. Играйте в парах с учителем;

Движущая игра: «Точный бросок».

Выполнение дыхательных упражнений.

Заключение

Проверено
р.ф.и.ф. -

08.04.2022

Физическая культура

Тема: «Давайте скорей строимся!»

Цель: Повторное выравнивание посредством спаривания и разделения.

Ожидаемый результат: Повторное согласование со спариванием и разделением.

Резус: Вербочная нить

Методы: Игра в парах, упражнения.

Срок организации: виды ходьбы, бега.

1. Введение Общеразвивающие упражнения:

Упражнения для мышц живота (пресс).

2. Основная часть Повторное выравнивание посредством спаривания и разделения.

3. национальная игра: «перетягивание каната»

Выполнение дыхательных упражнений.

Заключение

Проверено
р.ф.и.ф. -

12.04.2022

Физическая культура

Тема: «Ловкость!»

Цель: Лазит вверх и вниз по гимнастической стенке. Сидя, он может перебросить мяч далеко над головой.

Ожидаемый результат: Он перебросил мяч через голову.

Ресурсы: Стена спортзала, мячи.

Методы: 4К-модель, дифференцирование. Таксономия Блума, контроль

I. Вводная часть.

Встаньте в ряд.

Привет.

(следовать инструкциям)

Стоя в кругу. Держите руки подальше и соблюдайте дистанцию.

Прямой контроль

Главная часть:

Общеразвивающие упражнения:

- Бк. Поверните голову вправо (влево), положив руку на талию.

- Юв. Рука на плече, поворот плеча вперед (назад).

- Юв. Поворот ладони перед ладонью внутрь (наружу). Поворот в локте, поворот руки вперед (назад).

- Юв. Поверните талию вправо (влево), положив руку на талию.
- Юв. Разворот колена внутрь (наружу) на кистях и коленях
- Юв. Поверните колени вместе вправо (влево).
- Юв. Прыжки на месте правой ногой, левой ногой, двумя ногами.

Дыхательные упражнения: скажите «спящий кот» «п-у-р, п-у-р». Вдохните через нос и выдохните через рот.

4к модель, мнение ребенка

Дифференциация по продуктам Прямой контроль

Базовые упражнения:

1. Лазание по гимнастической стенке с поочередным шагом вверх и вниз.
2. Бросок мяча далеко через голову сидя.

4к модель, мнение ребенка

Самостоятельная -игра:

«Веселые кролики»

Работа в команде, мнение ребенка, массовый контроль.

Заключение

Вопрос и ответ

Хвалить детей.

*Проверено
руководителем*

15.04.2022

Физическая культура

Тема: «Преодоление препятствий».

Цель: Умеет переносить мяч между кеглями, прыгать с высоты 15 см, стоя на месте.

Ожидаемый результат: Прыгнул с высоты 15 см, стоя на одном месте.

Ресурс: мяч, короткая веревка, кегли.

Методы: модель 4К, мнение ребенка, дифференциация, контроль.

Срок организации:

Дети выстраиваются в ряд.

Привет

Мы дружелюбные дети.

Мы будем как мальчики.

(Поднимая колени и прижимая руки к душе)

1, 2, 3 – вытягиваем руки вверх,

Мы можем пойти в одну сторону. (Руки вверх).

Давай сгорим цветами,

Сияй, как солнце (Медленный бег)

таксономия Блума,

косвенный контроль

Общеразвивающие упражнения:

Упражнения для мышц рук и плеч:

"Качать"

Встает в исходное положение, ноги врозь, руки опущены.

Руки вверх.

Качается в обе стороны, вправо.

Качается влево. Б;К

Упражнения для мышц тела:

«Директор»

Б.к.: базовая поза, рука вниз.

Поднимая цветы в руки.

Потянитесь вперед.

«Сжать-открыть»

Б.к.. ноги врозь, руки внизу.

Поднесите цветы обеими руками к сундуку.

Протяните обе руки к душе. Приезд в Британскую Колумбию.

3. Упражнения для мышц ног:

Б.к.: стоя прямо, руки опущены.

Поднесите обе руки к груди и согните колени.

Прыгаем на одном месте и прижимаем к душе цветок. Приезд в Британскую Колумбию.

Дыхание:

«Запах прекрасного цветка»

4к модель, мнение ребенка

Дифференциация по продуктам. Мониторинг по наводящим вопросам.

Базовые двигательные упражнения:

1. Перенос мяча между кеглями
2. Стоять на одном месте и прыгать с высоты 15 см.

Работа в команде, Таксономия Блума, Непосредственное наблюдение.

Экстремальная игра:

Игра «Заяц и волк».

Отражение

- Анализирует результаты организованной учебной деятельности:
- Какие упражнения мы делали?
- Запоминание движений, которые играли и отрабатывали с детьми.

19.04.2022

Физическая культура

Тема: «Футбольный матч».

*Проверено
Р.И.И.Ф. -*

Цель: Музыкально-ритмические движения. Футбол. Перекатить мяч правой и левой ногой в заданном направлении.

Ожидаемый результат: Музыкально-ритмические движения. футбол. Он катил мяч в заданном направлении правой и левой ногой.

Ресурсы: Стена спортзала, мячи.

Методы: 4К-модель, дифференцирование, контроль.

Срок организации: идти, бежать

1. Введение

Общеразвивающие упражнения:

Из положения «руки перед грудью» вытянуть руки в стороны, из положения «руки на затылке» поднять руки вверх.**2. Главная часть** Музыкально-ритмические движения. 3. футбол. Перекачивайте мяч правой и левой ногой в заданном направлении.

Дыхательные упражнения: скажите «спящий кот» «п-у-р, п-у-р». Вдохните через нос и выдохните через рот.

4к модель, мнение ребенка

Дифференциация по продуктам Прямой контроль

Базовые упражнения:

1. Лазание по гимнастической стенке с поочередным шагом вверх и вниз.
2. Бросок мяча далеко через голову сидя.

4к модель, мнение ребенка

Самостоятельная -игра:

«Веселые кролики»

Работа в команде, мнение ребенка, массовый контроль.

Фонд

молчал

Вопрос и ответ

Хвалить детей.

21.04.2022

*проверено
РЭУФ -*

Физическая культура

Тема: «Всадник».

Цель: Идём в прямом направлении. Объединитесь в пары и двигайтесь по кругу.

футбол. Закатывание мяча в лунку, в ворота

Ожидаемый результат: Они движутся по кругу парами.

футбол. Он закатил мяч в лунку и в ворота.

Ресурсы: Шары.

Методы: 4К-модель, дифференцирование, контроль.

Срок организации: идти, бежать

1. Введение Общеразвивающие упражнения:

одновременно и поочередно поднимать руки вверх и назад одновременно **2 Основной раздел.** Идём в прямом направлении. Объединитесь в пары и двигайтесь по кругу.

1. футбол. Закатывание мяча в лунку, в ворота.

Заключение

4к модель, мнение ребенка

Самостоятельная -игра:

самостоятельная -игра: «Погоня за мячом»

делаю дыхательные упражнения.

Проверено
РЭМФ -

22.04.2022

Физическая культура

Тема: «Двигаемся под музыку».

Цель: Хлопайте в ладоши в ритме простой музыки.

Футбол.

Ожидаемый результат: Он хлопает в ладоши в ритме простой музыки

Он умел вращать мяч.

Ресурс: мяч, короткая веревка, кегли.

Методы: модель 4К, мнение ребенка, дифференциация, контроль.

Срок организации: идти, бежать

1. Введение Общеразвивающие упражнения: «зафиксировать» путем скрещивания пальцев руки, поднимая вперед и вверх (поворачивая ладонь наружу); 2. Основная часть Хлопайте в ладоши в ритме простой музыки.

3. футбол.

Заключение

Движущая игра: «Подбрось мяч через голову».

Выполняйте дыхательные упражнения.

Проверено
РЭМФ -

26.04.2022

Физическая культура

Тема: «Бег с непрерывным временем».

Цель: может бежать с разной скоростью – медленным, быстрым, средним темпом в течение 1,5-2 минут без остановки.

Ожидаемый результат: бежал без остановки 1,5-2 минуты с разной скоростью – медленным, быстрым, средним темпом.

Структурированная игра: «Бег в разном темпе»

Общеразвивающие упражнения Ходьба на руках до 5 метров (второй ребенок держит ногу первого ребенка).

Организационный период: стоим в кругу, бежим.

Введение Общеразвивающие упражнения: Ходьба на руках до 5 метров (второй ребенок держит ногу первого ребенка).

Главная часть

1. 1,5-2 мин безостановочный бег с разной скоростью – медленный, быстрый, средний темп.

2. Делайте дыхательные упражнения.

Заключение

Движущая игра: «Гуси и птенцы».

*Проверено
руки -*

29.04.2022

Физическая культура

Тема: «Сохраняем баланс»

Цель: Он может далеко забросить большой мяч, надеть на голову небольшой мешок и пройти по доске.

Ожидаемый результат: он положил небольшую сумку на крышу и смог ходить по доске.

Ресурсы: Большой мяч, погремушка.

Методы: Модель 4К, дифференциация, контроль

Введение раздел:

Выстраивайтесь друг за другом.

Ходит по кругу «медведем».

Руки вверх, ходьба на цыпочках. Руки на корпусе, ходьба на пятках. Хождение парами.

Стоя в кругу. Держите руки подальше и держите дистанцию

Масса наблюдения

Главная часть:

Общеразвивающие упражнения.

С погремушкой

Б.К.: «Бабочка приземлилась».

1. Ноги длиной до плеч. Руки за спиной. Увидеть бабочку на плече. повернуть голову вправо, влево, сказать «приземлился». /повторить 6 раз/

Б. т.: «Движение змеи»

2. Ноги на ширине плеч, руки вытянуты к душе. Сделайте движение змеи. поверните плечо вперед. /повторить 6 раз/

Ссылка: «Ножницы».

3. Ноги расставлены широко, руки в стороны, руки скрещены. /6 раз/ Б. .: «Звездочка»

4. Руки на бедрах. Держа ноги вместе. Подпрыгните на месте, вытянув ноги и руки к душе, произнося «ха-а-а», подпрыгните на месте, сложив ноги вместе и руки на поясе, произнесите «хоп». /6 раз/

Дыхательные упражнения: издавая звук чайника (ш-ш-ш). Сделайте глубокий вдох и выдох.

Дифференциация по содержанию, таксономия Блума.

Вернитесь в исходное положение..

Базовые двигательные упражнения.

1. Далеко бросить большой мяч.

2. Положите небольшую сумку на крышу и пройдите по доске.

Дифференциация по продукту, модели 4К, детскому голосу

Самостоятельная -игра:

«Кролики и волки»

Цель: Воспитывать детей быть смелыми, бдительным и миролюбивыми. Увеличивайте ловкость.

Работа в команде, массовый контроль

Заключение

*Проверено
РФМ -*

03.05.2022

Физическая культура

Тема: «Прыжки через препятствия».

Цель: Может перепрыгнуть через двойные ленты подряд,

Они могут перекатывать мяч друг другу.

Ожидаемый результат: Перепрыгнул через двойную ленту, которая была подряд.

(расстояние между: 10-15 см)

Они катали мяч друг другу.

Ресурсы: Мячи, кегли.

Методология: 4К модель, мнение ребенка, дифференциация, контроль.

Курс НОК:

Введение Раздел.

Привет.

Выстраивайтесь друг за другом.

Бег по кругу с поднятыми руками, на цыпочках.

Ходьба на руках и пятках.

Идите поочередными шагами по кругу, сохраняя дистанцию, вытянув руки.

Прямой контроль.

Общеразвивающие упражнения

1. Раздвигаем ножки, делаем Буратине красивый нос. Буратино рисует носом «солнце».

/повторить 5 раз/

2. Расставьте ноги в стороны, сожмите кулаки и отведите руки в стороны. Поочередно поднимайте правое и левое плечо. /повторить 5 раз/

3. Ноги расставлены врозь. Руки вниз, стоя на цыпочках, руки вверх. (6-й раз)

4. Стоя на месте, руки на бедрах, прыжки ногами вперед.

5. Соединяем ноги. Прыгайте на месте, руки как кроличьи лапки. /10-15 секунд/

Дыхательные упражнения: вдох через нос и выдох через рот. скажи «п-у-у, у-у-у, у-у-у».

4к модель, мнение ребенка

Дифференциация по продуктам. Мониторинг по наводящим вопросам.

4. Базовое двигательное упражнение.

1. Прыжки через двойную ленту, лежащую в ряд. (расстояние между: 10-15 см)

2. Перекатывание мяча друг другу, дифференциация продукта, критическое мышление, мнение ребенка, работа в команде.

Самостоятельная -игра: Ударь по кегели.

Вернитесь в исходное положение.

Заключение

Хвалите детей.

Проверено
РФМФ -

05.05.2022

Физические упражнения (свежий воздух)

Предмет: «Прогулка по равнине»

Цель. Он умеет ходить по равнине, прыгать при движении вперед, бросать мяч обеими руками в разные положения.

Ожидаемый результат: Подбросить мяч вверх, ударить об пол и поймать его обеими руками. Подъем на гимнастическую стенку попеременными шагами.

Ресурсы: Мяч, гимнастическая стенка.

Методы: Модель 4К, мнение ребенка, управление, дифференциация.

I. Вводная часть.

Встаньте в ряд.

Привет.

(следовать инструкциям)

Стоя в кругу. Держите руки подальше и соблюдайте дистанцию.

Масса наблюдения.

Главная часть:

Общеразвивающие упражнения:

- 1) руки на поясе, наклон головы вперед, назад, вправо, влево:
- 2) Поверните обе руки вперед 4 раза, держа руки прямыми, назад 4 раза.
- 3) Правая рука вверх, левая вниз. Не раскачивайте руки вперед-назад, когда говорите 1, 2, и меняйте местами, когда говорите 3-4.
- 4) Держите руки перед грудью: махните назад, когда произнесете 1,2, махните вправо, когда произнесете 3,4, махните влево, когда произнесете 3,4.
- 5) Наклоняясь вперед при каждом шаге.
- 6) Полусогнутые колени:
- 7) Прыжок правой ногой 8) Прыжок левой ногой
- 9) Прыжки на второй ноге

Дыхательное упражнение

издавая звук чайника. Сделайте глубокий вдох и выдох.

Модель 4К, мнение ребенка, массовый контроль,

Базовые упражнения:

1. Подбросить мяч вверх, ударить об пол и поймать его обеими руками. 2. Подъем на гимнастическую стенку попеременными шагами.

Дифференциация по продукту, модели 4К, детскому голосу, массовому контролю,

Самостоятельная -игра:

«Найди свое место»

Цель игры:Расширение детского мышления, дружбы,
воспитание коллективности и единства.

Модель 4К, мнение ребенка, массовый контроль.

Заключение.

Хвалите детей.

*Проверено
руководителем -*

05.06.2022

Физическая культура

Тема: «Волшебные перемены».

Цель:Умение держать спину прямо укрепляется за счет работы над ладонями и коленями и контроля собственных движений.

Ожидаемый результат:кладет сумку на спину и работает на четвереньках, перебрасывает сумку через плечо в вертикальную мишень с расстояния 4 м.

Резус:«Волшебная палочка», музыка «Шумное море», мешочки с песком по количеству детей, кружки – 2 шт.

Методы:Дифференциация, управление, модель 4К, мнение ребенка.

Срок организации:

Обращает внимание детей на волшебную палочку.

Он слушает музыку и просит с помощью волшебной палочки найти, откуда они взялись.

Критическое мышление, массовое наблюдение

Гимнастика в игровой форме: «У моря».

С помощью волшебной палочки дети становятся охотниками. Бросает предмет правой (левой) рукой и правой (левой) ногой вперед, ориентируясь на умение распределять силу броска в разные стороны.

Инструкция:Необходимо держать спину прямо, не сгибаясь, чтобы сумка на спине не спадала.

Выполните основные действия:

1«Охотники» — Метайте точно в горизонтальную мишень (круг).

2.Работаем с сумкой на спине (длина дороги 4 метра).

4К модель, мнение ребенка

Прямой контроль

«Невидимые люди»(в ритме музыки). Волшебная палочка превращает детей в людей-невидимок.

Активная игра: «Пройди, не уронив».

Отражение

Играет жестами персонажей («Буратино», «Чебурашка»).

Он снова становится ребенком. Их спрашивают, что им понравилось больше всего и почему.

*Проверено
руки -*

13.05.2022

Физическая культура

Тема: «Разноцветные прыжки».

Цель:Он может прыгать вперед и назад попеременно длинными и короткими прыжками, подпрыгивая, перемахивая вперед с одной ноги на другую, прыгая двумя ногами.

Ожидаемый результат:

Выполнялись упражнения для правильного формирования тела и укрепления подошв ног.

РезусСостав: Платочки разных цветов, несколько джемперов в зависимости от количества детей.

Срок организации:

Внимание детей привлекает новый инструмент – прыжок.

Двуязычный компонент: прыжки на скакалке.

Мнение ребенка, критическое мышление

Основной этап.

Движущая игра: «Найди свой цвет!»

Состояние:Выстроитесь в пары.

Выполнение общеразвивающих упражнений с полотенцами.

Дифференциация через контент

Выполните основные действия:

1.Прыжки длинными и короткими прыжками, раскачивания и перемахи вперед с одной ноги на другую.

2.Прыгайте вперед и назад вместо того, чтобы прыгать на обеих ногах.

Инструкции:Необходимо держать тело и голову прямо.

4К модель, мнение ребенка

Прямой контроль

Самостоятельная -игра: «Работа в тоннель»

Состояние:Быстрое движение.

4К модель, мнение ребенка

Отражение

Упражнение в форме игры: «Пузыри».

Состояние:Делать движения, похожие на надувание мыльных пузырей.

17.05.2022

Физическая культура

Тема: «Бег с непрерывным временем».

*проверено
РФМФ -*

Цель:может бежать с разной скоростью – медленным, быстрым, средним темпом в течение 1,5-2 минут без остановки.

Ожидаемый результат:бежал без остановки 1,5-2 минуты с разной скоростью – медленным, быстрым, средним темпом.

Структурированная игра: «Бег в разном темпе»

Общеразвивающие упражненияХодьба на руках до 5 метров (второй ребенок держит ногу первого ребенка).

Организационный период: стоим в кругу, бежим.

Введение

Общеразвивающие упражнения:Ходьба на руках до 5 метров (второй ребенок держит ногу первого ребенка).

Главная часть

1. 1,5-2 мин безостановочный бег с разной скоростью – медленный, быстрый, средний темп.

2. Делайте дыхательные упражнения.

Заключение

Движущая игра: «Гуси и птенцы».

*Проверено
руки -*

19.05.2022

Физическая культура

Тема: «Бросание мяча двумя руками».

Цель. Он умеет ходить по ограниченной плоскости, сохраняя равновесие. Умеет бросать мяч обеими руками в разных положениях.

Ожидаемый результат: Бросает мяч обеими руками в разные позиции.

Ресурс: мяч, короткая веревка, спортивная скамья, цветы.

Методы: модель 4К, мнение ребенка, дифференциация, контроль.

Ход образовательной деятельности:

Дети выстраиваются в ряд.

Привет.

Мы дружелюбные дети.

Мы будем как мальчики.

(Поднимая колени и прижимая руки к душе)

1, 2, 3 – вытягиваем руки вверх,

Мы можем пойти в одну сторону. (Руки вверх).

Давай сгорим цветами,

Сияй, как солнце (Медленный бег)

таксономия Блума,

косвенный контроль.

Общеразвивающие упражнения:

Упражнения для мышц рук и плеч:

"Качать"

Встает в исходное положение, ноги врозь, руки опущены.

Руки вверх.

Качается в обе стороны, вправо.

Качается влево. Б;К

Упражнения для мышц тела:

«Директор»

Б.к.: базовая поза, рука вниз.

Поднимая цветы в руки.

Потянитесь вперед.

«Сжать-открыть»

Б.к.. ноги врозь, руки внизу.

Подносит цветы обеими руками к груди.

Он протягивает обе руки к душе. БК придет.

3. Упражнения для мышц ног:

Б.к.: стоя прямо, руки опущены.

Он подносит обе руки к груди и сгибает колени.

Он прыгает на одном месте и протягивает цветок. БК придет.

Дыхание:

«Запах прекрасного цветка»

4к модель, мнение ребенка

Дифференцирует по продуктам. Мониторит по наводящим вопросам.

Базовые двигательные упражнения:

-1. Бросает мяч в вертикальную мишень с расстояния 2 м.

-2. Он ходит по гимнастической скамейке, опираясь на руки и ноги («мишка»).

-3. Прыжки с короткой веревки.

Работа в команде, Таксономия Блума, непосредственный контроль.

Экстремальная игра:

Игра «Заяц и волк».

Отражение

-Анализирует результаты организованной учебной деятельности:

- Какие упражнения мы делали?

- Он помнит движения, которые играл и отрабатывал с детьми.

*Проверено
руководителем -*

20.05.2022

Физические упражнения (свежий воздух)

Предмет: "Пройти через обруч»

Цель: пройти через обруч, сгруппировав правую и левую стороны, не касаясь пола или края обруча.

Ожидаемый результат: с внутренней стороны обруча, сгруппированные с правой и левой стороны прошедший.

Ресурсы: Наглядные материалы по теме.

Методы: модель 4К, мнение ребенка, различает, работает в команде, наблюдает, метод группировки.

Прогресс НОК:

Структурированная игра: "Гибкий"

Организационный период: стоим в кругу, бежим.

Введение

Общеразвивающие упражнения: Двое детей делают это в парах: первый ребенок кладет руку на затылок и садится (5-6 раз);

Главная часть

1. Не касаясь земли, края обруча, пройти сквозь обруч, сгруппировав правую и левую стороны. 2. Делайте дыхательные упражнения.

Заключение

Самостоятельная -игра: "Кот и мышь"

24.05.2022

Физическая культура

Предмет: «Основные движения»

Цель: Ноги врозь, руки на поясе, плечи можно поднимать и опускать.

Может подняться на гимнастическую стенку.

Ожидаемый результат: Ноги врозь, руки на талии, плечи вверх и вниз.

Лазание по гимнастической стенке.

Ресурс: Гимнастическая стенка, мячи.

Методы: Модель 4К, мнение ребенка, дифференциация, контроль, работа в команде.

Прогресс НОК.

Он приветствует детей

Ходит и бежит по кругу.

Есть 4 ряда.

*Проверено
РФМФ -*

Общеразвивающие упражнения:

1. Ноги врозь, руки на поясе, повороты головы вправо и влево совершают полный поворот.
2. Ноги врозь, руки на талии, плечи вверх-вниз.
3. Ноги вместе, руки вверх, правая нога назад. Б. придет
4. Ноги вместе, становится на колени, руки на поясе, откидывается назад и возвращается в исходное положение.
5. Сидя, ноги вместе, руки опираются на пол, приподнимает грудь.
6. Сидя, ноги вместе, глядя по очереди, делает очки.
7. Лежа на груди поднимает руки и ноги. Птица делает жест.
8. Выполняет дыхательную гимнастику.

Упражнение с базовым диапазоном движений.

1. Лазание по гимнастической стенке.
2. Он ударяет мяч об пол и ловит его.

4к модель, мнение ребенка

Отличается по содержанию

Таксономия Блума

Самостоятельная -игра.«Кто первый?»

Знакомит с условиями игры.

Модель 4К, мнение ребенка, прямое управление.

Заключение:

Он хвалит детей.

*Проверено
РФМФ -*

27.05.2022

Физическая культура

Тема: «Обучение в кружках»

Цель: Он может держать тело прямо и ходить по кругу.

Ожидаемый результат: Он держал тело прямо и ходил по кругу.

Ресурсы: Мяч, лента

Метод: 4К, мнение ребенка, не прямое управление, командная работа.

НОК прогресс:

1. Приветствую.

Они выстраиваются друг за другом. Держит тело в вертикальном положении.

Он держит тело прямо и ходит по кругу.

Рука уходит в сторону, на внешнюю сторону ноги.

«Пингвин» — ходит коротким и широким шагом внутренней стороной стопы.

Он идет по кругу.

Стоит вдоль круга. (по очереди убираем палочки со стола)

Он вытягивает руки и держит дистанцию.

Прямое наблюдение, таксономия Блума.

Общеразвивающие упражнения.

Липкий

См.: «Часы»

1. Ноги врозь, упор на пояс. Произносятся слово «тик-так», он двигает головой вправо и влево. /повторяется 6 раз/

Б. город: «Водовоз»

2. Ноги расставлены, палка на плечах, плечи по очереди подняты.

/повторить 6 раз/

См.: «Водопад».

3. Ноги врозь, вытягивая палку вверх, наклоны справа налево, слева направо. /повторяет 6 раз/

Справка: «Набираемся с силами»

4. Ноги расставлены врозь, палка возле груди. Он поднимает и опускает палку. /повторяет 6 раз/

Б.к.: «Вождение мотоцикла»

5. Раздвиньте ноги, прижмитесь к груди; скажем, он водит мотоцикл (пой-пой-пой). Это происходит в одном месте. (15-20 секунд).

Вывод: одна линия идет по кругу /положите палочки на стол/. Он марширует.

Дыхательные упражнения: «Кукушка» – стоя прямо, ноги расставив, руки на талии, вдох постепенный, выдох со звуком «Ку-ку, Ку-ку», наклон туловища вперед.

Дифференциация по содержанию, систематика Блума, косвенные наблюдения, мнение ребенка.

Вернитесь в исходное положение.

Основные двигательные упражнения: 1. Перекатывать мяч друг к другу, сидя на земле.

2. Балансирует на ленте шириной 5-7 см.

Работа в команде, критическое мышление, прямое наблюдение, мнение ребенка.

Самостоятельная -игра: «Какая команда быстрее всех собирает мячи?»

Кортыного знакомят с условиями игры.

Он хвалит детей

31.05.2022

Физическая культура

Тема: «Сохранение баланса».

*Проверено
РФШ*

Цель: Он умеет перекатывать мяч друг другу, сидя на земле, и удерживать равновесие по ленте шириной 5-7 см.

Ожидаемый результат: Он умел перекатывать мяч друг другу, сидя на земле, и сохранять равновесие по ленте шириной 5-7 см.

Ресурсы: мяч, лента.

Методы: 4К, мнение ребенка, не прямое наблюдение, командная работа.

Курс НОК:

1. Приветствую.

Выстраивайтесь друг за другом. Удержание тела в вертикальном положении.

Удерживая тело прямо, ходим по кругу.

Руки в стороны, ходьба по внешней стороне стоп.

«Пингвин» — короткий и широкий шаг внутренней стороной стопы.

Маршируем по кругу.

Стоя в кругу. (по очереди убираем палочки со стола)

Держите руки подальше и соблюдайте дистанцию.

Прямое наблюдение, таксономия Блума.

Общеразвивающие упражнения.

Липкий

См.: «Часы»

1. Ноги врозь, упор на пояс. Произносятся слово «тик-так», двигая головой вправо и влево.
/повторить 6 раз/

Б. город: «Водовоз»

2. Ноги расставить в стороны, опереться на плечи, поочередно поднимая плечи.

/повторить 6 раз/

См.: «Водопад».

3. Ноги врозь, вытянуть палку вверх, сгибать справа налево, слева направо. /повторить 6 раз/

Справка: «Набираемся с силами»

4. Ноги расставлены врозь, палка возле груди. Поднимите и опустите палку. /повторить 6 раз/

Б.к.: «Вождение мотоцикла»

5. Раздвиньте ноги, прижмитесь к груди; скажем, водить мотоцикл (пой-пой-пой).
Прогулка в одном месте. (15-20 секунд).

Заключение:

ходить по кругу в один ряд /положить палочки на стол/ . Марширующий.

Дыхательные упражнения: «Кукушка» – стоя прямо, ноги расставив, руки на талии, вдох постепенный, выдох со звуком «Ку-ку, Ку-ку», наклон туловища вперед.

Дифференциация по содержанию, таксономия Блума, не прямой контроль, мнение ребенка.

Вернитесь в исходное положение.

Основные двигательные упражнения: 1. Перекачивание мяча друг к другу, сидя на земле.

2. держать баланс на ленте шириной 5-7 см.

Работа в команде, критическое мышление, непосредственное наблюдение, мнение ребенка.

Активная игра: «Какая группа быстрее всех собирает мячи?»

Знакомство с условиями игры

Заключение. Хвалите детей

найти сходство.