

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 01.09.2021

Бекітілді:
ашауф-
01.09.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Спортзалмен таныстыру Негізгі

қимылдары: бір-бірлеп сапқа тұру.

Сапта бір қатармен жүру.

Мақсаты: саусақ гимнастикасын қолдана отырып, дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын қалыптастыру.

Міндеттері: саптағы өз орнын табуға үйрету. Саптан шығып кетпей белгіленген бағытта жүруді бекіту. Зейінін, кеңістікте бағдарын айқындауды жетілдіру, спортзалда денешынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын арттыру.

Ойын: «Маған қарай жүгір»

Міндеті: тіке бағытта жүгіруге жаттықтыру, зейінін арттыру.

Күтілетін нәтиже: орындайды: тақпақ сөздерін қайталайды:

«Аяқтарым қаз-қаз»; түсінеді: спортзалдың неге арналғандығын;

қолданады: сапта бір қатарға тұру, сапта жүру дағдыларын.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания

ҰОҚ барысы

I. Балалармен танысу. Спортзалға назар аударту, залда не істеуге болатынын түсіндіру. Педагог залдың ішін пойызға отырып аралап шығуды ұсынады.

II. Негізгі кезең.

Сапқа бір-бірлеп тұру.

«Пойыз» ойын жаттығуын жасау. Бағытты қалай сақтауға болатынын көрсетеді.

№1 аялдама – «Спорттық».

Жалпы жаттығулар.

Пойызға мініп әрі қарай қозғалады.

№2 аялдама – «Ойындар».

Сапта бір қатармен жүру.

Қозғалысты ойын: «Аяқтар».

«Аяқтарым қаз-қаз, бір, екі, үш!

Жолда түзу қадам бас, бір, екі, үш!

Шат көңілді боламыз, бір, екі, үш!

Біз бақытты баламыз, бір, екі, үш!

Ескерту: Саптар бір-біріне кедергі келтірмеуі

керек. Қозғалысты ойын: «Маған қарай жүгір»

Ойын ережесін түсіндіреді.

Залдың қарсы жағына шығып, балалардың атын атап шақырады.

№3 аялдама- «Демалу»

III.Қорытынды кезең (рефлексия).«Бес саусақ» (Ж.Смаков) (саусақ гимнастикасы)

Ал, санайық санамақ, Саусақтарға қарап ап.

Кәне, кәне, санайық,

Санын біліп алайық.

Біреу, екеу, үшеу, төртеу, бесеу,

Қолымда сонда саусағым нешеу?

Бекітілді:
02.09.2021ж

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 02.09.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру» **Тақырыбы:**

Спортзалда ойнаймыз

Негізгі қимылдары: шеңбер құрып тұру.

Берілген белгі бойынша тоқтап, бір қатармен сапта жүру.

Мақсаты: денсаулық сақтау технологиясын және ойын және тыныс алу гимнастикасын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға

қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту.

Міндеттері: саптан шығып кетпей, белгіленген бағытта сапта жүруге үйрену, педагогтің берген белгісі бойынша қозғалысты тоқтатуды қалыптастыру.

Шеңбер бойымен тұруды бекіту, өз іс-әрекетін басқа балалардың іс-әрекетімен сәйкестендіре білу.

Зейінін, кеңістікте бағдарын айқындауды жетілдіру, жинақылыққа тәрбиелеу, денешынықтыру жаттығуларын орындауға оң көзқарас қалыптастыру.

Ойын: «Ең шапшаң».

Міндеті: тіке бағытта жүгіре білуді бекіту, шапшаңдығын жетілдіру.

Күтілетін нәтиже: қайталайды: ойындық жаттығулар, шеңбер құрып тұру, педагогтің белгісі бойынша жүгіру;

түсінеді: спортзал не үшін керек екенін, педагогтің берген белгісі бойынша тоқтау керектігін, сапта жүріп келе жатқанда жүру бағытын қалай сақтауға болатынын;

қолданады: бір-бірден сапка тұру, бір-бірден сапта жүру дағдыларын.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, ойыншықтар – игрушки.

Барысы:

I.. Спортзалда не істеуге болатыны жайлы әңгіме өткізіледі..

Педагог спортзалда ойнауға ұсыныс жасайды.

II. Негізгі кезең.

Сапка бір қатармен тұру

Сапка бір-бірлеп тұру ұсынылады.

Сапка тұру ережесін түсіндіреді. Сапка бойдың ұзындығы бойынша тұратынын, яғни алдымен ең ұзыны, содан кейін сәл қысқалары, ең соңында бойы ең қысқасы тұратынын еске салады.

Қозғалысты ойын: «Қатып қал».

Ойын гимнастика:

Балақан мен алақан

Бекітілді
03.09.2021ж

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 03.09.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Қуыршақтар денешынықтыруды ұнатады*

Негізгі қимылдары: бір-бірілеп сапқа тұру, сапта жүру және жүгіру. Тепе-теңдік: Қуыршақты қолдарында ұстап, тұтқаларынан ұстамай баспалдақтары арқылы көлбеу тұрған төбешікке шығу және одан отырып төмен қарай сырғанау.

Мақсаты: денсаулық сақтау технологиясын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту. Балаларды қадағалау әдісімен дамыту бастауыш мониторингісін өткізу (қарапайым жағдайда балалармен өткізіледі). Типтік бағдарламаның мазмұнын ұғынуын анықтау мақсатымен, сонымен қатар баланы педагогикалық сүйемелдеу үшін тапсырмаларды анықтау.

Міндеттері: қуыршақтар қолданылған ойын жаттығуын пайдалану арқылы сапқа бір-бірілеп тұруды бекіту. Қуыршақты қолдарында ұстап төбешікке баспалдақтар арқылы көтерілгенде және төмен сырғанағанда тепе-теңдікті сақтай білуге үйрету.

Ептілігін, қозғалыс үйлесімділігін дамыту, ойыншықтарға мұқият болуға тәрбиелеу, денешынықтыру сабағына қызығушылығын арттыру.

Ойын: «Күлше нан».

Міндеті: шеңбер құрып тұруға, шеңбер бойымен жүруге жаттықтыру, ойын ережесін сақтай білуді жетілдіру.

Құрал-жабдықтар: «Үйшіктегі» қуыршақтар – бала санына қарай есептелген бір қатарда жатқан шеңберлер, диаметрі 20 см доптар, үлкен шеңберлер, екі жақты сырғанауышы бар төбешіктер (горкалар). **Күтілетін нәтиже:** қайталайды: қуыршақтармен бірге жалпы жаттығулар, «Күлше нан» ойынының мәтініне сәйкес жаттығулар жасау;

түсінеді: қуыршақты қолдарында ұстап төбешікке баспалдақтар арқылы көтерілуде және тұтқасынан ұстамай төмен қарай отырып сырғанауда тепе-теңдікті сақтау керектігін, залда жүргенде бір-біріне кедергі жасамау керектігін; қолданады: қуыршақпен ойнаудың тәсілдерін, сапта өз орнын табу дағдыларын.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, қуыршақ – кукла.

ҰОҚ барысы

1.. Педагог: Біздің қуыршақтар денешынықтырумен шұғылданбақшы, бірақ олар қалай айналысу керектігін білмейді. Кәне, біз оларды үйретейікші. Әрқайсысың өзіңе ұнаған қуыршақтың қасына барып тұрыңдар. Қуыршақтарды алып серуендеп қайтайық.

2. Қуыршақтарды «үйшіктеріне» апарыңдар.

Енді өздерің серуендеп келіңдер.

Өз куыршақтарыңа барыңдар.
Сендердің қалай жүгіретіндерінді куыршақтарың көрсін.

II. Негізгі кезең

Куыршақтармен бірге жалпы дамыту жаттығулары.

«Куыршақтарды алып, шеңбер бойына тұрыңдар».

1. Куыршақты жоғары көтереміз, сосын төмен түсіреміз.
Орындауы: ойыншықты оған қарап тұрып жоғары көтеру. (3-4 рет қайталау)

2. Куыршақты еденге отырғызып, оның көзіне қараймыз.
Орындауы: иілу және отыру – әрқайсысы әртүрлі орындауы мүмкін. (3-4 рет қайталау)

3. Куыршақпен жасырынбақ ойнайық. Етпетінен жатып куыршаққа қарау, бетін алақанымен жасыру «ішпен жатып, иықпен тіреп басын сәл көтеру, иіліп «жасырыну». (34 рет қайталау).

4. Куыршақпен билейік. Куыршақты қолға алып, әркім өз әлінше бір орында би қимылдарын жасау. (15–20 сек қайталау)

Қимылдың негізгі түрлері

«Куыршаққа сырғанақ тепкіземіз».

Тепе-теңдікті сақтауға арналған жаттығулар: Куыршақты қолдарында ұстап төбешікке баспалдақтар арқылы көтерілу және төмен қарай отырып сырғанау (3-4 рет қайталау).

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Күлше нан»

Куыршақтарды үлкен шеңбер бойымен отырғызуды ұсынады (үлкен шеңбер залдың ортасында).

Куыршақтардың туған күнін атап өту үшін «Күлше нан» ойынын ойнаймыз. Бәріміз бірбіріміздің қолымыздан ұстаймыз. *Туған күнді тойлауға Пісірдік біз күлше нан. Иісі қандай дәмді, Өзі қандай сәнді.*

Қызарып піскен күлше нан,

Қазаннан түскен күлше нан.

Күлше нан, бұрыл солға,

Күлше нан, бұрыл оңға, Жан-

жағыңа қара да, Куыршақты

таңда.

(Өз куыршақтарын алып, әркім өз әлінше би қимылдарын жасайды. 2 рет қайталайды).

Куыршақтар шаршады, енді оларды мәшинемен үйлеріне апарып салайық.

«Мәшине» әнінің ырғағымен бәріміз үйге қайтайық.

Мәшине, мәшине келе жатыр,

Ішінде, ішінде шопыр отыр. Би-би-

би! Би-би-би!

III. Қорытынды кезең (рефлексия). Ойын жаттығуы: «Тамаша көңіл күй».

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 06.09.2021

Бекітілді
Асанов
06.09.2021ж.

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Қоянмен бірге ойнаймыз

Негізгі қимылдары: екі аяқпен секіру (аяқтарын қосып секіру – аяқтарын алшақ қойып секіру).

Шеңбер бойымен жүру.

Мақсаты: денсаулық сақтау технологиясын және «Қояндар» саусақ гимнастикасын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту.

Міндеттері: екі аяқпен секіріп үйрену (аяқтарын қосып секіру – аяқтарын алшақ қойып секіру), бір қарқынды екі аяқпен итеріліп, тізесін жартылай бүгіп, секіріп түсу. Бір қарқынмен шеңбер бойымен жүре білуді бекіту. Жаттығу орындау кезінде тыныс алуды тоқтатпауды қалыптастыру. Үйлесімділік қабілетін, ырғақты сақтай білуді, педагогтің нұсқауымен жаттығуды орындауда шапшаңдата және баяулата білуді жетілдіру. Балаларды денешынықтыру жаттығуларына оң көзқарас танытуға тәрбиелеу.

Ойын: «Қияр».

Міндеті: жалтара жүгіруге жаттығу, ойын ережелерін сақтай білуді жетілдіру. Құрал-жабдықтар: «Қоян» ойыншығы, ойын шегарасы үшін ұзын сырық. Күтілетін нәтиже: қайталайды: жалпы дамыту жаттығуларын, бір қарқынмен шеңбер бойымен жүруді; түсінеді: сапта жүру кезінде қозғалыс бағытын қалай сақтау керектігін; қолданады: ойын кезіндегі рөлдік іс-әрекетті.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, қоян – заяц.

ҰОҚ барысы

І.. Педагог ойыншық қоянға назар аударуды сұрайды. Спортзалда қоянмен ойнауға ұсыныс жасайды.

2. Ойыншық алып саптың алдына тұрады.

Қоянды шеңбер бойымен дұрыс жүруге – бір қарқын және нық қадам басып жүруге үйретуді ұсынады.

Балалардың арасындағы интервалға назар аударады.

II. Негізгі кезең.

Шеңбер бойымен тұру.

Балалар арасындағы қашықтықты сақтауға назар аудару.

Шеңбер бойымен тұрып жалпы дамыту жаттығуларын жасау.

Негізгі қимылдарды орындау.

Екі аяқпен секіру (аяқтарын қосып секіру – аяқтарын алшақ қойып секіру).

Екі аяқтың ұшымен бір қарқынмен итеріліп, тізені жартылай бүгіп, секіріп түсуге назар аудару.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қарақұлақ» (қазақтың ұлттық ойыны). Балаларға «үйшікті» көрсетеді. Ойын ережесін түсіндіреді.

Балаларға жүгіргенде бір-біріне кедергі жасамау керектігін естеріне салады. Саусақ гимнастикасы: «Қоян» «Биік терек түбінде Секіреді ақ қоян.

Оған қайың түбінен

Ойнауға келді сұр қоян».

III. Қорытынды кезең (рефлексия). Қоянға денешынықтыру жаттығулары ұнағанын айтып береді. Жаттығудан кейін қоян күшті, батыл әрі шапшаң болып кетті.

Бекітілді:
Сынып
04.09.2021

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 07.09.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру» Тақырыбы:

Доппен танысамыз

Негізгі қимылдары: бір-біріне допты домалату (аяқтарын алшақ ашып қойып, бірбірінен 1 метр қашықтықта отыру).

Екі аяқпен секіру (аяқтарын қосып секіру – аяқтарын алшақ қойып секіру).

Мақсаты: денсаулық сақтау технологиясын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту

Міндеттері: бір-бірінен 1 метр қашықтықта отырып, аяқтарын алшақ ашып қойып, бірбіріне допты домалату, доптың домалау бағытын сақтауды қалыптастыру.

Екі аяқпен секіруге (аяқтарын қосып секіру – аяқтарын алшақ қойып секіру) жаттықтыру, аяқты қосып және алшақ қойып секіруді, тізені жартылай бүге білуді бекіту.

Көзөлшемді, зейінін, үйлесімділік қабілетін жетілдіру, мейірімділікке, спортзалда өзін ұстай білу мәдениетіне тәрбиелеу.

Ойын: «Тышқандар».

Міндеті: сапта өз орнын шапшаң тауып алуды бекіту, мәтін сөздеріне сай қимылқозғалыстар жасай білуді қалыптастыру. **Күтілетін нәтиже:** қайталайды: бір қарқында шеңбер бойымен жүруді, жұптасып допты домалатуды; түсінеді: допты қалай қолдану керектігін, аяқты қосып, алшақ қойып секіруді қалай орындау керектігін, өз жұбын тауып алуды; қолданады: шашыла жүгіру кезінде бағытты өзгерте білуді, ойын кезіндегі рөлдік іс-әрекет тәртібін.

Құрал-жабдықтар: жарты топқа есептелген доптар.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, тышқан – мышка, доп – мяч.

ҰОҚ барысы

1.. Педагог жаңа құрал – допқа назар аудартады

2. Сапта бір-бірлеп жүру және жүгіру. Нұсқау – саптан шықпау және шеңберді тарылтпау керек.

II. Негізгі кезең.

Шеңбер бойындағы орындалатын ЖДЖ. –

Негізгі жаттығуларды орындау:

Екі аяқпен секіру (аяқтарын қосып секіру – аяқтарын алшақ қойып секіру).

Екі аяқтың ұшымен бір қарқынмен итеріліп, тізені жартылай бүгіп секіріп түсуге назар аудару.

Жаттығу ойын: «Жұбынды тап!» Допты бір-біріне домалату (арақашықтық – 1 метр).

Жұптарға орындарына тұруға көмектеседі. Доптарды таратып береді.
Жұптарға допты домалатуды көрсетеді, доптың домалау бағытын сақтауға назар аудартады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Тышқандар»

Балалар бір-біріне кедергі жасамауын, шашыла жүтіргенде бір-біріне соқтығыспауын естеріне салады.

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

Ойын жаттығуы:

Ал, балалар, тұрайық. Алақанды ұрайық.

Оңға қарай иіліп,

Солға қарай иіліп, Бір отырып, бір тұрып,

Бойымызды созайық. Белімізді жазайық!

Аяқтары мен қолдарын демалдыруға ұсыныс жасайды.

Ұйымдастырылған оқу іс- әрекетінің Күні: 08.09.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Қонжықпен ойнаймыз (таза ауада)

Негізгі қимылдары: сызық үстінен екі аяқпен секіру, кедергілер арасынан жүру және жүгіру.

Мақсаты: екі аяқпен секіру дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: сызық үстінен екі аяқпен секіріп өтуді үйрету. Кедергілер арасынан жүру және жүгіруді бекітуді жалғастыру, шапшаңдықты дамыту. Шектеулі алаң үстінде жүргенде тепе-теңдікті сақтай білуді жетілдіру. Зейінін дамыту, кішіпейілділікке тәрбиелеу. Жарақаттанудың алдын алу.

Ойын: «Допты домалат».

Міндеті: саусақтарымен ептілікпен допты домалатуды бекіту. **Күтілетін нәтиже:** қайталайды: тақпақ мәтініне сай жаңғақтармен ЖДЖ жасау, сызық арқылы секіру; түсінеді: шеңбер бойымен қалай сапқа тұруды, жолдан өту кезінде қауіпсіздік ережелерін сақтаудағы қимыл-қозғалыстардың орындалу ретін; қолданады: педагогтің берген белгісімен жүгіру әдістерін, кеңістікте бағдарын айқындауды.

Құрал-жабдықтар: ойыншық қонжық, «бұлақ» (арасы 50 см болатын 2 метрлік екі жіп), 6 кегель, 4 шеңбер (диаметрі – 25 см), доп (диаметрі 20 см), бала санына қарай жаңғақтар.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, аю – медведь.

ҰОҚ барысы

I.. Педагог: Балалар, мен жұмбақ жасырайын:

Қаһарлы қыста ол ұйықтап, Саусағын сорып жатады.

Күлімдеп көктем келгенде, Ұйқысынан тұрады.

Ол кім?... (аю).

- Иә, бұл – аю. Бүгін бізге ойыншық қонжық қонаққа келді, өзімен бірге бір себет жаңғақ әкелді. Біз онымен бірге ойнаймыз, жүгіреміз, секіреміз. Ал алдымен біз қонжыққа қалай әдемі жүре алатынымызды көрсетейік.

Бір-бірден тізбекке тұру. Бірінің артынын бірі жүру.

Ал енді қандай жылдам екенімізді көрсетеміз. Жүгіру. Ал енді қандай епті әрі күшті екенімізді көрсетеміз. Шеңберге тұруды ұсынады.

II. Негізгі кезең.

Бір-бірлеп сапқа тұрғызу.

Бірінің артынан бірі жүреді.

- Ал енді қандай шапшаң екенімізді көрсетейік. *Жүгіреді.*
- Ал енді ептілігіміз бен күшімізді көрсетейік.

Шеңбер бойымен тұруды ұсынады.

«Қазір қонжық әрқайсымызға бір-бірден жаңғақ береді. Біз оған жаңғақпен қандай жаттығу жасауға болатынын көрсетеміз.

Жаңғақтардың көмегімен жалпы дамыту жаттығуларын орындау.

Жаңғақтар шыршадан түседі, Балалар оны тездетіп тереді.

Б.к. – аяқтары иықтарымен сәйкес қашықтықта, жаңғақ ұстаған қолдары төменде. 1-қолдарын жоғары көтереді, керіледі, жаңғақты жерге тастайды, отырады, жаңғақты жерден көтереді, түзеледі (4 рет қайталайды). *Бұта түбінде жаңғақ домалады, Жасырынып ол қалды.*

Б.к. – аяқтарын алшақ қойып отырады, қонжықты қолдарына ұстап тізесіне қояды. 1-2 – алға қарай иіледі (тізелерін бүкпеге тырысады) жаңғақты аяқтарының арасына қояды, 3-4 – түзеледі, шапалақтайды, 5-6 – алға қарай еңкейеді, жаңғақты алады, 7-8 – түзеледі, жаңғақты жоғары көтереді (4 рет қайталайды).

– шалқалап жатады, жаңғақты екі қолда ұстап басынан жоғары көтереді.

1-2 – аяқтарын жоғары көтереді, қолдарын жоғары көтеріп алға қарай созады, табанын жаңғаққа тигізеді, 3-4 – б.к. алғашқы кезеңге келеді (4 рет қайталайды).

Жаңғақтар ойнайды шаттанып, Секіріп, жүгіріп, қуанып.

Б.к. – аяқты бірге қосады, бір қолмен жаңғақты ұстайды. Бір орында секіреді (20–30 сек) **Қимылдың негізгі түрлері:**

1. «Жолдан өту»

«Кәнеки, қонжықты жолдан өтуге үйретейік».

Бірінен соңы бірі сапқа тұрып басты солға және оңға бұрып «жолмен» жүру (2 рет қайталайды).

2. «Жүгірейік»

«Міне, біз саябаққа келдік. Бұталар арасында жүгірейік».

3. «Секірейік»

«Ал енді қонжықты дұрыс секіруге үйретейік»

Сызық үстінен екі аяқпен секіру. Екі аяқпен бір мезетте итеріліп секіруге назар аударамыз.

Аз қозғалысты ойын:

«Допты домалат»

Нұсқаушы қонжықпен бірге допты қолына ұстап, шеңбердің ортасына тұрады. Ол допты әр балаға кезегімен домалатады. Ойын 2 рет қайталанады. **ІІІ. Қорытынды кезең (рефлексия).**

«Қонжықпен қоштасатын сәт келді. Біз бүгін қонжыққа жаңғақтармен жаттығу жасауды, «жолдан» дұрыс өтуді, аяқтың ұшымен жүгіруді және секіруді үйреттік».

Бүгінгі тақырып: Қонжық

«Қонжық»

Қонжық - бұл қызық ойын. Оны ойнау үшін қонжыққа жаңғақтармен жаттығу жасауды, «жолдан» дұрыс өтуді, аяқтың ұшымен жүгіруді және секіруді үйреттік. Қонжық - бұл қызық ойын. Оны ойнау үшін қонжыққа жаңғақтармен жаттығу жасауды, «жолдан» дұрыс өтуді, аяқтың ұшымен жүгіруді және секіруді үйреттік. Қонжық - бұл қызық ойын. Оны ойнау үшін қонжыққа жаңғақтармен жаттығу жасауды, «жолдан» дұрыс өтуді, аяқтың ұшымен жүгіруді және секіруді үйреттік.

Қонжық - бұл қызық ойын. Оны ойнау үшін қонжыққа жаңғақтармен жаттығу жасауды, «жолдан» дұрыс өтуді, аяқтың ұшымен жүгіруді және секіруді үйреттік. Қонжық - бұл қызық ойын. Оны ойнау үшін қонжыққа жаңғақтармен жаттығу жасауды, «жолдан» дұрыс өтуді, аяқтың ұшымен жүгіруді және секіруді үйреттік. Қонжық - бұл қызық ойын. Оны ойнау үшін қонжыққа жаңғақтармен жаттығу жасауды, «жолдан» дұрыс өтуді, аяқтың ұшымен жүгіруді және секіруді үйреттік.

Қонжық - бұл қызық ойын. Оны ойнау үшін қонжыққа жаңғақтармен жаттығу жасауды, «жолдан» дұрыс өтуді, аяқтың ұшымен жүгіруді және секіруді үйреттік. Қонжық - бұл қызық ойын. Оны ойнау үшін қонжыққа жаңғақтармен жаттығу жасауды, «жолдан» дұрыс өтуді, аяқтың ұшымен жүгіруді және секіруді үйреттік. Қонжық - бұл қызық ойын. Оны ойнау үшін қонжыққа жаңғақтармен жаттығу жасауды, «жолдан» дұрыс өтуді, аяқтың ұшымен жүгіруді және секіруді үйреттік.

Қонжық - бұл қызық ойын. Оны ойнау үшін қонжыққа жаңғақтармен жаттығу жасауды, «жолдан» дұрыс өтуді, аяқтың ұшымен жүгіруді және секіруді үйреттік. Қонжық - бұл қызық ойын. Оны ойнау үшін қонжыққа жаңғақтармен жаттығу жасауды, «жолдан» дұрыс өтуді, аяқтың ұшымен жүгіруді және секіруді үйреттік.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 09.09.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Балақайлар

Негізгі қимылдары: 4 метр қашықтыққа тіке бағытта төрттағандап еңбектеу.

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

Мақсаты: денсаулық сақтау технологиясын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту.

Міндеттері: берілген бағытты сақтай отырып төрттағандап еңбектеуге үйрету, бірбірінен 1 метр қашықтықта аяқтарын алшақ ашып отырып допты домалата білуді бекіту, допты қолмен итеру күшін жетілдіру. Көзөлшемін, төзімділікті дамыту, достық қарымқатынас, бірлесіп ойнауға тәрбиелеу.

Ойын: «Жылдамырақ шеңбер бойымен тұр».

Міндеті: белгілеген бағытпен жүгіруге жаттықтыру, зейінін, шапшаңдығын арттыру.

Күтілетін нәтиже: қайталайды: сылдырмақтарды қолға ұстап шеңбер бойымен жүру, сылдырмақтармен орындалатын жаттығулар, допты жұптасып домалату;

түсінеді: доппен қалай ойнауға болатынын, өз жұбын табуды, күшіктердің әрекетін (шәуілдейді, қожайынын іздейді), қожайындардың әрекетін (еркелетеді, сипайды).

қолданады: шеңбер бойымен сапқа тұру әдісін, алақаны мен тізесін тіреп, төрттағандап еңбектеу.

Құрал-жабдықтар: балалардың нәресте кезіндегі фотосуреттері, әр балаға екі-екіден сылдырмақ, жарты топқа есептелген доп, шеңбер құру үшін текшелер.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, шеңбер – круг, балақайлар – малыши.

ҰОҚ барысы

1. 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.

II. Негізгі кезең.

Шеңбер бойымен тұрып, сылдырмақтарды қолданып ЖДЖ жасау

Балалар арасындағы қашықтыққа көңіл аударады.

Негізгі қимылдарды орындау:

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

Екі қатарға бір-біріне қарама-қарсы сапқа тұру. Бірінші қатарға допты таратады. Екі қолдың саусақтары-ның бір мезетте қимыл жасауына назар аударады.

Ойын түрінде тіке бағытта төрттағандап еңбектеу.

Жануарлардың балалары да кішкентай балалар сияқты екенін түсіндіреді. Балаларға кішкентай күшік болып өз қожайындарына қарай және қарсы бағытқа еңбектеу ұсынылады. Бірақ тек өз жұбына қарай еңбектеу керек екенін еске алады.

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

Диаметрі 4 метр шеңберді еденге қояды, екінші диаметрі 2 метр шеңберді ортасына қояды.

Нұсқау – балалар бір-бірімен соқтығыспай, шеңберге жүгіріп кіру керек.

III.Қорытынды кезең (рефлексия).

Балалардың үлкен болып өскенін көрсету үшін «фотоға» түсіп, кішкентай кезіндегі суретпен салыстыруды ұсынады.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 10.09.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Марғаулар*

Негізгі қимылдары: Ені – 25см, ұзындығы – 2,5 метр түзу жолмен жүру.
Кез келген бағытта төрттағандап еңбектеу.

Мақсаты: денсаулық сақтау технологиясын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту

Міндеттері: ені 25см, ұзындығы 2,5 метр түзу жолмен жүруге үйрету, шектеулі алаңмен жүргенде тепе-теңдікті сақтай білуді қалыптастыру.

Кез келген бағытта төрттағандап еңбектеуге жаттықтыру, еңбектеу кезінде кол мен аяқтың қимылын сәйкестендіру.

Ептілікті, икемділікті дамыту, мейірімділікке, жан-жануарларға қамқор болуға тәрбиелеу.

Ойын: «*Орнынды тап!*».

Міндеті: зейінін дамыту, өз орнын шапшаң таба білу. **Күтілетін нәтиже:** қайталайды: ойындағы әрекеттер тәртібін, сылдырмақтарды қолға ұстап шеңбер бойымен жүруді, сапқа екі қатарға тұруды; түсінеді: шектеулі алаңмен қалай жүруге болатынын;

қолданады: сылдырмақтарды қолданып жасалатын ЖДЖ тәсілдерін, алақаны мен тізесін тіреп, еркін бағытта төрттағандап еңбектеу.

Құрал-жабдықтар: әр балаға екі-екіден сылдырмақ, жол жасауға арналған гимнастикалық таяқшалар, ойынға арналған жіптер, көрпешелер.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, марғау – котенок.

ҰОҚ барысы

I. «Мысық»

«Біздің мысық саққұлақ, себебі ол інде тығылған тышқанды тез тауып алмақ».
Кішкентай марғауларға айналуы ұсынады.

II. Негізгі кезең.

Сылдырмақтарды қолға ұстап бір-бірімен сапта жүру және жүгіру – қолды екі жаққа созу, жоғары көтеру. Нұсқау – шеңберді тарылтпау, сылдырмақтарды түсіріп алмау.

Сылдырмақтарды қолданып ЖДЖ жасау.

Екі қатарға сапқа тұрады.

Бірінші және екінші қатардың басшыларын тағайындайды. Бағдарға және сапқа жүру ретіне назар аудартады (алдымен бағдарға бірінші қатар жүреді, сосын екінші қатар бағдарға қарай жүреді).

Сапқа тұруға көмектеседі.

Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау.

Түзу жолмен жүру

Ойын жаттығуы: «Сокпақпен жүріп өт».

Әр қатарға қарама-қарсы таяқшаларды пайдаланып, ені 25 см ұзындығы 2,5 м соқпақ жасаймыз.

Сокпақты жүріп өтіп, сылдырмақты себетке салу ұсынылады.

Төрттағандап еркін бағытта еңбектеу – ойын жаттығуы: «Марғаулар»

Жан-жануарлардың балалары да өте кішкентай әрі ойнағанды жақсы көретінін түсіндіреді.

Ойын ережесін еске салады: зал ішінде төрттағандап еңбектейді, «Қожайын келді!» деген белгі берілгенде жата қалып, қатып қалу, сосын қайта еңбектеу.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Орныңды тап!» Көрпешелерді кез келген ретте төсеу.

3.Қорытынды кезең (рефлексия) Ойындық жаттығуы: «Көңіл күй»

III.Қорытынды кезең (рефлексия).

Марғаулар да кішкентай балалар тәрізді, сондықтан оларға қамқорлық көрсете білуді түсіндіру.

Бекітілді:
Селлеу
13.09.2021

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 13.09.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Айгүл есімді қуыршақпен танысамыз

Негізгі қимылдары: 4 метр қашықтыққа тіке бағытта алақаны мен тізесін тіреп, төрттағандап еңбектеу.

Екі аяқпен бір орында секіру (аяқтарын қосып – аяқтарын алшақ қойып).

Мақсаты: бір орында тұрып екі аяқпен секіру дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: берілген белгіге тоқтауды үйрету, тепе-теңдікті сақтап отыру, тұру және жүгіруді жалғастыру.

Алақан мен тізені тіреп еңбектегенде қол мен аяқ қимылдарын үйлестіре білуді бекіту.

Бір орында екі аяқпен секіруге жаттықтыру, екі аяғымен бір мезетте итерілуді жетілдіру.

Кеністікте бағдарын айқындауды, үйлесімділік қабілетін, зейінін дамыту. Балаларға

Денешынықтыру сабағына оң көзқарас танытуды қалыптастыру, өз денсаулығына мұқият болуға тәрбиелеу.

Ойын: «Кетті, кетті орамал».

Міндеті: ұсақ қимыл-қозғалысын жетілдіру, өз іс-әрекетін басқа балалардың әрекетімен

сәйкестендіре білу. **Күтілетін нәтиже:** қайталайды: алдын алу жаттығулар кешені,

«паровозик» болып сапқа тұру; **түсінеді:** еңбектеу кезінде қозғалыс бағытын сақтауды,

қимыл-қозғалысты тапқақ мәтініне сәйкес орындауды;

қолданады: бір орында секіру, жүргігенде педагогтің берген белгісімен тоқтауды, қазақша ойын ойнағанда орамалды тізе астынан беруді.

Құрал-жабдықтар: ұлттық киім киген қуыршақ, музыка

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, орман – лес.

ҰОҚ барысы:

I..

Ұлттық киім киген қуыршаққа назар аудартады. Қуыршақты сөйлетеді. Айгүл балалармен бірге ойнағысы келеді.

II. Негізгі кезең.

Тыныс алу жолдарына арналған жаттығулар кешені.

«Орманға келдік пойызбен»

Орманға келдік пойызбен:

Чух-чух-чух, Чух-чух-чух,

Қандай ғажап алаңқай,

Қандай әсем, алақай!

Кірпі келеді домалап:

П-ф-ф-ф, п-ф-ф-ф, п-ф-ф-ф!

Алмаларды аркалап:

Фэф-р, Фэф-р, Фэф-р! Міне, ұшып ара келді,

Балаларға бал әкелді: 3-3-3! 3-3-3!

Шынтаққа келіп қонды:

З-з-з!З-з-з!

Мұрынға қарай ұшты ол:

З-з-з!З-з-з!

Есек сонаны қорқытты: – Й-а-а! Й-а-а! Й-а-а!

Бар орманды шулатты: – Й-а-а! Й-а-а! Й-а-а!

Аспанда қаздар ұшып барады, Есекті көріп қаздар
кикулады:

Г-у-у!Г-у-у!Г-у-у!Г-у-у! Г-у-у!Г-у-у!Г-у-у!Г-у-у!

Негізгі қимылдарды орындау:

1. Тіке бағытта төрттағандап еңбектеу.

Ойын жаттығуы: «Маған қарай еңбекте!» – бір-біріне кедергі жасамау, бір-бірімен соқтығыспау.

2.Екі аяқпен секіру (аяқты бірге қосып – аяқты алшақ қойып). Қуыршаққа балалардың қалай секіретінін көрсетуді ұсынады. Екі аяқпен бір мезетте жігерлене итерілуіне назар аударды.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Кетті, кетті орамал».

Шеңбер бойымен шапшаң қозғалатын ойын бастаушы болып, балалардан орамалды алып қоюға тырысады

ІІІ.Қорытынды кезең (рефлексия)

«Тыныштық» ойынын ұйымдастырады.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 14.09.2021

Бекітілді: Сәмәу
14.09.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру» Тақырыбы: Тентек тышқандар

Негізгі қимылдары: 4 метр қашықтыққа тіке бағытта төрттағандап еңбектеу.

1,5 метр қашықтықта түрегеп тұрып бір-біріне допты домалату.

Мақсаты: тыныс алу гимнастикасын және білекке арналған «Тышқан» массажын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту.

Міндеттері: берілген бағытты сақтай отырып төрттағандап еңбектеуді жалғастыру, қол мен аяқ қимылдарының үйлесімділігін жетілдіру.

1,5 метр қашықтықта түрегеп тұрып бір-біріне допты домалатуға жаттықтыруды жалғастыру. Төменнен ептілікпен лақтырып, доптың қозғалысын бағыттау.

Көзөлшемін, ептілікті, зейінін дамыту, педагогтің нұсқауларын орындай білуді қалыптастыру, жинақылыққа, денешынықтыру жаттығуларына қызығушылықтарын арттыруға тәрбиелеу.

Суық тию ауруларының алдын алу (тыныс алу жаттығулары, қолға массаж жасау). Ойын: «Мысық пен тышқандар».

Міндеті: тақпақ мәтініне сәйкес қимыл-қозғалыстарды орындауды жалғастыру.

Күтілетін нәтиже: қайталайды: тақпақ мәтініне сәйкес қимылдар жасауды, тыныс алу жаттығуларын, қолға массаж жасауды;

түсінеді: жұптасып допты қалай домалатуды, залдың қарсы бетіне тіке бағытта еңбектеуді, ойының іс-әрекеттерін;

қолданады: төрттағандап еңбектеу тәсілдерін, шеңбер бойымен тұруды, тәрбиеші көмегімен бір қатарға сапқа тұруды.

Құрал-жабдықтар: жарты топ балалар санына есептелген доптар, тышқан ойыншықтар, мысықтың бетпердесі.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, мысық – кошка.

ҰОҚ барысы:

I. Педагог

Жұмсақ ойыншық «тышқанға» назар аудартады. Ойыншықты сөйлетеді. Кішкентай тышқандарға айналуы ұсынады.

II. Негізгі кезең.

Тышқандар бөлмеде қалай жүретінін, жүгіретінін көрсетуін сұрайды.

1-2-3-4 –

Үй ішінде тышқан көп. Мысық келді, қаш, Есікті мықтап бас!

Тыныс алу гимнастикасы

№3 кешен

Ауызбен және мұрынмен тыныс алудың үйлесімділігі.

Негізгі қимылдарды орындау:

Ойын түрінде:

1. Тіке бағытта төрттағандап еңбектеу

Тышқандарға өз індерінен шығып, екінші інге шапшаң еңбектеп баруларын ұсынады.

2. 1,5 метр қашықтықта түрегеп тұрып, бір-біріне допты домалату. Допты екі қолмен бар күшімен итеруге және домалау бағытын сақтауға назар аударады. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Мысық пен тышқандар» Пеш үстінде мысық отыр, Екі көзін қысып отыр.

Тышқан етін жегісі кеп, Тісі оның қышып отыр.

III. Қорытынды кезең (рефлексия) Қолға массаж жасау:

Бала, бала, балақай, Қол соғайық, алақай! Бір, екі, үш деп айтайық, Саусақтарды тартайық.

Жалқау бала болмайық,

Қолды қысып, ойнайық

Бекітілді:
Семетов
15.09.2021

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 15.09.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Ертегіде қонақта (денешынықтыру + театрлық қойылым)* Негізгі

қимылдары: биіктігі 15 см заттың үстінен секіру.

Төрттағандап еңбектеу және доғаның астына кіру, допты әртүрлі бағытта екі қолмен домалату.

Мақсаты: биіктен секіру дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: 15 см биіктіктен секіріп түсуге үйрету, алға қарай екі аяқпен секіріп түсу.

Төрттағандап еңбектеуді және доғаның астына кіруге жаттығуды жалғастыру.

Допты әртүрлі бағытта екі қолмен домалатуды жетілдіре түсу.

Негізгі түр-түстерді (қызыл, сары, жасыл, көк) ажырата білуді және кеңістікте бағдарын айқындауды бекіту.

Ауызша сөйлей білу мәнерін, кейіпкерлердің дауыс ырғағын жеткізе білуді дамытуға ықпал ету.

Балаларды ойынның қарапайым ережелерін сақтай білуге тәрбиелеу.

Ойын: «*Әрбір дәнді өз қабына сал*», «*Бақа қоңыз теріп жүр*», «*Түлкі, тауықтар және әтеш*», «*Қояндар және қасқыр*».

Міндеті: қимыл-қозғалыстарды берілген белгі бойынша орындай білуді жетілдіруді жалғастыру, қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру. Күтілетін нәтиже: қайталайды: ойындағы іс-әрекеттерді, биіктігі 15 см заттың үстінен секіреді, затсыз жалпы дамытатын жаттығуларды;

түсінеді: ертегі кейіпкерлерінің қимылдары мен дауыс ырғағындағы ерекшеліктерін, жүру және жүгіру кезінде әртүрлі тапсырмалар орындауды;

қолданады: төрттағандап еңбектеу және доға астына кіру тәсілдерін, допты екі қолымен әртүрлі бағытқа домалатуды, әрекеттерді ойын нысанында орындау дағдылары, кеңістікті бағдарлауды.

Құрал-жабдықтар: гимнастикалық сәкі – 2 дана, бала санына есептелген доптар, әрқайсысы 10 данадан төрт түсті пластмасса текшелер, пластмасса шеңберлер – 4 дана, гимнастикалық доға – 1 дана, ойыншықтар (тышқан, көлбақа, қоян, әтеш, түлкі, қасқыр, аю), ойыншық үй-теремок.

Алдын ала орындалатын жұмыс: «Үйшік» ертегісін оқу, ертегі суреттерін қарап шығу, үстел үсті ойыншық театры, кейіпкерлердің қимыл-қозғалысын әңгімелеу.

Билингвалды компонент:

Сары– желтый, көк–синий, қызыл–красный, бақа–лягушка, түлкі–лиса, қоян–заяц, қасқыр–волк, тышқан–мышка.

ҰОҚ барысы:

I..

Балаларды залдың кіре берісінде күтіп алып, оларға жағымды жаңалық айтады. – Қазір сендер ертегі еліне, ертегіде айтылатын үйшікке барасыздар, – деп хабарлайды.

II. Негізгі кезең.

Заттарсыз жалпы дамытатын жаттығулар (№ 1 қосымша, № 1 кешен).
Балаларға тышқанды көрсетеді:

Алаңда бір үйшік тұр,

Ол биік те емес, аласа да емес.

Міне, жанынан тышқан өтті жүгіріп, Жүгіріп келіп

алаңнан, ақырын қақты есікті:

– Мына үйшікте кім тұрады?

Бұл үйдің иесі кім? Ешкім жауап қатпады,

Тышқан кірді үйшікке.

Қараса: үлкен қапшық тұр екен, ал оның іші әртүрлі дәнге толы екен. Тышқан дәндерді теріп алып, әрқайсысын бөлек қапқа салмақ болады.

Қимыл-қозғалыс ойынын ұсынады: «Өр дәнді өз қабына сал».

Бақаны алып, ертегіні жалғастырады:

Алаңда бір үйшік тұр,

Ол биік те емес, аласа да емес. Міне, жанынан бақа өтті секіріп,

Секіріп жетті алаңнан, ақырын қақты есікті.

– Мына үйшікте кім тұрады?

Бұл үйдің кім иесі?

Тышқан:

– Мен – Тышқан, өзіне-өзі ін қазған.

– Ал сен кімсің?

Бақа:– Мен Бақамын, бақа-бақа-бақылдақпын.

Тышқан:– Сен нені жақсы көресің?

Бақа: – Мен маса мен шыбын-шіркей аулағанды жақсы көремін.

Қимыл-қозғалыс ойынын ұсынады: «Бақа қоңыз теріп жүр».

Нұсқаушы балалардың бастарынан «қоңыз» байланған жіпті айналдырып шығады.

Әтешті қолына алып, ертегіні жалғастырады:

Алаңда бір үйшік тұр,

Ол биік те емес, аласа да емес. Міне, жанынан әтеш өтті

қаздаңдап, Қаздаңдап келіп, алаңнан, ақырын қақты есікті –

Мына үйшікте кім тұрады?

Бұл үйдің кім иесі?

–Мен – Тышқан, өзіне-өзі ін қазған, –

Мен Бақамын, бақа-бақа-бақылдақпын.

–Ал сен кімсің?

Әтеш: –Мен – әтеш, айдарым алтын жарқырап. Мен де сендермен бірге тұрайыншы.

Олар үшеуі бірігіп тұра бастады.

Қоянды көрсетіп:

Алаңда бір үйшік тұр,

Ол биік те емес, аласа да емес. Міне, жанынан қоян өтті секіріп,

Секіріп келіп алаңнан, ақырын қақты есікті:

– Мына үйшікте кім тұрады?

Бұл үйдің кім иесі?

Мен – Тышқан, өзіне-өзі ін қазған,

Мен Бақамын, бақа-бақа-
бақылдақпын.

Мен – Әтеш, айдарым алтын жарқырап.

– Ал сен кімсің?

Қоян: – Мен – қоянмын, секіріп жүріп тоңбаймын. Мен де сендермен бірге тұрайыншы.

Олар төртеуі бірігіп тұра бастады.

Түлкі келеді:

Алаңда бір үйшік тұр,

Ол биік те емес, аласа да емес. Міне, жанынан түлкі өтті
жүгіріп, Жүгіріп келіп алаңнан, ақырын қақты есікті:

– Мына үйшікте кім тұрады?

Бұл үйдің кім иесі?

– Мен – Тышқан, өзіне-өзі ін қазған, –

Мен Бақамын, бақа-бақа-бақылдақпын.

– Мен – Әтеш, айдарым алтын жарқырап.

– Мен – қоянмын, секіріп жүріп тоңбаймын.

– Ал сен не істей білесің?

Түлкі: – Әтеш пен тауықтарды қорғаймын.

Қозғалыс ойын ұсынады: «Түлкі, тауықтар және әтеш».

Алаңда бір үйшік тұр,

Ол биік те емес, аласа да емес. Міне, жанынан қасқыр өтті
адымдап, Адымдап келіп алаңнан, ақырын қақты есікті:

– Мына үйшікте кім тұрады?

Бұл үйдің кім иесі?

– Мен – Тышқан, өзіне-өзі ін қазған, –

Мен Бақамын, бақа-бақа-бақылдақпын.

– Мен – Әтеш, айдарым алтын жарқырап.

– Мен – Қоян, секіріп жүріп тоңбаймын.

– Мен – Түлкімін, жүрген жерім күлкімін.

– Ал сен не істеу білесің?

Қасқыр: – Мен қоянмен жасырынбақ ойнағанды ұнатамын.

Бақа: – Біздің Қоянмен ойнай ғой.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қояндар және қасқыр».

Қасқыр мен қоян ойнап болған соң, үйшікке демалуға келді.

Аю келеді:

Алаңда бір үйшік тұр,

Ол биік те емес, аласа да емес. Міне, жанынан аю өтті

асығып, асығып келіп алаңнан, ақырын қақты есікті – Мына
үйшікте кім тұрады?

Бұл үйдің кім иесі?

– Мен – Тышқан өзіне-өзі ін қазған, – Мен Бақамын, бақа-бақа-бақылдақпын.

– Мен – Әтеш, айдарым алтын жарқырап.

– Мен – Қоянмын, секіріп жүріп тоңбаймын.

- Мен – Түлкімін, жүрген жерім күлкімін.
- Мен – сұр Қасқырмын, өзім аса тапқырмын. Ал, сен не істей білесің? Аю: – Мен орманға барамын, отын жарамын.

III.Қорытынды кезең (рефлексия). Ертегі кейіпкерлерімен қоштасуды ұсынады.

Бекітілді:
Амсан
16.09.2021ж

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 16.09.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Балалар достығы – аңдар достығы*

Негізгі қимылдары: алға қарай екі аяқпен секіру (2 метр қашықтыққа).

Токтап тұрып және тапсырманы орындай отырып (өзін айнала отырып) жүгіру.

4 метр қашықтыққа тіке бағытта төрттағандап еңбектеу.

Мақсаты: алға жылжи отырып секіру дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: алға қарай екі аяқпен секіруге үйрету, бір мезетте екі аяқпен секіре білуді мүлтіксіз орындауды жетілдіру.

Токтап тұрып және тапсырманы орындай отырып (өзін айнала отырып) жүгіруге жаттығу, белгі бойынша тоқтауға үйренуді бекіту, тапсырманы орындау кезінде тепе-теңдікті сақтай білу.

Тіке бағытта төрттағандап еңбектей білуді қалыптастыруды жалғастыру. Ептілігін, күшін, зейінін дамыту. Қимыл-қозғалыстың басында не соңында белгіні қабылдай білуді жетілдіру. Төзімділікке, достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу. Қазақстан аумағында мекендейтін жыртқыш аңдар туралы түсінік қалыптастыру.

Ойын: «Қонаққа барайық».

Міндеті: алаңның бір жағынан екінші жағына жүруге жаттығу, музыка ырғағымен қимыл-қозғалыс жасау. **Күтілетін нәтиже:** қайталайды: екі аяқпен секіруді, ойындағы іс-әрекеттерді, саусақтарға массаж жасауды; **түсінеді:** слайдтағы бейнеленген жануарлардың қимылын негізгі қимылмен сәйкестендіруді, қалай жұптасуды; **қолданады:** тепе-теңдік сақтауды, төрттағандап еңбектеудің тәсілдерін, жүгіру кезінде музыка соңында тоқтай білуді.

Құрал-жабдықтар: (слайдтар) – аю, қоян бейнеленген суреттер, музыка.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, бірекі-үш – один-два-три.

ҰОҚ барысы:

I.

Слайд көрсету – «Орман жануарлары». Аңдар да бір-бірімен достық қарым-қатынаста болатынына назар аударту.

«Қатып қал!» ойын жаттығуы музыкалық сүйемелдеумен. Тепе-теңдікті сақтау дағдыларын сақтау қажеттігін естеріне салады. Арақашықтықты сақтауға назар аударады.

II. Негізгі кезең.

Текшелермен жалпы дамытатын жаттығулар (№1 қосымша, №1 кешен).

Музыка көмегімен ойналатын ойын жаттығу: «Қатып қал!».

Тепе-теңдікті сақтау қажеттігін еске салады. Арақашықтықты сақтауға назар аударады.

Ойын гимнастикасы

Алақанды ашайық,
Шапалақты соғайық.
Шап-шап-шапалак.
Шап-шап-шапалак.
Кәне, маған қара,
Бәрін бірдей қайтала. Бір-екі-үш, бір-екі-үш,
Бәрін бірдей қайтала.
(барлық қимылды).
Оң аяқ, сол аяқ, Қаз-қаз бастық біз аздап Топ-
топ-топ, топ-топ-топ.
Кәне, қол, кәне аяқ?

Ойнайықшы біз аздап.

(Қол-аяқпен еркін қимылдар жасалады)

Бір-екі-үш, бір-екі-үш, Ойнайықшыбіз аздап.

Негізгі қимылдарды орындау:

1. Алға қарай екі аяқпен секіру. Қояндар бейнеленген суреттерді (слайдты) көрсетеді.

Тапсырманы түсіндіреді – өз жұбына секіріп барады да, оған қолын тигізеді, сосын жылдам өз орнына жүгіріп барады.

Нұсқау – бір мезетте екі аяқпен бар жігерімен итерілуі керек.

2. Тіке бағытта төрттағандап еңбектейді.

Аюлар бейнеленген суретті көрсетеді. «Аюлар!» деген дауыс естілгенде, залдың карамақарсы жағына төрттағандап еңбектейді.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қонаққа барайық». Екі топқа бөлінеді, бірінші топтың екінші топқа қонаққа баруына ұсыныс жасайды. Жұптасуға көмектеседі.

Жұптарға музыка әуенімен көңіл көтеруге ұсыныс жасайды.

III. Қорытынды кезең (рефлексия).

«Қыс»: саусақтарға массаж жасау.

Қолың тонып қалды ма? Қол соғайық жандана.

Шап-шап-шап, шапалак, Саусақтарың тонды ма?

Ысқылайық жандана,

Ыс-ыс-ыс, ысқыла. Қолды ашып, жұмайық, Бір

орында тұрмайық.

Педагог қорытындылайды, балаларды мадақтайды.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 17.09.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Түрлі түсті доптар*

Негізгі қимылдары: допты 1 метр қашықтықта орналасқан қақпа арқылы домалату (ені 60 см).

2 метр қашықтыққа алға қарай екі аяқпен секіру.

Максаты: допты домалату дағдыларын қалыптастыру.

Міндеттері: қақпа арқылы (ені 60 см) допты домалатуға үйрену, көзөлшемді жетілдіру.

Бір мезетте екі аяқпен секіріп және жартылай бүгілген аяқтың ұшымен түсе білуді мүлтіксіз орындауды үйренуді бекіту. Жаттығулардың барлығын бір қарқында орындай білуді қалыптастыру, дене бітімінің түзу қалпын сақтай білу, қимылдың берілген бағытын сақтау. Ептілікті, күшті, зейінді жетілдіру, спортзалында өзін ұстай білуге тәрбиелеу.

Ойын: «Өз орныңды жылдам тап!».

Міндеті: музыка ойнаған сәттен-ақ қимыл-қозғалысты бастай білуге жаттығу,

кеңістікте бағдарды айқындауды жетілдіру. **Күтілетін нәтиже:**

қайталайды: доппен жасалатын жаттығуларды, допты домалатуды, релакска арналған жаттығуларды; **түсінеді:** доппен қалай ойнауға болатынын, сылдырмақтарға қарай секіруді, екі бала

бірігіп секіруді, ойында өз орнын табуды; **қолданады:** екі аяқпен секіре білуді, бір қатармен жүру және жүгіру тәсілдері, допты баржігерімен итеруді.

Құрал-жабдықтар: балалардың санына есептелген доптар, ені 60 см қақпа – 2 дана, шеңберлер.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, доп – мяч.

ҰОҚ барысы:

I..

Түрлі түсті доптарға назар аудартады. Айналыдырып, олардың әдемі екендігін көрсетеді. Тізбекте бір-бірден жүру, жүгіру. Арақашықтықтың сақталуына назар аударады. Балаларға шеңбер жасап тұруды ұсынады.

II. Негізгі кезең.

Бір қатармен жүру және жүгіру.

Арақашықтықты сақтауға назар аударады.

Шеңбер бойымен тұрып доппен ЖДЖ жасау.

Жаттығудың дұрыс орындалуына назар аударады.

Негізгі қимылдарды орындау:

I. Қақпа арқылы (ені – 60 см) допты домалату, екі қақпа мәреден 1 метр қашықтықта.

Нұсқау – допты екі қолмен жігерлене итеру.

2.Екі аяқпен алға қарай секіру. Балалар тұрған сызықтан 2 метр қашықтыққа сылдырмақтар салынған себетті қояды.

Сылдырмақтарға дейін секіріп, сосын оны алып сылдырлатуды ұсынады.

Нұсқау – өзіне құлашын сермеп көмектесуге болады.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Өз орныңа жылдам жет».

Балаларға өз орнын табуға көмектеседі.

III.Қорытынды кезең (рефлексия).

«Ғажап күн!»

Бүгін қандай ғажап күн!

Бізден аулақ жалқаулық. Қолымызбен қимылдап.

Денсаулықты түзедік, Көңіл күйді сергіттік.

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру» **Тақырыбы:**

Сылдырмақтар қайда?

Негізгі қимылдары: еденге қойылған тақтайшамен жүру.

40 см интервалмен қойылған сылдырмақтар арасымен зигзаг жасап жүгіру. Үш дөңгелекті велосипед тебу.

Мақсаты: велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру.

Міндеттері: балаларда велосипедке өз бетінше отыруға, педальдарды айналдыруға, тебуге, жылдамдық алуға үйрету. Еденге қойылған тақтайшамен жүруге жаттығу.

Шектелген алаң үстіндегі қимыл кезінде тепе-теңдікті сақтай білуді жетілдіру.

Иммунитетті нығайтуға ықпал ету. Жаттығуларды орындау кезінде тыныс алуды қалыптастыру.

Ойын: «Менің көңілді добым».

Міндеті: бір орында ептілікпен секіруге жаттығу.

Күтілетін нәтиже: қайталайды: сылдырмақтармен орындалатын ЖДЖ, бір-бірінен 40 см қашықтықта

жатқан сылдырмақтардың арасынан жүру, кедергілерге тигізе допты домалату;

түсінеді: жаттығулардың ретімен орындалуын, сылдырмақтар арасынан ирелеңдеп

өтуді, велосипедке отыруды; **қолданады:** жүру мен жүгіру тәсілдерін, велосипед

педальін айналдыру және

жылдамдық алу білігін, саусақ гимнастикасын орындай білуді.

Құрал-жабдықтар: әр балаға екі-екіден сылдырмақ, бала санына есептелген доп,

балалардың жарты тобына велосипедтер, кілемше, кілемшенің ұзындығымен бормен

сызылған шаршылар, ұзындығы 1,5 метр тақтайша.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, сылдырмақ – погремушка.

ҰОҚ барысы:

I.

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

Сылдырмақ ұстаған балаларға алаңда белгіленген жерге барып, нұсқаушыға қарап тұруды ұсынады.

II. Негізгі кезең.

Сылдырмақтарды алып залдағы белгіленген орындарға барып, нұсқаушыға қарап тұру ұсынылады.

Сылдырмақтармен жасалатын ЖДЖ.

I. «Сылдырмақтар қайда?»

Балаларға еденге отырып, аяқтарын жинау ұсынылады, нұсқаушы көзін жапқанда балалар қолдарын созып сылдырмақтарды сылдырлатады.

Нұсқаушы сылдырмақтар қайда сыңғырлағанын сұрағанда, олар сылдырмақтарды шапшаң арттарына жасырып, бос қолдарын көрсетеді. (4-5 рет қайталайды).

2. «Сылдырмақтар сылдырлайды!».

Шалқасынан жатып сылдырмақты сылдырлатады, етпетінен аунап түсіп сылдырмақтарды сылдырлатады. Кезектеп аунайды. (4–6 рет қайталайды).

3. «Аяқтар мен сылдырмақтар».

Б.қ. – аяқтарын алшақ қойып, созып, еденге отырады, сылдырмақтарды алдына қояды, қолдарын артына қойып еденді тірейді, аяқтарын бүгеді, аяғының ұшын сылдырмақтың қасына қояды. (4–6 рет қайталайды).

4. «Сылдырмақпен билейік». Екі аяқпен секіреді және сылдырмақты сылдырлатады. (46 рет қайталау). **Негізгі қимыл түрлері:**

1.«Сылдырмақты қағып кетпе». Тепе-теңдікке арналған жаттығу – еденге қойылған тақтайша үстімен жүру.

2.Сылдырмақтарды жол бойына сызылған текшелер ішіне қойындар және бір-біріңнің соңыңнан бір қатарға тұрындар.

(Тәрбиешінің соңынан жүру, қайталаған кезде сылдырмақтар арасынан имектелген жолмен жүру. (2-3 рет қайталау) 3. «Велосипед тебу».

Велосипедке өз бетінше отырады, аяқтарын педальға қояды және айналдырады, жылдамдықты 4-5 есе күшейтеді.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Менің көңілді добым».

Тәрбиеші қолымен доп лақтырған секілді қимыл жасайды *Менің добым көңілді Қайда кеттің секіріп?*

Сары, ақ, көгілдір Қашпа менен секектеп, Тұра қалшы сен енді.

«Тұра қалшы сен енді» деген сөздерден кейін бір баланың атын атап, «қағып ал!» дейді.

Мысалы, «Мәдина , қағып ал!» дегенде, Мәдина допты қағып алуы керек.

III.Қорытынды кезең (рефлексия).

Саусақ гимнастикасы: «Жасырынбақ»

Саусақтар ойнайды жасырынбақ,

Бастарын олар жасырды,

Міне, былай, міне, былай,

Бастарын олар жасырды.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 22.09.2021

Бекітілді:
Семеш
22.09.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Жол бойымен жүгіремін...*

Негізгі қимылдары: тоқтап тұрып және тапсырманы орындай отырып (орындыққа шығып, тепе-теңдікті сақтау) жүгіру.

Кедергілердің арасынан «жыланша» бауырлап жорғалау.

Мақсаты: жүгіру түрлерін үйрету, қимыл үйлесімділігін дамыту.

Міндеттері: тоқтап тұрып және тапсырманы орындай отырып (орындыққа шығу) жүгіруді үйрену, белгі берілген жағдайда тоқтап тұруды бекіту, биіктегі тірекке сүйеніп, статистикалық тепе-теңдікті сақтай білу.

Кедергілердің арасынан еңбектеп «жыланша» жорғалауға жаттығу, оңға, солға орналасқан кедергілерді айналып өту, ептілікті жетілдіру. Қимыл-қозғалыс кезінде берілген белгіні бастапқы және соңғы мезетінде қабылдай білу.

Қоршаған ортаға оң көзқарас, жылы қабақ танытуды қалыптастыру.

Ойын: «Көлбақалар».

Міндеті: тереңдікке секіруге жаттығу, таппақ мәтініне сай қимыл жасауға үйрену.

Күтілетін нәтиже: қайталайды: ойын гимнастикасын, тыныс алу

жаттығуларын, «Бақалар»

ойынындағы ойын қимылдарын; түсінеді: гимнастикалық сәкінің қолданысын,

кедергілер арасынан «жыланша»

жорғалауды, сәкі үстінде тепе-теңдік сақтауды; қолданады: бір қатарға сапқа тұру әдістерін, сәкіні айналып жүгіре білуді, тоқтап жүгіруді.

Құрал-жабдықтар: сәкілер, ойынға арналған аласа модуль – 8 дана.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, бақа

– лягушка.

ҰОҚ барысы:

I..

1. *Аяқтарым, аяқтарым Алаңқайда, орманда
Соқпақпен тез жүгірді. Шалшыққа келіп қалғанда,
Жоғалтты бірақ етігін. Бір, екі, үш, төрт, бес, Залда
ойнаймыз біз.*

2. *Арақашықтықты, бірдей қарқынды сақтап бір
қатармен жүру.*

«Біз қадамды басамыз»

Біз қадамды басамыз, Шапалақты соғамыз,

Басымызды да біз иіп.

Қолды жоғары созамыз,

Төмен қолды түсіріп,

Бір-бірімізді жетектеп,
Шеңбер құрып жүреміз,
Шеңбер құрып жүреміз.

II. Негізгі кезең.

Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау:

1. Ойын: «Орнынды тап!»

Токтап тұрып және тапсырманы орындай отырып жүгіру – тепе-теңдікті сақтай отырып сәкіге шығады. 2. Ойын: «Соқтығыспа!»

Кедергілердің арасынан «жыланша» жорғалау (бір қатарда бір-бірінен 1,5 метр қашықтықта орналасқан 4 кедергі бар) – еңбектеу кезінде кедергілерге соқтығыспау керек.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Бақалар».

Бақалардың секіру ерекшелігіне назар аударады. **III. Қорытынды кезең (рефлексия).**

Тыныс алу гимнастикасы: «Шар».

Шар үрлейміз, келіндер, Үлкен шарды көріндер.

Бірге үрлейміз бәріміз, Міне, үлкен шарымыз! Шар жарылды, ф-ф-ф, Өкінішті, түф-ф-ф!

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру» Тақырыбы:

Менің көңілді добым

Негізгі қимылдары: кедергілер арасынан жыланша жорғалап өту. 1,5 метр қашықтықтан ені 50 см қақпа арқылы допты домалату.

Мақсаты: «ирелендеп» еңбектеу дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: жыланша жорғалауға үйрету, еңбектеу кезінде кедергілерге тиіп кетпеу, ептілікті дамыту.

Ені 50 см қақпадан допты домалатып өткізуді бекіту, допты қақпаның дәл ортасына домалатуды қалыптастыру, көзөлшемді жетілдіру. Ептілікті, кеңістікте бағдарын айқындауды дамыту, денешынықтыру жаттығуларын әдетке айналдыруға тәрбиелеу.

Ойын: «Үш аю».

Міндеті: үйлесімділік қабілетін жетілдіру, мәнерлеп қимылдауды үйрену.

Күтілетін нәтиже: қайталайды: қолға арналған жаттығуларды жасап жүру, доппен орындалатын

жаттығулар, допты домалату, релакска (дем алуға) арналған жаттығуларды; түсінеді: доптың қолданылуын, допты қақпаның дәл ортасына домалату, допты домалатуды үш баладан орындауды; қолданады: бір қатармен жүру мен жүгіру тәсілдерін, допты бар жігерімен

лақтыруды, алақаны мен тізесін тіреп төрттағандап еңбектей білуді.

Құрал-жабдықтар: бала санына есептелген доп, ені 50 см қақпа – 3 дана, модульдер – 8 дана.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, аю – медведь.

ҰОҚ барысы:

I..

Түрлі түсті доптар салынған себетке назар аудартады.

«Менің көңілді добым» атты тақпақты оқып береді, тақпақты оқығанда мәтін сөздерін доптың қимылымен көрсетеді.

Тізбекте бір-бірден жүру, жүгіру, қолға арналған тапсырмамен жүру.

Арақашықтықтың сақталуына, нұсқаулардың орындалуына назар аударады.

II. Негізгі кезең.

Бір қатармен сапта жүру, жүгіру, жүргенде қолға арналған жаттығулар жасалады. Балалар арасындағы қашықтыққа, командалардың орындалуына көңіл аудартады.

Билингвалдік компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, аю – медведь. Шеңбер бойымен тұрып доппен орындалатын ЖДЖ. (№1 қосымша, №25 кешен).

Жаттығудың дұрыс орындалуына, дене бітімін тік ұстауға назар аударады.

Негізгі қимылдарды орындау:

I. Допты қақпа арқылы домалату

(ені – 50 см) 1,5 метр қашықтықтан, допты қақпаның тура ортасынан домалату, домалатқаннан кейін қақпадан өту.

Мәредегі сызықтан 1,5 метр қашықтыққа үш қақпа орналастырады.

2.Кедергілер арасынан «жыландай» жорғалап өту (бір-бірінен 1,5 метр қашықтықта орналасқан 4 модуль арқылы өту).

Залдың қарсы жағына кедергілерді «жыландай» айналып еңбектеп өту **Қимыл-қозғалыс ойыны:«Үш аю».**

Аюлардың қимыл-қозғалыста-рының ерекшеліктеріне назар аудартады.

III. Қорытынды кезең (рефлексия). Релаксация

Кәне, балалар, тұрайық, Қолды ақырын созайық.

Саусақтарды ашып-жұмып, Енді төмен түсірейік.

Аздап біз де демалдық;

Жолға жиналып шығайық.

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру» **Тақырыбы:**

Көңілді торғайлар

Негізгі қимылдары: кедергілердің арасынан «жыланша» ирелендеп жүріп өту.

15 см биіктіктен тереңдікке секіру.

Мақсаты: тереңдікке секіру дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: балаларды аласа заттардың үстінен аяқтарын жартылай бүгіп, секіріп түсуге үйрету. Кедергілерден «жыланша» ирелендеп жүріп өту кезінде, оң және сол жақтағы кедергілерді айналып өтуге жаттығу. Шеңберді айнала тұру, өз қатарын сақтай отырып шеңберді бойлап жүруді жетілдіре түсу. Денешынықтыру сабағына қызығушылықты арттыру. Ептілікті, шапшаң әрекет жасауды жетілдіру.

Ойын: «Торғайлар мен мысық».

Міндеті: үйлестіру қабілетін дамыту, мәнерлеп қозғалуға үйрену. **Күтілетін**

нәтиже: қайталайды: жалпы дамыту жаттығуларын, бағандар арасынан «жылан» болып

жүруді, шеңбер бойымен тұруды, шашыла жүгіруді; **түсінеді:** қимылдарды педагогтің айтқан сөздеріне сәйкес орындауды, ойын ережесін сақтауды, қасындағы досын итермеуді, ұстап алушыдан жалтарып қашуды, ойын әрекеттерін орындауды; **қолданады:** сәкіден секіріп түсу тәсілдерін, шеңбер бойымен жүре білу, кеңістікте бағдарын айқындауды.

Құрал-жабдықтар: гимнастикалық сәкілер, торғайдың, мысықтың бейнесі бар бетперделер, талдарды бейнелейтін бағандар.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, жылан – змея, торғай – воробей, мысық – кошка.

ҰОҚ барысы:

I..

«Балалар, біз бүгін мынандай ойын ойнаймыз: сендер кішкентай торғайлар боласыңдар, ал мен сендердің аналарың боламын (нұсқаушы торғайдың бейнесі бар бетперде-шапканы киеді).

Торғайлардың анасы, Балаларын шақырды.

Маған қарай, балалар, Жылдам ұшып жетіңдер.

Үйренеміз ұшуды. Тез құрыңдар шеңберді, Кел, бастайық біз енді!

II. Негізгі кезең.

Шеңбер бойымен тұру.

«Ана-торғай» қимылды көрсетіп, өзі сырттай бақылайды. Анасы қарап тұрғанда балалары шеңбер бойымен жүруді орындайды.

«Анасы ұйықтап кеткенде, балалар қанаттарын жайып, жан-жаққа ұшып кетті».

Торғайлар зал ішінде ұшып жүр. «Ана-торғай» оянды,
Чик-чирик, чик-чирик.
Бұл не шу? Бұл не шу? Шеңберге жылдам тұрыңдар,
Ұшуга ниет қылыңдар.

Нұсқаушы тағы да ұйықтап қалғандай болады. Сосын қайта оянады.

Бір ғана сәтке көз ілікті, Тентек боп торғайлар
кетті. Бірақ енді қатаң қараймын, Тәртіпке сендерді
саламын. Ал енді, балапандар,
Жаттығуды бастаңдар!

ЖДЖ:

1.«Қанатымызды тазалаймыз».

Б.қ.: серіппе жасаймыз, басымызды оңға иеміз, б.қ., сосын солға 4 рет қайталаймыз.

2.«Қанатымызды жаямыз».

Б.қ.: аяқтарымыз иықтың қашықтығына сәйкес келуі керек, қолдар төменде. Оң қолды жоғары көтереміз, жоғары қараймыз, б.қ., сол қолмен солай жасаймыз, 4 рет қайталаймыз. 3.«Жуынамыз». Б.қ.: аяқтарымыз иықтың қашықтығына сәйкес келуі керек, қол белде, алға қарай иілеміз – «жуынып» жатқандай қимыл жасаймыз, б.қ., 5 рет қайталаймыз.

4.«Дән тауып алайық». Б.қ.: отырамыз, саусақтармен еденді тықылдатады, б.қ. 4 рет қайталаймыз..

5.«Ұшуды үйренеміз». Б.қ.: бұрынғыдай. Қолды құлаштай созып бір орында секіру.

6.«Біз өсеміз». Б.қ.: аяқ бірге қосулы, қолдар төменде. Қолды жоғары созып, керілеміз – тыныс аламыз, б.қ. – тыныс шығарамыз.

Негізгі қимылдың түрлері:

Бірлесіп бірге ұшамыз, Бір-бірімізден қалмаймыз. Бір
санқа тұрып бәріміз Алыс жаққа барамыз.

Онда дәмді дәндер бар, Сендерге арнап сақталды.

«Ана-торғайдың» соңынан бір қатармен жүреді.

1. Бағандар арасынан «жылан» жасап жүреді.

«Қарандар, қаншама ағаштар айналада. Орманда адасып қалмай, бір-бірімізден қалмай ұшамыз».

2. Бөренеден (сәкіден) секіру.

«Алдымызда ағаш құлап жатыр, оны секіріп өтейік».

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Торғайлар мен мысық».

ІІІ. Қорытынды кезең (рефлексия).

«Табиғат дауысы» фонограммасымен релакс (дем алу).

«Торғайлар күнімен жүгіріп, ойнап шаршап қалды, ұйықтағысы келді. Олар өз керуеттеріне (кілемшелерге) жатты, көздерін жұмды. Тыныш демалып жатыр, аяқтары мен қолдары да бос, еркін. Торғайлар ұйықтап барады. Олар әдемі түс көруде: таңғажайып алаң, көкмайса, әсем гүлдер. Міне, ара ұшып келді, гүлден бал жинауда,

самал жел көк шөпті ақырын тербейді, айналаға күн шуағын төгуде. Торғайлар ғажап түс
көріп, жайлы жатып жақсы тұрды, сергек көңіл күйге бөленді.

«Ортаңды шөпті»

Ақыл-қайратың, ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың, ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың, ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың, ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың, ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың, ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың, ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың, ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың, ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың, ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың, ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың, ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың, ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың, ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың, ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың

Ақыл-қайратың

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 24.09.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру» **Тақырыбы:**

Қонжықпен ойнайық

Негізгі қимылдары: аяқтың ұшымен жүру.

Тоқтап тұрып және тапсырманы орындай отырып (текшеге немесе гимнастикалық сәкіге шығу) жүгіру.

Жоғарыда тұрған затқа қолын тигізу арқылы биіктікке секіру.

Мақсаты: аяқтың ұшымен жүру, қимыл үйлесімділігі дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: табанның алдыңғы бөлігімен жүруге, басты дұрыс ұстауға үйрену.

Шектелген алаңда статикалық тепе-теңдікті сақтай білуді бекіте түсу.

Биіктікке секіруге жаттығу, аяқпен демеп ептілікпен секіруді жетілдіру.

Қимылқозғалысты әртүрлі денешынықтыру жаттығуларымен және ойындармен толықтыра түсу. Таныс қимыл-қозғалысты жеңіл әрі еркін, ырғақпен және келісілген түрде орындауды қалыптастыру. Ептілікті, шапшаңдықты, тапқырлықты жетілдіре түсу, мейірімділікке тәрбиелеу, қоршаған ортаға қамқорлық таныту, мұқият болу. **Ойын:**

«Допты беріп жіберші».

Міндеті: қасында тұрған баланың қолына допты ұстата білуді үйренуді бекіту.

Күтілетін нәтиже: қайталайды: қимылдарды тақпақ мәтініне сай орындауды, сәкіде жасалатын

жаттығуларды; түсінеді: аяқтың ұшымен жүруді, биіктетілген тіректің үстінде тұру (сәкі), допты

бір-біріне беруді.

қолданады: бір қатарға сапка тұру тәсілін, жігерлене биіктікке секіруді.

Құрал-жабдықтар: гимнастикалық сәкілер – 4 дана, сылдырмақтар байланған жіп.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, қонжық – медвежонок.

ҰОҚ барысы:

I..

Ойыншық қонжыққа назар аудартады.

Алақанды соқ, соқ, Аяқтармен топ-топ. Қос шынтағы бүгілді, Көзге ұйқы тығылды. Қонжық, қонжық, шаршама, Бізбен бірге ойна да!

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

II. Негізгі кезең.

Қонжыққа оны ешкім естімейтіндей ақырын аяғының ұшымен жүруді үйретеді.
Аяғының ұшына көтеріліп, өкшесін баспай, қолын беліне әкеліп жүру.

Сәкі үстінде орындалатын ЖДЖ – статикалық тепе-теңдікті сақтау.

Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау:

1. Ойын: «Орынды тап!». Токтап және тапсырманы орындап (сәкіге шығу) шашыла жүтіру.

2. Ойын: «Сылдырмақты сылдырлат».

Жоғарыда тұрған затқа қолын тигізіп, биіктікке секіру – аяқтарымен жігерлене итеріліп, биіктікке секіру.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Допты беріп жібер»

Қасында тұрған баланың қолына допты ұстату.

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

Ұйымдастырылған оқу қызметіне талдау жасалады. Келген қонаққа сыйлықтары үшін алғыс білдіруге ұсыныс жасайды.

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ» ✓

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру» **Тақырыбы:**

Достығымыз жарасқан

Негізгі қимылдары: алға қарай екі аяқпен секіру (арақашықтық – 2 метр).

4,5 метр қашықтыққа тура бағытпен төрттағандап еңбектеу.

Мақсаты: алға жылжи отырып, секіру дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: алға қарай екі аяқпен секіруге үйрету, бір мезетте екі аяқпен секіре білуді мүлтіксіз орындауды үйрену.

Тіке бағытта төрттағандап еңбектеуге жаттығу.

Таныс қимыл-қозғалысты жеңіл әрі еркін, ырғақпен және келісілген түрде кеңістікте белгіленген бағдармен, тепе-теңдікті сақтай отырып орындауды қалыптастыру.

Қимыл-қозғалыс кезінде берілген белгіні бастапқы және соңғы мезетінде қабылдай білуді жетілдіру.

Ептілікті, қимыл-қозғалыс үйлесімділігін жетілдіре түсу, өзара достық қарымқатынас, төзімділікке тәрбиелеу.

Ойын: «Балапандар».

Міндеті: жалтарып жүгіруге жаттығу, музыка ырғағына сай қозғала білуге жаттығуды бекіту. **Күтілетін нәтиже:** қайталайды: саусақ және ойын жаттығуларының

қимылдарын, екі аяқпен жұбына қарай секіруді, ойын әрекеттерін; **түсінеді:** тәртіп сақтауды (ренжіспеуді, төбелеспеуді), педагогтің нұсқауын

орындауды, залдың бір жағына бір қатармен сапқа тұруды, жұптасуды;

қолданады: тепе-теңдікті сақтау әдісін, төрттағандап еңбектеуді, бидің оңай қимылдарын орындауды, жүгіріп жүргенде берілген белгі бойынша тоқтауды.

Құрал-жабдықтар: аю, қоян бейнелері бар суреттер (слайдтар), музыка. **Билингвалды**

компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, балапан – цыпленок.

ҰОҚ барысы:

I... Саусақ гимнастикасы: «Достық».

Біздің топта ұлдар мен қыздар Бір-бірімен тату-тәтті достар. Біз де сенімен достасайық, Біздің кішкене саусақтар.

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

II. Негізгі кезең.

Ойын жаттығуы: «Қатып қал!»

Музыка ырғағымен және тепе-теңдікті сақтап жүреді.

Ойын гимнастикасы

Алақанды ашайық,

Шапалақты соғайық.

Шап-шап-шапалақ, Шап-шап-шапалақ.

Кәне, маған қара, Бәрін бірдей қайтала.

Бір-екі-үш, бір-екі-үш, Бәрін бірдей қайтала (барлық қимылды).

Оң аяқ, сол аяқ,

Қаз-қаз бастық біз аздап Топ-топ-топ, топ-топ-топ.

Кәне қол, кәне аяқ?

Ойнайықшы біз аздап

(Қол-аяқпен еркін қимылдар жасалады).

Бір-екі-үш, бір-екі-үш,

Ойнайықшы біз аздап. Слайд көрсете отырып негізгі қимылдарды

ойын түрінде орындау:

1. «Қояндар» – алға қарай екі аяқпен секіру. Өз жұбына қарай секіріп барып, оған қолын тигізіп, жылдам өз орнына тұру. Нұсқау – екі аяқпен бір мезетте жігерлене итерілу.

2. «Аюлар» – тіке бағытта төртаяқтап еңбектеу.

Аюлар ойнап жүреді – «Аюлар!» деген команда берілгенде, орындарын ауыстырып, залдың қарсы жағына қарай еңбектейді.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Балапандар». Кішкентай балапанға айнаруды ұсынады.

III. Қорытынды кезең (рефлексия) Ойын

жаттығуы: «Жұбыңды тап!».

Тағы да балалардың есіне салады, барлық балалар бір-бірін сыйлап, кішіпейіл болуы керек, бірлесіп тату-тәтті ойнап, ренжіспеуі керек.

Бекітілді
Аманжол
28.09.2021

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 28.09.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Көңілді жұлдызқұртқа қонаққа барамыз (таза ауада)* (стандартталмаған жабдықтарды қолдану)

Негізгі қимылдар: «Жұлдызқұрт» арқылы секіру, доға астына жорғалау, гимнастикалық сәкіде жұлдызқұрттан аттап өту.

Мақсаты: гимнастикалық орындықпен жүру дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: гимнастикалық сәкіде кедергілерді аттап өту арқылы жүруге үйрену. Доға астынан жорғалауға жаттығу, жорғалау кезінде аяқ пен қолдың үйлесімділігін қалыптастыруды үйренуді жалғастыру.

Белгілі бір кедергіден секіріп өту кезінде еденнен ептілікпен итерілуді мүлтіксіз орындауды жалғастыру.

Кеңістікте бағдарды айқындауды жетілдіру, балалардың ұсақ қимыл-қозғалысын (моторикасын) ойындар арқылы дамыту, қимыл-қозғалыс үйлесімділігін жетілдіру.

Ойын: «Жұлдызқұрт».

Міндеті: берілген белгі арқылы ғана қимыл жасауды дамытуды жалғастыру, қимылқозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру. **Күтілетін нәтиже:**

қайталайды: ойын массажын, «Көбелектер» жалпы дамыту жаттығуларын, саусак гимнастикасын, гимнастикалық сәкі үстінде жүру, кедергілерден аттап өтуді;

түсінеді: жұлдызқұрттың не екенін біледі, бір қарқынмен бір-бірінің соңынан тізбектеліп жүруді, ойын ережесін, әртүрлі қимылдарды орындауды, секіріп түскенде еденнен итерілуді; **қолданады:** секіріп өту кезіндегі жерге түсу дағдыларын, заттап аттап өту кезінде

тепе-теңдікті сақтау дағдыларын.

Құрал-жабдықтар: жұлдызқұрт – спорттық жабдыққа жатпайды, сәкілер – 2 дана, доғалар.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, көбелек – бабочка.

ҰОҚ барысы:

I... Балалар, біз бүгін кімге қонаққа баратынымызды табындаршы.

Көп болса да аяғы, Тек жорғалап жүреді.

Денесі жасыл буылтық, Жапырақ оның қорегі.

(Жұлдызқұрт)

Дұрыс айтасындар, көңілді жұлдызқұртқа қонаққа барамыз.

Алма мен алмұртты,

Бұршақты да жеп қойды, Бірақ оған тимейміз.

Күн шуағын төккенде Жұлдызқұрттар жап-жасыл,

Көбелекке айналар.

Әсем күйге бөленіп, Гүл жайнайды айнала.

2. Ойын массаж:

Жұлдызқұрт, жұлдызқұрт –

Көбелектің қызы, Көк майсада жорғалайды,

Жапырақты жейді:

Нәйім! Нәйім! Нәйім!

Жеді – ұйқысы келді. Оянды.

Көбелекке айналды!

Ұшты, ұшты, ұшып кетті!

II. Негізгі кезең.

ЖДЖ: «Көбелектер»:

1. «Көбелектер ұшады» – б.к., аяқтар сәл алшақ қойылған, қолдар төменде. Қолды екі жакқа созып, құлашын сермейді, төмен түсіреді. 5 рет қайталайды.

2. «Көбелектер су ішеді» – б.к., алдыңғыдай. Еңкейеді, қолын артқа апарады, түзеледі.. 4 рет қайталайды.

3. «Көбелектер отырды» – б.к., алдыңғыдай. Отырады, қолды тізенің үстіне қояды, түзеледі.. 5 рет қайталайды.

4. «Көбелектер алаңқайға ұшып кетті» – б.к., аяқтары бірге, қолдары дене бітімінің бойында. Бір орында секіру, қолды құлаштап сермеу. **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»

Балаларға ойын ойнауды ұсынады. Ойын ережесін түсіндіреді. Балалар бірінің артынан бірі «жұлдызқұрт» болып тізбектеліп тұрады Бірінші ойыншы «басы», соңғысы – құйрығы.

Музыка ырғағымен жұлдызқұрт алға қарай жорғалайды, басы әртүрлі би қимылдарын көрсетеді (қолымен, денесімен, аяғымен, басымен), басқалары бұл қимылдарды қайталауға тырысады. «Бас» шаршаған кезде, артында тұрған келесі ойыншыға бұрылып, оның басынан сипайды, ал өзі тізбектің соңына барып тұрады **III.**

Қорытынды кезең (рефлексия)

– Балалар, біз бүгін қайда бардық? Кімді көрдік? Жұлдызқұрт бізбен қандай ойын ойнады? Дұрыс айтасындар, балалар, ал енді үйге қайтатын уақыт болды.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 29.09.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Қуыршақ Серік қонаққа келді*

Негізгі қимылдары: допты екі қолмен кеудеден лақтыру.

3 метр қашықтыққа алға қарай екі аяқпен секіру.

Мақсаты: допты кеудеден екі қолмен лақтыру дағдысын қалыптастыру.

Міндеттер: допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыруға үйрету, допты кеуде тұсында

қолайлы ұстап тұруға үйрету.

Алға секіру кезінде бір мезетте екі аяқпен епті қозғала секіріп, жартылай бүгілген аяқтың

ұшымен түсе білуді бекіту.

Жаттығулар орындаған кезде тыныс алуды тоқтатпауды қалыптастыру.

Қимыл-қозғалысты түрлі денешынықтыру жаттығуларымен, қозғалыс ойындарымен толықтырып отыру.

Ептілікті, шапшаңдықты, көзөлшемін дамыту, өзара достық қарым-қатынасқа,

төзімділікке тәрбиелеу.

Ойын: «Марғаулар мен балақайлар».

Міндеті: төзімділікті дамыту, тіке бағытта жүгіруге жаттықтыру.

Күтілетін нәтиже: қайталайды: екі аяқпен секіріп алға қарай 3 метрге қозғалады, допты екі қолмен

кеуде тұсынан лақтырады, ойындағы әрекеттерді; түсінеді: педагогтің берген белгісінен

кейін доптың соңынан жүгіруді, допты себетке

жинауды, бір-біріне кішіпейіл болуды; қолданады: сылдырмақтарды алып жүру

тәсілін, бір қатарға, сапқа тұруды.

Құрал-жабдықтар: жалпы дамыту жаттығуларына арналған сылдырмақтар әр балаға 2 данадан, балалар санына есептелген доп, ұлттық киім киген Серік атты қуыршақ, дорба.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, сүт – молоко, доп – мяч.

ҰОҚ барысы:

I. Ұлттық киім киген Серік атты қуыршаққа назар аудартады. Қуыршақ өзімен бірге дорба ала келіпті. Балаларға дорбада спортзалда ойнайтын қандай заттар жатқанын сыртынан ұстап көріп табуды ұсынады.

Қолдарына сылдырмақ ұстап, тізбекте бір-бірден жүру, қолға арналған тапсырмамен – сылдырмақты жоғары, екі жаққа – арақашықтықты сақтау, басты тік ұстау.

II. Негізгі кезең.

Бір қатармен қолға арналған жаттығулар жасап сапта жүру.

Сылдырмақ ұстаған қолдарын жоғары көтереді, екі жағына созады, арақашықтықты сақтайды, бастарын түзу ұстайды.

Шеңбер бойымен тұрып сылдырмақтармен ЖДЖ жасау (№1 қосымша, №11 кешен).

Шынтақтың бүгілмей, түзу созылған күйін сақтауына назар аудару.

Негізгі қимылдарды орындау:

1. Алға қарай екі аяқпен секіру. Қуыршақ Серікке дейін секіріп, сылдырмақты дорбаға салу, залдың қарсы жағындағы доп салынған себетке дейін секіру. Жартылай бүгілген аяқпен секіріп, аяғының ұшымен түсуге назар аудару.

2. Допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыру. Допты кеуде тұсында дұрыс ұстауына назар аудару, доптың соңынан белгі берілгенде ғана жүгіру.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Марғаулар мен балақайлар».

Балаларды екі топқа бөледі – «Марғаулар» және «балақайлар». Балалардың жанына келіп: «Сүт! Кім сүт ішеді?» – деп, сүт құйып жатқандай қимыл жасайды.

Марғауларды сызыққа дейін ғана ұстап алуға болатынын ескертеді.

III. Қорытынды кезең (рефлексия).

Ойын жаттығуы: «Доп»

Добымыз ойнайды, Секіріп еденде. Біресе

жоғары,

Біресе төменге.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 30.09.2021

Бекітілді:

Сылау

30.09.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру» Тақырыбы:

Сыйлық толы жәшік

Негізгі қимылдары: еденге орнатылған тақтайшада төрттағандап еңбектеу (ені 25 см, ұзындығы 2 метр).

Допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыру.

Мақсаты: денсаулық сақтау технологиясын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту

Міндеттері: шектелген алаңда алақан мен тізені тіреп еңбектеуге үйрету.

Кеуде тұсынан допты екі қолмен лақтыруға жаттығу, допты лақтырғаннан кейін қолды шұғыл түзеуге үйренуді бекіту.

Балаларды барлығына ортақ қарқынмен қимыл-қозғалыс жасауға үйрету.

Ептілігін, қимыл-қозғалыс үйлесімділігін жетілдіру, жинақылыққа, бірлесіп ойнауға, он көзқарасқа тәрбиелеу.

Ойын: «Затты тауып көр».

Міндеті: залда кеңістіктің бағдарын айқындауды жетілдіру.

Күтілетін нәтиже: қайталайды: екі қатар болып сапқа тұру, сылдырмақтармен жаттығу жасау, екі

қолымен кеуде тұсынан допты лақтыруды; түсінеді: сылдырмақ не үшін

қолданылатынын, жүрген кезде сылдырмақтармен

әртүрлі тапсырмалар орындауды, тақтайшамен төрттағандап еңбектеуді; қолданады:

аяқтың ұшымен жүру тәсілдерін, үш-үштен бірігіп допты лақтыруды

орындауды, педагогтің көмегімен залда бағдарын айқындауды.

Құрал-жабдықтар: жалпы дамыту жаттығуларына арналған сылдырмақтар әр балаға 2

данадан, балалар санына есептелген доп, гимнастикалық тақтайша (ені – 25 см, ұзындығы

– 2 м) – 2 дана, әр балаға арналған ойыншықтар салынған ғажайып қорапша.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, сыйлық – подарок.

ҰОҚ барысы:

I.. Балалардың назарын қарапайым қорапшаға аудару. Егер балалар педагогтің тапсырмасын дұрыс орындаса, қорапшада сыйлықтар болуы мүмкін.

«Қатты-ақырын» ойын жаттығуы (5-6 рет).

Тізбекте бір-бірден қолдарын түрлі қалыпта ұстап жүреді.

«Қатты» деген белгі бойынша – сылдырмақты сылдырлатады, «ақырын» деген белгі бойынша – аяқтарының ұшымен жүреді, тыныштық сақтауға тырысады.

II. Негізгі кезең.

Ойын жаттығуы: «Қаттырақ-тыныш». Екі қатарға

тұрып сылдырмақтармен ЖДЖ жасау.

Жаттығуларды шынтакты бүкпей орындауға назар аударады.

Негізгі қимылдарды орындау:

1.Еденге қойылған тақтайша үстінде төрттағандап еңбектеу. Көпір үстімен залдың қарсы жағына еңбектеп өту. Нұсқау – тек көпір үстімен (тақтайша).

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

Қозғалыс ойын: «Затты тауып ал».

Балаларды (әр бала үшін жасырылған ойыншығы бар) ғажайып қорапшаны іздеп табу үшін жұмсайды.

III.Қорытынды кезең (рефлексия).

Әркім өзіне сыйлық тандап алуды ұсынады.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 01.10.2021

Әекітілді:
ақпан
01.10.2021 ж.

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Кәнеки, аңдар, бізге құлақ салыңдар!*

Негізгі қимылдары: қолдарын белінде ұстап, биіктігі 10 см кедергіден аттап өту арқылы тепе-теңдікті сақтай отырып, жолды жүріп өту. Сәкі үстінде төрттағандап еңбектеу. Бір құрсаудан екінші құрсауға секіру.

Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: шектелген алаң үстінен жүріп өткенде нық тепе-теңдік пен дене бітімін тік сақтай білуге үйрету. Алақан мен тізені тіреп, сәкі үстінен еңбектеу әдісін бекіту, алға қарай секіруді қайталау. Жүгіргенде және жаяу жүргенде қол мен аяқтың қимылқозғалысының үйлесімділігін жаттықтыру, ырғақпен жүруді, жүгіруді жетілдіруді жалғастыру. Түзу дене бітімін қалыптастыру. Ептілікті, жылдамдықты, зал кеңістігінде бағдарын айқындай білуді жетілдіру. Өз бетімен дамуды, шығармашылықты, өзара достық қарым-қатынасты тәрбиелеу. Табиғат құбылыстары туралы білімін, табиғат аясында өзінезі ұстау ережелерін сақтауды жетілдіре түсу.

Ойын: «Қояндар мен қасқыр».

Міндеті: ептілікпен секіруге жаттықтыру, педагогтің нұсқауымен қимылқозғалысты орындай білуді жетілдіру. **Күтілетін нәтиже:** қайталайды: «Қысқа дайынсың ба?» ЖДЖ, «Кірпі» ойын жаттығуы, соқпақпен

тапсырмаларды орындап жүру, ойындағы әрекеттер; түсінеді: шеңбер бойымен тұруды, жүргенде және жүгіргенде қол мен аяқ

қимылдарын үйлестіре білуді, бір қарқынмен жүру және жүгіру, бір құраудан екіншісіне секіру, жаттығуларды педагогтің айтқан сөздеріне сәйкес орындау; **қолданады:** тепе-теңдікті сақтау тәсілін, алақаны мен тізесін тіреп, сәкі үстінде еңбектеуді, шеңберден-шеңберге секіру тәсілдерін, залда бағдарын айқындай білуді.

Құрал-жабдықтар: 4-5 конусты жол (ені – 25 см, ұзындығы – 2 метр) – 2 дана, 2 сәкі, 4-5 құрсау, биіктігі 10 см текше, қасқыр бейнеленген бетперде.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, қыс – зима.

ҰОҚ барысы:

I..

– Сәлеметсіңдер ме, балалар! Біз бүгін көңілді аңдар боламыз. Сендер қандай аңдарды білесіңдер? Жарайсыңдар. Біз оларға еліктеп, қимылдарын қайталаймыз. Ал, кәнеки, аңдар, маған құлақ салыңдар! Барлық қимыл-қозғалысты біз сәтті орындаймыз.

II. Негізгі кезең.

Оңға бұрылып бір қатармен сапқа тұрады.

Бір қатармен сапта жүру.

Аяқтың ұшымен жүру, қолдарын беліне қояды – «түлкі ақырын таяп келеді», табанының ішкі жағымен жүру – «аю талтандап келеді», кәдімгі жүріспен кезектесіп жүреді.

Алға қарай секіру – «қояндар секіреді».

Бір қатармен жүру, жүгіру, «қасқыр жортып келеді».

Жүру және жүгіру, конустардың арасынан жыланша жүру – «жылан жорғалайды».

Шеңбер бойымен тұру. ЖДЖ:

«Қысқа дайынсың ба?» –

Ойменен де, сайменен де Аю

келеді талтаңдап.

Айтыңдаршы маған, аңдар,

Қысқа дайындық қалай?

1. Түлкіге арналған қолғап. Б.к.: аяқтар табан қашықтығына сәйкес. 1 – қолды алға созамыз, 2,3 – қолдың басын айналдырамыз, 4 – төмен түсіреміз. 4–6 рет.

– Иә, – деді түлкілер,

Біз қолғапты тоқыдық,

Қолғабымыз жап-жаңа, Жып-

жылы әрі үлгілдек.

2. Тиін інінде. Б.к. – бұрынғы. 1 – аяғының ұшымен көтеріледі, қолдарын жоғары көтереді, 2 – б.к. 4–6 рет. – *Тиін інінен сығалап,*

Жаңғақты қойдым мен жинап.

Інім менің биікте

Іші құрғақ әрі жып-жылы.

3. Құндыздар отын жаруда. Б.к.: аяқты иық бойымен қояды, саусақтарын айкастырып құлып жасайды, 1 – қолды бастан асыра жоғары көтереміз, 2 – алға қарай еңкейеміз – 4 рет.

– Құндыз аюға дауыстады,

Отын жардым мен пешке.

Қонжық, маған уақыт бер,

Көлбеңдетем көк түтін.

4. Ал, кірпіде – саңырауқұлақ.

Б.к.: аяқты табан қашықтығына сәйкес қойып тұру, қолдары төмен түсірілген. 1

– отырады, қолын еденге тірейді, 2 – тұрады, б.к., 4 рет қайталау. – *Кірпі шықты қуыстан, «Мені де сен ұмытпа.*

Үйшігім бұта түбінде

Саңырауқұлақ толы ішінде».

5. Жерасты жолы. Б.к. етпетімен жатады, қолдарымен басын ұстайды. 1-2-3-4 – аяқтарын алға-артқа қозғайды. – *Ал мен көртышқанмын Жерастына жол салған. Отбасыммен мен онда Шай ішемін қыста.*

6. Қоянға арналған пималар. Б.к.: түрегеп тұрады, қолдарды белге қояды. Бір орында тұрып кезекпен секіреді, жүреді. – *Ал бізде бар пималар,*

Жауап қатты қояндар.

Бізге боран түк емес,

Мишка, көрші киіп сен.

*Аю орманды шарлады,
Апанына келіп оралды.
Саусағын салып аузына
Тәтті ұйқыға батады.*

Бір қатармен сапта жүру, екіге бөлініп екі топ құрып жүру.

Қимылдың негізгі түрлері:

1. Қолды белде ұстап, текшелерден аттап, соқпақпен (жолмен) жүру.

– Түлкі келеді көпірмен

Құйрығы оның бұлғаңдап.

Қолындағысын түсірмей

Серуендейді масайрап.

2. Сәкі үстінде төрттағандап

еңбектеу. – *Маймақ аяқ аюлар*

Орманда жүр серуендеп.

Бөренеден ол жылдам,

Ептілікпен аттады.

Қабырғасын ауыртпай Керіліп

ол алды. (Түзеліп, қолын

жоғары көтереді).

3. Құрсаудан-құрсауға

секіру. – *Бақтан сәбіз жинауға*

Келді қоян секіріп.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қояндар мен қасқыр».

Ойын жаттығуы: «Кірпі»

– *Кірпі домаланып жиналды, қайтып орнына келді.*

3. Ойын жаттығуы: «Борсық» (релаксация).

« – *Мынау борсық*

кержалқау Салқын інде

жатады, Тәтті ұйқыға

батады.

Түс көріпті бір күні

Тындырыпты бар істі.

Таң атқаннан кеш батқанша

Кереуеттен түспей-ақ»

Бір қатарға сапқа тұру.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 04.10.2021

Бекітілді:
Сіллемі
04.10.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Ертөстік» «Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Тиін балаларға қонаққа келді*

Негізгі қимылдары: тікелей созылып жатқан жіптің үстімен жүру.

Ені 25 см, ұзындығы 2 метр еденге орнатылған тақтайшада алақан мен табанын тіреп, төрттағандап еңбектеу.

Мақсаты: арқанмен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: тепе-теңдікті сақтай отырып тікелей созылып жатқан жіптің үстімен жүруге үйрету. Шектеулі алаң үстінде алақан мен табанын тіреп, төрттағандап еңбектей білуін бекіту, қол мен аяқ қимыл-қозғалысын үйлестіре білуін жетілдіре түсу. Педагогтің нұсқауын орындай білуді қалыптастыру, өз іс-әрекетін басқа балалардың әрекетімен сәйкестендіре білу. Ептілікті, тепе-теңдікті сақтай білуді жетілдіру, экологиялық мәдениетке тәрбиелеуге ықпал ету.

Ойын: «Доп шеңбер бойымен».

Міндеті: допты қолдан-қолға бере білуді бекіту. **Күтілетін нәтиже:** қайталайды: жаңғақпен жаттығу жасау, саусақ гимнастикасы, жіптің үстімен жүру; **түсінеді:** тиіннің қимыл ерекшеліктерін, жаңғақты ұстап жүріп әртүрлі

тапсырмаларды қалай орындауға болатынын, допты қолдан-қолға беруді;

қолданады: шектелген алаң үстінде еңбектеу тәсілдерін, сапта жүріп қолға арналған әртүрлі жаттығуларды орындай білуді, тепе-теңдікті сақтауды.

Құрал-жабдықтар: әр балаға ЖДЖ-ға арналған 2 жаңғақ, жіп – 3 дана, гимнастикалық тақтайша (ені – 25 см, ұзындығы – 2 м) – 3 дана, қуыршақ театрынан алынған ойыншық тиін.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, саябақ – парк.

ҰОҚ барысы:

I.. Тиін балаларды қарсы алады.

Алақанды соқ-соқ, Аяқпенен топ-топ.

Шынтақтарда бүгілді, Көздеріміз жұмылды.

Тиін, тиін, ұйықтама, Бізбен бірге сен ойна.

Тізбекте бір-бірден қолдарына бүршік ұстап жүру.

Нұсқауды орындау білігіне, қолды шынтақтан жазуға назар аудару.

II. Негізгі кезең.

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 (ойыншық тиінді қолына киіп, тиінге назар аудартады).

Ойын түрінде негізгі қимылдарды орындау: «Саябақта»:

Балаларды атын атап шақырады.

1. Түзу созылып жатқан жіптің үстімен жүру. Тепе-теңдікті сақтау – қолдарын екі жаққа созады, денесін түзу ұстайды, аяқтарын тек жіптің үстіне қояды.

2. Еденде жатқан тақтайшада төрттағандап еңбектеу.

Нұсқау – тақтайша үстімен ғана еңбектеу, бір-біріне кедергі келтірмеу.

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

III.Қорытынды кезең (рефлексия).

Саусақ гимнастикасы: «Жасырынбақ»

«Саусақтарым ойнады жасырынбақ,

Бастарын да жасырды,

Міне, былай, міне, былай,

Бастарын ол жасырды»

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 05.10.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Күншуақ» «Қызғалдақ» «Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру» Тақырыбы: Біз саяхаттап жүрміз

Негізгі қимылдары: иректеліп қойылған жіп үстінде жүру.

Бір-бірінің қолдарынан ұстап, шеңбер жасап жүгіру.

Допты кеуде тұсынан екі қолмен лақтыру.

Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: иректеліп қойылған жіп үстінде жүруге үйрету, динамикалық тепе-теңдікті сақтай білу, дене бітімін тік ұстауды қалыптастыру. Бір қарқын мен бір ырғақты сақтай отырып, бір-бірінің қолдарынан ұстап шеңбер бойымен жүгіре білуді бекіту.

Шұғыл қимылдап қолдарын түзеп, допты екі қолымен кеуде тұсынан лақтыруға жаттығу. Педагогтің айтқанын мұқият тыңдап, көрсеткендерін бақылап отыруға үйренуді қалыптастыру. Ептілігін, күшін жетілдіру, белсенді демалу әдетін тәрбиелеу.

Ойын: «Көпірден жорғалап өту».

Міндеті: шектелген алаң бетінде төрттағандап еңбектеуге жаттығу.

Күтілетін нәтиже: қайталайды: мәшиненің, пойыздың дауыстарын, ирелендеп қойылған жіп үстінде

жүруді, тыныс алу гимнастикасын; түсінеді: автокөлік пен пойыздың қозғалысының айырмашылығын, тепе-теңдікті

сақтауды, қолды созып, допты жігерлене лақтыруды; қолданады: «паровоз» болып тізбектеліп тұру тәсілдерін, шеңбер бойымен тұруды, шектелген алаң үстінде төрттағандап еңбектеуді.

Құрал-жабдықтар: машина, пойыз, желкенді қайық бейнеленген суреттер, жіп – 3 дана, гимнастикалық тақтайша, доп.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, әткеншек – качеля.

ҰОҚ барысы:

I..

Суреттерге қарап, саяхат жасауды ұсынады.

II. Негізгі кезең.

Ойын жаттығуы: «Пойыз». Бір тізбекке тұрып, пойыз болып жүреді.

Ойын жаттығуы: «Мәшине».

Көшеде мәшине зулайды,

Дөңгелектен шаң бұрқырайды.

Нұсқау – «автокөліктер» залды аралап жүре алады.

Алаңқайдағы ойындар:

Бекітілді:
Асанов
05.10.2021

Ойын: «Өткеншек».

Әрең, әрең, әрең

Өткеншектері айналды.

Содан кейін бәрі

Жылдам, жылдам Шыркөбелек айналды. Ақырын,

ақырын, асықпашы, Өткеншегім, тоқташы. 1-2,

1-2, міне, осымен Ойын бітті. Бір қарқында

қимылдауға назар аударады.

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».

Көпірді біз саламыз,

Мәшине мен адамдар

Өзеннен өтсін қиналмай.

Ойын ойнайтын ортаны құрастырамыз – жіптермен өзенді, гимнастикалық тақтайшаны судан өтетін көпір деп бейнелейміз. Көпірмен еңбектеп өтіп, келесі жағалауға өтуді ұсынады.

III. Рефлексия.

«Желкенді қайық»

Желкенді қайық жүзеді,

Шақырып саяхатқабізді.

Тыныс алу жаттығуларына назар аударту.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 06.10.2021

Бөлімдегі:
сәлемет -
06.10.2021 ж.

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Күншуақ» «Ертөстік» «Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Күн нұры*

Негізгі қимылы: бағытты өзгерте отырып жүру және жүгіру.

Көлбеу тақтайшада жоғары және төмен жүру. Допты тор арқылы бастан аса лақтыру.

Мақсаты: көлбеу тақтаймен жүру дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: көлбеу тақтайшада жоғары және төмен қарай жүруге үйрету, тепетендікті сақтау, ептілік пен батылдықты дамытуға ықпал ету. Тор арқылы доп лақтыруға жаттығу, допты қолды шұғыл қимылдата түзеп жоғарыға, алға қарай лақтыра білуді үйрену.

Бағытты өзгерте отырып жүруге, жүгіруге жаттығуды жалғастыру, берілген белгіні қимыл-қозғалысты орындау кезінде басында немесе соңында қабылдай білуді бекіту.

Қоршаған ортаға оң көзқарас және жылы шырай таныта білуге тәрбиелеу.

Ойын: «Ұядағы құстар».

Міндеті: зал кеңістігінде бағдарын айқындауды жетілдіру. **Күтілетін нәтиже:**

қайталайды: таспамен жасалатын ЖДЖ, көлбеу тақтайша үстімен жоғары-төмен жүруді; **түсінеді:** жүргенде, жүгіргенде өз қимыл-әрекеттерін педагогтің берген

командасымен, басқа балалардың іс-әрекетімен сәйкестендіру, қозғалыс ойындарының ережелерін; **қолданады:** шеңбер бойына тұру тәсілдерін, допты жоғарыға және алға қарай тордан

лақтыру, кеңістікте бағдарын айқындау.

Құрал-жабдықтар: көлбеу тақтайша, волейбол торы, екі баған, әр балаға сары таспа мен шеңбер.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, құстар – птицы, ұя – гнездо.

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.

Таспаны алға және артқа сермейді. Бірнеше рет қайталағаннан кейін, (4–6) таспаны екінші қолға ауыстырып жаттығуды қайталайды.

– Б.қ.: аяқтарын бірге қосып отырады, таспаның екі ұшынан екі қолымен ұстайды. Алға қарай еңкейеді. Таспаны аяқтарының ұшына қояды, түзеледі, қолды жоғары көтеріп оған қарайды. Тәрбиешінің нұсқауымен алға қарай еңкейеді, таспаны алады. (3-4 рет) – Б.қ.: шалқасынан жатады, таспаны алға қарай созылған қолдарымен кеуде тұсында ұстайды. Екі аяқты бір мезетте таспаға дейін көтеріп, сосын қайта түсіреді. Аяқты созып та, бүгіп те көтеруге болады. (3-4 рет).

Бірінің соңынан бірі баяу жүру. Таспаны өз орнына апарып қою.

Негізгі қимыл түрлері:

Көлбеу тактайшамен жоғарыға, төменге қарай жүру. Тепе-теңдікті сақтауға назар аударады. Қажет кезінде сақтық шарасын көрсетеді.

Допты жоғарыға және тор немесе керілген таспа арқылы алға қарай лақтыру.

Нұсқау – допты бастан асыра жоғарыға лақтыру, қолды жылдам түзету.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Ұядағы құстар».

Залдыңбір жағына бала санына есептеліп шеңберлерді орналастырады, педагог құстарды топтың әр шетіне барып қоректенеді. Бұдан кейін ол: «Абайландар, мысық!» – деп дауыстайды. Құстар өз ұяларына ұшып кетеді. Бір-бірінің қолынан ұстап, шеңбер бойымен жүру.

III. Қорытынды кезең (рефлексия).

Релаксация

Ал, кәнеки, тұрайық, Қолды баяу көтеріп.

Саусақтарды бүгін-ашып, Төмен қарай

түсірейік.

Осылай тұрып демалып,

Жолға асықпай шығайық.

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Күншуақ» «Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Маймылдар

Негізгі қимылдары: орнында тұрып ұзындыққа секіру (30 см қашықтыққа).

Жіптен ұстап шеңбер бойымен жүгіру.

Кедергілерден «жыландай» ирелендеп жүріп өту.

Мақсаты: ұзындыққа секіру дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: орнында тұрып ұзындыққа секіруге үйрету, екі аяқпен бір мезетте итеріле білуді қалыптастыру.

Жіпті ұстап, шеңбер бойымен жүгіруге жаттығу, басқа балалардың жүгіру қарқыны мен жүру ырғағына ілесіп отыруға үйренуін бекіту.

Кедергілерге тиіп кетпей, арасынан «жыландай» ирелендеп жүруге жаттықтыру. Қолдары мен аяқтарының қимылдарын үйлестіру, мәнерін қалыптастыру. Педагогтің түсіндіргендерін тыңдай білуге үйрену, көрсеткендерін бақылай отырып, қимылқозғалыстарды педагогтің нұсқауымен басқа балалармен бірге сәйкестендіре отырып орындау. Достық қарым-қатынасқа, ұжымдық қатынасқа тәрбиелеу.

Мейірімділікке тәрбиелеу.

Ойын: «Тиіп кетпе».

Міндеті: алақан мен тізені тіреп отырып төрттағандап еңбектеуге жаттықтыру, ептілігін жетілдіру. **Күтілетін нәтиже:** қайталайды: орнында тұрып ұзындыққа секіру, таспаны қолымен ұстап шеңбер

бойымен жүгіру, арқаға массаж: «Борщ»; **түсінеді:** педагогтің берген белгісі бойынша орнында тоқтауды, таспаны қолымен

ұстап шеңбер бойымен тұруды, төрттағандап еңбектегенде кедергілерді айналып өтуді; **қолданады:** кедергілер (модульдер) арасынан жүру тәсілін, төрттағандап еңбектеуді.

Құрал-жабдықтар: «Маймыл» ойыншығы, педагогке арналған ана-маймылдың бетпердесі, жіп – 3 дана, бір қатарда бір-бірінен 1,5 м қашықтықта тұратын 4 поролон текше.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, маймыл – обезьяна.

ҰОҚ барысы:

I. Маймыл ойыншықпен таныстыру.

Кішкентай маймылдарды бейнелеуді ұсынады. *Бір-екі-
үш, бұрылды, Маймылға біз айналдық.*

Күнге қолды біз созып,

Жүрдік оңға, солға да,

Отырамыз, тұрамыз,

Шаршамаймыз сонда да.

II. Негізгі кезең.

Жаттығу ойыны: «Қатып қал!»

Ойын гимнастикасы: «Маймылдар»

Таң атпастан алаңда

Маймылдар жүр серуендеп.

Оң аяқпен топ-топ!

Сол аяқпен топ-топ! Қолдарын созды жоғары,

Көтерді кім биікке?

Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау:

Жіпті (таспаны) ұстап шеңбер бойымен жүгіру.

«Әткеншек» ойыны – музыка ырғағымен бір қарқында қозғалу.

Орнында тұрып ұзындыққа секіру (30 см қашықтыққа)

Ойын жаттығу ұйымдастырады.

Ені 30 см матадан өзенді бейнелейді, маймылдарға одан секіріп өтуді ұсынады. Қалай секіруге болатынын түсіндіріп, секіріп көрсетеді. Екі аяқпен бір мезетте итерілу керек екеніне назар аудартады.

Кедергілерден «жыландай» ирелендеп жүріп оту

(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).

Арқаға массаж: «Борщ»

Чики-чики-чики – ща!

Міне, орамжапырақ борщқа,

Туралады картоп,

Қызылша мен сәбіз де,

Жартысын алып пияздың Сарымсақ та турадым.

Чики-чики-чики-чорш-

Дайын болды дәмді борщ.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 08.10.2021

Бекітілді:
Секіріс -
8.10.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Ертөстік» «Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Көжсектерге арналған денешынықтыру*

Негізгі қимылдары: допты екі қолымен бастан асыра лақтыру.

Орнында тұрып ұзындыққа секіру (30 см)

Мақсаты: «Суық түсті» биологиялық белсенді нүктелерінің массажын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту.

Міндеттері: допты екі қолмен ұстап, бастан асыра артқа қарай жіберуді үйретуді жалғастыру. Бүгілген қолдарды жылдам жігерлі қимылмен алға-жоғарыға қарай созып, доптың ұшу траекториясына дұрыс бағыт беру.

Орнында тұрып ұзындыққа секіруге (30 см) жаттықтыру, аяқтарын итере секіруді, қолдың қозғалысымен байланыстыра білуін бекіту.

Сапқа тұру кезінде өз орнын таба білуін қалыптастыру, күшін, шапшаңдығын, кеңістікте бағдарын айқындауды жетілдіру. Денешынықтыру сабақтарын әдетке айналдыруға тәрбиелеу.

Ойын: «Әткеншек».

Міндеті: шеңбер бойымен қозғалуды жетілдіре түсу, өз іс-әрекетін басқа балалардың әрекетімен сәйкестендіре білу. **Күтілетін нәтиже:**

қайталайды: доппен орындалатын жаттығуларды, допты бастан асыра алысқа лақтыруды, массажды; **түсінеді:** топқа бөлініп қимылдар жасауды, педагогтің берген командасымен

«өзеннен» секіріп өтуді, допты себетке жинауды; **қолданады:** кедергілер (модульдер) арасынан жүру тәсілін, төрттағандап еңбектеуді, допты қолға ұстап шашыла жүгіру тәсілін, таспаны қолымен ұстап шеңбер бойымен сапқа тұра білуді, таспаны қолға ұстап шеңбер бойымен жүгіруді.

Құрал-жабдықтар: балалар санына есептелген доп, өзеннің моделі – екі шеті түйілген ұзын таспа.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, күз – осень.

ҰОҚ барысы:

I. 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.

Бүтілген қолдарды жылдам әрі жігерлі қимылмен алға-жоғарыға қарай созып, доптың ұшу траекториясына дұрыс бағыт беру.

Орнында тұрып ұзындыққа секіру (30 см кашықтыққа) –

аяқтың итерілуін қолдың қимылымен сәйкестендіру.

Ойын жаттығуы: «Өзеннен секіріп өт!» – өзеннің енін 30 см матадан құрастыру.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Әткеншек». Демалып, әткеншек тебуге ұсыныс жасайды.

Әрең, әрең, әрең

Әткеншектер айналды.

Содан кейін бәрі

Жылдам, жылдам Шыркөбелек айналды.

Ақырын, ақырын, асықташы, Әткеншегім тоқташы.

1-2, 1-2, міне, осымен ойын бітті.

III.Қорытынды кезең (рефлексия)

Биологиялық белсенді орындарға массаж жасау: «Күн суытты».

Педагог қорытындылайды, балаларды мадақтайды.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 11.10.2021

Бекітілді:
Асанұлы
08.10.2021 ж.

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Ертөстік» «Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Кеме

Негізгі қимылдары: жолмен сүйеу қадам жасап жүру.

Бірнеше сызықтан екі аяқпен секіру.

Мақсаты: нық қадаммен жүру дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: жолмен жүргенде дене бітімін тік ұстауды және нық тепе-теңдікті сақтай білуді жалғастыру.

Екі аяқпен бірнеше сызықтан секіруге жаттығу, аяқтарымен итеріле секіруді, қол мен аяқтың қимылын үйлестіре білуін жетілдіру. Массажды жолмен жүру – майтабандықтың алдын алу. Ептілікті, қимыл-қозғалыстың үйлесімділігін жетілдіру, тыныс алу жүйесін нығайту. **Ойын:** «Теңізшілер».

Міндеті: белгі бойынша қимыл-қозғалысты орындай білуді жетілдіруді жалғастыру, қозғалыстың үйлесімділігін қалыптастыр **Күтілетін нәтиже:** қайталайды:

гимнастикалық таяқшамен ЖДЖ жасауды, тынысалу жаттығуларын, жыландай ирелеңдеп жүруді; **түсінеді:** теңізшілер кім екенін, кемені, құтқару дөңгелегін не үшін қолданатынын,

сүйем қадамды қалай жасауға болатынын, аяқтың ұшымен жүруді, қимылдарды мәтінге сай орындауды; **қолданады:** жолмен жүруді, секіргенде жігерлене итерілуді, тізені жоғары көтеріп жүру тәсілдерін, кеңістікте бағдарын айқындау тәсілдерін.

Құрал-жабдықтар: массажды жол, арқан, теңізшінің баскиімі, гимнастикалық таяқша, шеңберлер.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, арқан – арқан.

ҰОҚ барысы:

I. Теңізшілерге айналып кемемен саяхатқа шығуды ұсынады.

II. Негізгі кезең.

Сапқа тұру.

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

Тыныс алу жаттығуы:

Иықтарға үрлейік,

Ишті де біз ұмытпайық,

Тұрбаға айналып аузымыз. Бұлтқа да бір үрлейік,

Сәл ғана сосын тоқтайық,

Жылдамдата керілейік,

Бір-бірімізге күлімдейік,

Қонақтарға бұрып басымызды, Сәлемді біз жолдайық.

Гимнастикалық таяқшамен орындалатын

ЖДЖ. *Теңізшілер жүріп, жүріп, Алаңқайға жетті. Гүл жанына таянып, Жаттығуға кірісті.*

(Таяқты бастан асыра жоғары көтереді) Толқынға назар аударып Айналасын да бақылады.

(Таяқты иығында ұстап, бұрылулар жасайды) Теңізшіге керек тазалық, Палуба тұр жарқырап. (алға қарай еңкейеді)

Теңізде көңілсіз болмасын

«Теңізші» биін орындасын

(отырады)

Дауылда тоңып жсаурамай, Секіріп алсын тоқтамай.

(Секірулер) 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 екіаяқпен секіру (арақашықтығы – 20 см).

4.«Қиыршық тасты лақтырып таста». Допты алысқа лақтыру.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Теңізшілер»

Теңізшілер көңілді зой,

Ылғи жақсы жүреді.

Бос уақыт кезіксе,

Ән салып, би билейді.

Тыныс алу жаттығулары: «Құтқару дөңгелегін үрлейік»

3. Балаларға саяхат кезінде қандай болғандары туралы айтып беру ұсынылады

III.Қорытынды кезең (рефлексия)

Биологиялық белсенді орындарға массаж жасау: «Күн суытты». Педагог қорытындылайды, балаларды мадақтайды.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 12.10.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Күншуақ» «Қызғалдақ» «Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Қуыршақ Айгүл балалармен ойнайды*

Негізгі қимылдары: доға астынан еңбектеу (биіктігі – 40 см).

Допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыру.

Мақсаты: «Жуынғанда айтатын ән» бетке арналған массажын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту.

Міндеттері: допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыруға үйрету.

Допты екі қапталынан дұрыс ұстай білуді қалыптастыру, иілген қолдарын шұғыл түзеу.

Доға астында оған тиіп кетпей еңбектеуге жаттықтыру, иілгіштікті жетілдіру.

Дене бітімін тік ұстай білуді және тепе-теңдікті сақтауды, зейінін дамытуды, кеңістікте бағдарын айқындауды жетілдіру.

Сапқа тұру кезінде өз орнын таба білуін қалыптастыру. Достық қарым-қатынас, ұжымдық қатынасты тәрбиелеу.

Ойын: «Секір де – шапалақ ұр»

Міндеті: ептілікпен секіруге жаттықтыру, педагогтің нұсқауымен қимыл-қозғалысты орындай білуді жетілдіру. **Күтілетін нәтиже:**

қайталайды: екі қатар болып сапқа тұруды, сапқа педагогтің көмегімен тұруды, доппен жасалатын жаттығуларды, кеуде тұсынан допты екі қолмен лақтыруды, бетке жасалатын массажды: «Жуыну әні»; **түсінеді:** педагогтің берген командасымен доптың соңынан жүгіруді, допты қалай

ұстауды, секіруді басқа балалардың соққан шапалағының ырғағымен сәйкестендіруді; **қолданады:** тізені жоғары көтеріп жүру тәсілдерін, қимылды ретімен орындау, доға астынан алақан мен тізені тіреп төрттағанда еңбектей білуді, кеңістікте бағдарды айқындау тәсілдерін.

Құрал-жабдықтар: Айгүл есімді қуыршақ, бала санына есептелген доп, биіктігі 40 см доға – 2 дана.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, ауыз – рот, қол – рука.

ҰОҚ барысы:

I.. Қуыршақ Айгүл балалармен сәлемдеседі және ойын ойнауға ұсыныс жасайды.

Бір шеңберге тұрайық, Бәріміз дос болайық.

Қолымызды бірге ұстап, Шаттанайық бәріміз.

Тізбекте бір-бірден жүру, тізбекте жүгіру, тізені жоғары көтеріп жүру.

II. Негізгі кезең.

Бір қатармен сапта жүру, бір қатармен сапта жүгіру, тізелерін жоғары көтеріп жүру.

Қатарға сапқа тұрып доптармен ЖДЖ жасау.

Шынтағын бүкпеуге, еңкейгенде тізесін бүкпеуге назар аудартады.

Негізгі қимылдарды орындау:

Допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыру – бүгілген шынтақтарын жылдам жазып қолды созу, допты лақтырғанда бағытына дұрыс траектория беру.

Берілген белгі бойынша орындалатын жаттығудың реті – сапқа тұру, алғашқы қалыпты сақтау, допты лақтыру, доптыңсоңынан жүгіру, қатардың қасына келіп тұру.

Доға астынан еңбектеу (биіктігі –40 см) – өтер кезде топтасу, бір-біріне кедергі жасамау.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Секір де – шапалақ ұр».

Қимылдарды өзгерту үшін сапқа белгі береді.

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

Бетке жасалатын массаж: «Жуыну әні»

Жуынбасаң сен егер

Кір-қожалақ баласың. Барлық бала таңертең

Жуынуға асығар.

Су мен сабын болмаса, Кір басады денені.

Жуынып алып сен егер, Таза жүрсең әрқашан

Болады бәрі тамаша.

Мұрнымыз да тазарды, Аузымыз да тазарды.

Иегімізді де тазарттық, Ал көзіміз жарқырады.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 13.10.2021

Бекітілді: Аманжол
13.10.2021 ж.

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Күншуақ» «Ертөстік» «Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Қонжықтай күшті бола біл!

Негізгі қимылдары: ирек жолмен жүру (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр).
Биіктігі 40 см доға астынан еңбектеп өту.

Мақсаты: ирек жолмен жүру дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: ирек жолмен жүруді үйрену, шектеулі алаңда жүргенде нық тепетендікті сақтай білу.

Үш доғаның астынан біртіндеп төрттағанда еңбектеп өтуді бекіту. Жаттығуларды орындау кезінде тыныс алуды тоқтатпауды қалыптастыру, ұсақ қимыл-қозғалысты (моторикасын) дамыту, күшін, ептілігін жетілдіру.

Денешынықтыру сабақтарын әдетке айналдыруға тәрбиелеу, өз денсаулығына мұқият қарау.

Ойын: «Қақпаға түсір».

Міндеті: қақпаға допты домалатып түсіре білуді жетілдіру, жұбымен іс-әрекетін келісе орындай білуді қалыптастыру. **Күтілетін нәтиже:** қайталайды: текшелермен жаттығуды, жыртқыш аңдар – аю, қоян, қасқыр, түлкіге тән ерекше қимылдарды, өзіне массаж жасауды; **түсінеді:** орман жануарларының қимылдарын жасауды және оны музыка ырғағымен сәйкестендіруді, бірінің соңынан бірі еңбектеуді, бір-біріне кедергі келтірмеуді; **қолданады:** топқа бөліне білуді, шектелген алаңмен жүргенде тепе-теңдікті сақтауды, допты қақпа арқылы бір-біріне домалату тәсілін.

Құрал-жабдықтар: ойыншық қонжық, әр балаға 2 текше, жарты топ санына есептелген доп, биіктігі 40 см доға – 6 дана, ирек жолды құрастыруға арналған таспалар, қақпа жасауға модульдер.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, қақпа – ворота.

ҰОҚ барысы:

I.. 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 – 40см).

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. **III.**

Қорытынды кезең (рефлексия)

«Алақанды соғамыз – шап-шап-шапалақ -шап-шап-шапалақ

, Аяқты тыпырлатамыз – топ-топ. Басты біз

айналдырып, Кеудемізді қағамыз.

Өкшемізді қадаймыз гоп-гоп,

Тізелерден соғамыз – шлеп-шлеп,

Ишімізді бір сипап,

Күлімдейді аузымыз».

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 14.10.2021

Бекітілді:
Аллаш
14.10.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Күншуақ» «Баласа»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Қоянға қонаққа барайық

Негізгі қимылдары: бағытын өзгерте отырып сапта жүру.

Кегельдердің арасымен жолда ирелендеп жүру. Бір орыннан екі аяқпен жоғары секіру.

Мақсаты: Бір орыннан екі аяқпен жоғары секіру дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: Кегельдердің арасымен жолда «ирелендеп» жүру. Секіру биіктігін, екі аяқпен жоғары итерілу күшін арттырудағысын жетілдіру. Саптан шығып кетпей, бағытты өзгерте отырып сапта жүре білуді бекіту. Балаларды допты екі қолмен домалатуға жаттықтыру. Көзөлшемін, ептілікті, зейінін арттыруды дамыту, педагогтің нұсқауларын орындай білуді қалыптастыру, мейірімділікке, қонақжайлылыққа баулу. Қолдың сыртқы үйлесімділігін, есту қабілетін жетілдіру, арқанмен жүріп, майтабандықтың алдын алу.

Ойын: «Түзу жолмен»

Міндеті: тек белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасай білуді жетілдіруді жалғастыру, баланың қозғалыс жүйесін талдағыш жүйелерімен үйлестіруді қалыптастыру.

Күтілетін нәтиже: қайталайды: әртүрлі бағытта саппен жүру, арқан үстімен жүру, жұптасып допты

домалатуды; түсінеді: қоянның ерекшеліктерін, бір қатар болып тұруды, қозғалас кезінде

қатарлардың соқтығыспауын, секіру биіктігін, екі аяқпен жоғары итерілу күшін арттыруды; қолданады: бір қатарға сапқа тұру әдісін, допты төменнен итере лақтыруды,

педагогтің берген белгісімен жүгіруді, кеңістікте бағдарын айқындауды.

Құрал-жабдықтар: қабатталған ұзын жіп, кегельдер.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, жүгіріңдер – бегите, бір – один; екі – два; үш – три; төрт – четыре.

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».

Аяқтарым қаз-қаз, бір, екі, үш!

Жолда түзу қадам бас, бір, екі, үш!

Шат көңілді боламыз, бір, екі, үш!

Біз бақытты баламыз, бір, екі, үш!

Ескерту: Саптар бір-біріне кедергі келтірмеу керек.

№3 аялдама: «Қоянның үйі»

Кегельдердің арасымен жолда «ирелендеп» жүру, қолдарын екі жаққа созып жүру.

Дене бітімін тік ұстап, табанымен арқанды басып жүруге назар аудару.

Мынау соқпақ жол

Қоянның үйіне апарад, Сол соқпақпен жүріп,

Қоянның үйін тап.

Қоян достарын күтіп алып, ойын ойнауға шақырады.

Бір орында тұрып, екі аяқпен жоғары секіру. (жаппай 6 - 8 рет).

Сәл отырып, жерден екпінді түрде итерілу және аяқтың жазылуы есебінен бір орында секіру керек екеніне назар аударады.

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.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 15.10.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Ертөстік» «Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Қуыршақ Айгүлден сәлемдеме*

Негізгі қимылдары: тізені жоғары көтеріп жүру.

Ирек жолмен жүру және жүгіру (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр).

Ені 50 см, 1,5 м қашықтықтағы қақпағадопты домалату.

Мақсаты: денесін дұрыс ұстау және қимыл үйлесімділігі дағдыларын қалыптастыру.

Міндеттері: ені – 50 см, 1,5 м қашықтықтағы қақпағадопты домалатып кіргізуге үйрету, көзөлшемін жетілдіру. Аяқ пен қолды үйлестіре, тізені жоғары көтеріп жүруге үйрену.

Шектеулі алаңда жүргенде және жүгіргенде нық тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту.

Педагогтің түсіндіргенін тыңдай білуді қалыптастыру, көрсетілімді бақылап отыру, педагогтің нұсқауымен қимыл-қозғалысты басқа балалармен бірге орындай білу.

Ептілігін дамыту, дене бітімін тік ұстап жүруді және тепе-теңдікті сақтай білу, қоршаған ортаға оң көзқараспен қарау.

Ойын: «Бере алмаймын».

Міндеті: аяқтарын алшақ қойып, аяқтарын қосып ептілікпен секіруге жаттықтыру, зейінін дамыту. **Күтілетін нәтиже:** қайталайды: сылдырмақтармен жаттығу жасауды, сылдырмақтарды ұстап бір

қатармен сапта жүруді, 1,5 м қашықтықтан допты қақпаға домалатуды; түсінеді:

сылдырмақтың қолданылуын, ирек жолмен жүргенде тепе-теңдік сақтауды,

заттың алдында тұрып аяқты алшақ қойып, аяқты қосып секіруді,

сылдырмақтарды қорапшаға, допты себетке жинауды; **қолданады:** тізені жоғары

көтеріп жүру тәсілдерін, ирек жолмен жүгіруді, бір

қатарға сапка тұруды, шеңбер бойымен тұруды.

Құрал-жабдықтар: сылдырмақ салуға қорапша, әр балаға екі сылдырмақ, бала санына

есептелген доп, ені 50 см доға – 2 дана, ирек жолды құрастыруға таспалар, балалар

санына есептелген әртүрлі кішкентай ойыншықтар.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, зат – предмет.

ҰОҚ барысы:

I.. 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 бүгу.

II. Негізгі кезең.

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 бұту.

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.

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

Айгүлдің сыйлықтарын тамашалайды.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 18.10.2021

18.10.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Ертөстік Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: **Сылдырмақты балақан**

Негізгі қимылдары: орнында тұрып ұзындыққа секіру (арақашықтығы – 40 см).

Тізені жоғары көтеріп жүру.

Түрлі бағытта жүгіру.

Мақсаты: «Әуе шары» тыныс алу гимнастикасын қолдану арқылы балалардың денс шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту.

Міндеттері: орнында тұрып ұзындыққа секіруді үйренуді жалғастыру, аяқпен күштірек итеріліп секіруді орындау.

Тізені жоғары көтеріп жүре білуді бекіту.

Түрлі бағытта жүгіруге жаттығу, жаттығу залының бойымен жеңіл әрі бір қарқынмен жүгіру. Ептілігін жетілдіру, дене бітімін тік ұстап жүруді және тепе-теңдікті сақтай білу, жинақылыққа тәрбиелеу, бірге ойнай білу. Ойын: «Қонжық көпірмен келеді».

Міндеті: шектеулі алаңда еңбектеуге жаттықтыру, қол мен аяқтың қозғалысының үйлесімділігін жетілдіру. Күтілетін нәтиже: қайталайды: сылдырмақтармен жаттығу жасап бір қатармен сапта жүруді,

сылдырмақтармен жаттығу жасауды, орнында тұрып ұзындыққа секіруді, тыныс алу гимнастикасын; түсінеді: Күлдіргішның қуыршақ театрынан келгенін, сылдырмақтың қолданылуын,

сылдырмақты қорапқа жинауды, алақаны мен табанын тіреп шектеулі алаңмен еңбектегенде тепе-теңдікті сақтауды; қолданады: тізені жоғары көтеріп жүру тәсілдерін, сылдырмақтарды қолда ұстап

жүру әдістерін, әртүрлі бағытта жүгіруді.

Құрал-жабдықтар: қуыршақ театрынан алынған «Күлдіргіш» қуыршағы, сылдырмақтарға арналған қорапша, әр балаға екі сылдырмақ, өзеннің моделін жасауға ені 40 см мата, ені 25 см, ұзындығы 2 м гимнастикалық тақтайшалар – 3 дана, ойнауға арналған таспа байланған бағандар.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, өзен – река.

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 бұту.

II. Негізгі кезең.

Сылдырмақты қолдарына ұстап бір қатармен жүру, қолға арналған жаттығу жасап жүру – сылдырмақты ұстап қолдарын жоғары көтеру, екі жағына созу.

Тізені жоғары көтеріп жүру – арақашықтықты сақтау, тізені бұту.

Екі қатарға тұрып сылдырмақтармен ЖДЖ жасау.

Жаттығуды атайды.

Жаттығуды орындау жолын көрсетеді.

Сылдырмақтарды қорапшаға салуды ұсынады.

Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау:

Әртүрлі бағытта жүгіру. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қуаласпақ».

Жеңіл әрі бір қарқынмен жүгіруге көңіл аударады.

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

Нұсқау – екі аяқпен бар күшімен итерілу.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Күлдіргіш көпірде еңбектейді».

Көпір құрастырады (3 тақтайды бір-біріне қатарластырып қояды), одан кейін баланың жоғары көтерілген қолының биіктігіндей қылып байланған таспасы бас бағандарды орналастырады.

Ойын ережесін түсіндіреді.

Табаны мен алақанын тіреп, көпірдің шетіне дейін еңбектеу керектігіне назар аудартады.

Таспаларды жинайды.

III. Қорытынды кезең (рефлексия) Тыныс алу гимнастикасы: «Шар».

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Күншуақ, Қызғалдақ, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Біз Күнге еріп, достарымызды табамыз.

Негізгі қимылдар: «Қар көпірі» қар үйіндісіне шығу, «Нысанаға тигіз» (қарды ағашқа лақтыру).

Мақсаты: нысанаға дәлдеп лақтыру дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: сәкіде төрттағандап еңбектей білуді жетілдіруді жалғастыру, қол мен аяқ қозғалысының үйлесімділігін дамыту. Қарды ағашқа оң және сол қолдарымен лақтыру. Төзімділік пен ептілікті дамыту. Мейірімділікке, жинақылыққа тәрбиелеу. Баланың қозғалыс жүйесімен интеграцияланған талдағыш жүйелерді дамытуды жалғастыру, ақыл-ой өрісін, қисынды ойлауын дамытуға ықпал ету.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қарға мен ит»

Цель: қимылды тек белгі бойынша ғана орындау білігін дамыту, секіруге және жүгіруге жаттықтыру, қимыл үйлесімділігін қалыптастыру. **Күтілетін нәтиже:**

қайталайды: музыка ырғағымен таспамен жасалатын ЖДЖ, екі аяқпен секіруді; **түсінеді:** тізбекте бір-бірден тізені жоғары көтере отырып қалай жүру керек екенін; **қолданады:** аяқтың ұшымен жүру тәсілдерін, тізені жоғары көтеріп жүруді, тепе-теңдікті сақтауды, алақан мен тізені тіреп сәкіде төрттағандап еңбектей білуді.

Құрал-жабдықтар: бала санына есептеліп алынған таспалар, сәкілер, шеңберлер, 4 түсті гүл (қызыл, ақ, көк, жасыл), бала санына есептелген түрлі түсті көбелектер.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, коян – заяц.

ҰОҚ барысы:

I. Жарқыраған күнге назар аудартады.

Таң шапағы шашылды Жарқырады күн көзі.

Күнге еріп балалар,

Жүздеген дос табады.

Соңынан еруге ұсыныс жасайды.

II. Негізгі кезең.

Тізені жоғары көтеріп, бір қатармен сапта жүру.

Адымдаймыз біз, адымдаймыз, Жолға түсіп түп-түзу.

Тіземізді жоғары,

Жүреміз біз көтеріп.

Аяқтың ұшымен, өкшемен жүру

Музыка ырғағымен таспамен ЖДЖ жасау.

Қимылдың негізгі түрлері:

1. «Қар көпірі» ойын-жаттығуы.

Балалар бірінің артынан бірі қар үйіндісіне көтеріледі, тепе-теңдікті сақтай отырып соңына дейін барады. Үйіндінің соңына жеткенде одан секіреді және үйіндімен тағы бір рет жүріп өту үшін тізбектің соңына барып тұрады. Педагог балалардың үйіндімен келе жатқандарға кедергі келтірмеуі, оларды асықтырмауын қадағалайды, жасқаншақ және өздеріне сенімсіз балаларға көмектеседі.

2. «Нысанаға тигіз» (ағашқа қар лактыру).

Балалардың назарларын бастапқы қалыпты дұрыс ұстануға, көздеуге, сермеуге және лактыруға аударады.

3. «Қарға мен ит» қимыл-қозғалыс ойыны

Жасыл шырша жанында

Қарқылдайды қарғалар: «қарқ-қарқ!»

Балалар, қарқылдап, секіріп қарғаны бейнелейді. Ересек адам келеді де, қолына итті алып:

Ит келіп үргенде,

Ұшып кетті бір демде, «Әу-әу!» Қарға балалар жан-жаққа қашады. Ойын қалаулары бойынша 2–3 рет қайталанады.

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

Аяқ ұшымен ақырын, Мысыққа да естіртпей

Тышқан тыныш жүреді.

Түн де тыныш келеді,

Тәтті түстер көрсін деп.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 20.10.2021

Смеллиф.
20.10.2021 ж.

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Күншуақ, Ертөстік, Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Ойын ойнауды ұнатамыз*

Негізгі қимылдары: 1 метр қашықтықта тұрып педагогтің лақтырған добын қағып алу және лақтыру.

Орнында тұрып ұзындыққа секіру (35 см).

Мақсаты: аяқ пен дененің бұлшық ет-сіңір аппаратын нығайту.

Міндеттері: педагогке доп лақтыру және оны қағып алуға үйрену, саусақтарын айқара ашып тұрып алақанымен допты қағып ала білуді қалыптастыру. Орнында тұрып ұзындыққа секіруге (40 см) жаттықтыру, қолдың қимылын аяқпен ептілікпен секірумен үйлестіре отырып, жартылай бүгілген аяқпен түсе білуді бекітуді жалғастыру.

Педагогтің түсіндіргенін тыңдай білуді қалыптастыру, көрсетілімді бақылап отыру, педагогтің нұсқауымен қимыл-қозғалысты басқа балалармен бірге орындау.

Ептілігін, көзөлшемін, қозғалыс үйлесімділігін дамыту, денешынықтыру сабақтарындағы жаттығуларға оң көзқарас білдіруге, достық қарым-қатынасқа, ымырашылдыққа тәрбиелеу.

Ойын: «Бос орын».

Міндеті: зейінін арттыру, музыкамен жүтіруге жаттығу.

Күтілетін нәтиже: қайталайды: ойын жаттығуды, залдың бір шетінен екінші шетіне саппен жүруді, 1

метр қашықтықта тұрған педагогке допты лақтыру, допты қағып алуды; түсінеді: шеңбер қалай құрылатынын, допты айқара ашылған саусақтарымен

ұстауды, «Менің бетім» ойын жаттығуындағы дене мүшелерін көрсетуді;

қолданады: әртүрлі бағытта жеңіл әрі бір қарқында жүтіре білуді, орнында тұрып 35 см қашықтыққа ұзындыққа секіруді.

Құрал-жабдықтар: әр балаға 2 текшеден, өзеннің моделін құрастыруға ені 35 см мата, ойын ойнауға шеңберлер.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, алаңқай – площадка.

ҰОҚ барысы:

I..

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 жүтіру – 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»

Бір оңға, екі солға

(денені оңға, солға бұрады) Өзіңді бір айналшы.

Бір отырдық, екі отырдық,

Отырып, тұрдық, отырып, тұрдық.

Құламақ Ванька біз болдық.

Ал енді біз шабайық (шеңбер бойымен жүгіру)

Менің теңтек добымдай.

Бір екі, бір екі,

(тыныс алу жаттуғулары) Бітті, міне, ойын да.

Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау:

Орнында тұрып өзеннен ұзындыққа секіру (ені 35 см матаның жолағы).

Аяқтың итерілуін қолдың қимылымен сәйкестендіре білуді назарда ұстау. Нұсқау – 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» – шеңберлерді шеңбер бойымен қояды.

Нұсқау – өз үйін жылдам тауып алу.

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

Ойын жаттығуы – «Менің бетім»

Қабырға, қабырға Екі баспалдақ.

Шатыр мен

Екі терезе, Дың – бұл қоңырау!

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 21.10.2021

ассистент
21.10.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Күншұақ, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Ауылға сапар шегеміз

Негізгі қимылдары: гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтадан сырғанау.

1 метр қашықтықта тұрған педагогтің лақтырған добын қағып алу және лақтыру.

Мақсаты: денесін дұрыс ұстау, қимыл үйлесімділігін дамыту.

Міндеттері: көлбеу тақтада төрттағандап еңбектеуді үйрену, одан жеңіл түсе білу.

Педагогке дөп лақтырып және одан саусақтары айқара ашылған алақанымен қағып ала білу. Ептілігін, төзімділігін, қозғалыс үйлесімділігін жетілдіру. Тұрмыстық заттармен таныстыра отырып, балалардың көзқарасын кеңейту, мейірімділікке, татулыққа тәрбиелеу.

Ойын: «Орныңды тап!».

Міндеті: кеңістікте бағдарын айқындау. Күтілетін нәтиже:

қайталайды: көлбеу тақтадан төрттағандап еңбектеуді, 1 метр қашықтықта тұрған педагогтің қолына дөпті лақтыру, релакс: «Жұдырықтар»; **түсінеді:** пойыздың қолданылуын, «паровозик» жасап тізбектеліп тұруды, мәтінге сай жаттығу жасауды, ойын кезінде өз орнын (көрпесін) жылдам тауып алуды; **қолданады:** алақаны мен тізесін тіреп еңбектеу тәсілдерін, шашыла жүгіруді, залда кеңістік бағдарын айқындауды.

Құрал-жабдықтар: әр балаға 2 текшеден, бала санына есептелген кішкентай көрпешелер.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, жұдырық – кулак.

ҰОҚ барысы:

I.. Саяжайға қонаққа шақырған әжейдің хатын көрсету. II.

Негізгі кезең.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Саяжайға барамыз».

Балаларды екі топқа бөлу: пойыз және жолаушылар.

Нұсқау – берілген белгі бойынша бір мезетте қозғалу.

Ойын гимнастикасы

Күрке тауық аулада

(қолдары белде, тізесін жоғары көтеріп жүреді),

Маңғаз басып жүреді.

Алаңнан өтті ұшып қоңыз

(қолдарын сермейді)

Гүлде өрмекші жорғалайды

(қолын алға созып, кеудесіне апарып жүреді),

Кәрі бұтаны сындырды

(отырады, шапалақ ұрады).

Жағамен әтеш келеді

(екі жаққа шайқалып жүреді)

Тайып кетіп ол бірақ,

Өзенге барып құлады

(қолын айналдырып қимылдатады, отырады).

Енді әтеш біледі

(тұрады, саусағын безейді).

Жолда абай болуды.

(Алға қарай еңкейеді) 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 тақтадан сырғанау.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Орнынды тап!» – зал ішімен жүгіру, көрпені басып кетпеу.

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

Көрпеді отырып босансып демалу, релакс: «Жұдырықтар»

Қолымыз тіздеде,

Жұдырық түюлі,

Саусақтар қаттырақ бүгілген.

Жұдырық ашылды,

Саусақтар босады.

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Ертөстік, Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Хайуанаттар бағы

Негізгі қимылдар: еденде жатқан кедергілерден аттап өту (олардың арақашықтығы – 25 см).

Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтайда еңбектеу.

Мақсаты: заттардан аттап өту дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: дене бітімін тік ұстауды сақтай отырып, еденде жатқан кедергілерден аттап өту.

Көлбеу тақтайда еңбектей білуді бекіту, қол мен аяқ қимылдарын үйлестіру, ептілігін дамыту. Залда қарапайым тапсырмаларды орындай отырып, жүруге жаттығу, сапқа тұрғанда өз орнын таба білу. Кеңістікте бағдарын айқындай білу, зейінін арттыру, жан-жануарларға қамқорлықпен қарай білуге тәрбиелеу.

Ойын: «Қасқыр мен лақтар».

Міндеті: жалтара жүгіре білуді бекіту, зейінін, шапшаң әрекет етуін жетілдіру.

Күтілетін нәтиже: қайталайды: тыныс алу гимнастикасын, кедергілерді аттап өтуді, гимнастикалық

қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтайдан сырғанауды, рөлдік іс-әрекеттерді; түсінеді: педагогтің берген командасымен бір ырғақпен шапалақ соғуды орындауды,

суретте көрсетілген аңдардың қимылдарын көрсетуді, аттап адымдағанда аяғын неғұрлым жоғары көтеруді; қолданады: шеңбер бойымен тұрутәсілін, екі қатармен сапқа тұру тәсілін, қимылдарды бірінен соң бірін орындауды.

Құрал-жабдықтар: аттап жүруге модуль – 8 дана, көлбеу тақтай – 2 дана. Билингвалды

компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, қасқыр – волк, лақтар – козлята.

ҰОҚ барысы:

I. Хайуанаттар бағына жануарлар қалай ойнайтынын көруді ұсынады.

«Автомобильмен серуендеу», «Қатты-ақырын» ойын жаттығулары.

Педагог автомашиналар тізбегінде бастаушы рөлін атқарады. Зообақта өзін ұстау ережелерін естеріне салады.

Тыныс алу гимнастикасы (№4 кешен).

II. Негізгі кезең.

Ойын жаттығуы: «Мәшиненмен жүргенде», «Дыбыстап-дыбыссыз». Автокөлік колоннасының бастаушысы болады. Хайуанаттар бағына жүргенде қауіпсіздік ережелерін сақтауды еске салады.

Тыныс алу гимнастикасы: №4 кешен.

Хайуанаттар бағын мекендеушілерның суреттерін қолданып, негізгі қимылдарды орындау.

Ойын жаттыгуу: «Көккүтан».

Жерде жатқан кедергілерді аттап өту (2 қатар, арақашықтығы – 25 см). Дене бітімін тік ұстауға назар аударады.

Ойын жаттығуы: «Тентек қонжықтар».

Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақайдан сырғанау – кол мен аяқ қимылының үйлесімділігі, сырғанау кезінде сақтандыру.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қасқыр мен лақтар» – белгі берілгенде ғана жүгіру, қасқырдан алшақ тұру.

~~Бөрте, бөрте, бөрте лақ, Бөрте лақ тым ерке-ақ.~~

Кетесің кейде секеңдеп, Байламаса көкем кеп.

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

Жануарларға қамқор болуды еске салады.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 25.10.2021

Бекітілді: Айтенов
25.10.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Ертөстік, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Хайуанаттар бағын мекендеушілер

Негізгі қимылдары: алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру (арақашықтығы – 10 метр).

Еденде бір-бірінен 20 см қашықтықта орналасқан кедергілерді аттап өту, тепе-теңдікті сақтау.

Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтайбойымен еңбектеу.

Мақсаты: ырғақты жүгіру дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: алаңның бір жағынан екінші жағына жеңіл әрі бір қарқынмен жүгіру, өз жүгіруін басқа балалардың жүгіруімен сәйкестендіре орындау.

Кедергілерді аттап өту кезінде нық тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту.

Көлбеу тақтайда еңбектей білуге жаттығу, кол мен аяқ қимылдарын үйлестіру, күштілігін, қайсарлығын жетілдіру.

Суреттегі бейнелерді қимыл-қозғалыс арқылы көрсете білуді қалыптастыру.

Кеңістікте бағдарын айқындай білуді, зейінін дамыту, жан-жануарларға қамқорлықпен қарай білу көзқарасын тәрбиелеу.

Ойын: «Жоғарыға лақтыр».

Міндеті: допты лақтыруға, қағып алуға жаттығу, допты екі қолымен ұстап қағып алуды жетілдіру. **Күтілетін нәтиже:** қайталайды: алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіруді, тыныс алу

гимнастикасын, гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтайда еңбектеуді, мимикалық гимнастиканы; **түсінеді:** кейбір жануарлардың қимыл ерекшеліктерін, аласа тұрған кедергілерді

аттап өтуді, тепе-теңдік сақтауды, допты жоғарырақ лақтыруды, еденге түскен допты қайта көтеріп алуды; **қолданады:** аяқтың ұшымен жүру тәсілдерін, педагогтің көмегімен екі қатар болып

сапка тұруды, залдағы кеңістікте бағдарын айқындауды.

Құрал-жабдықтар: «Хайуанаттар бағы» туралы суреттер, слайдтар. **Билингвалды**

компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, Хайуанаттар бағы – зоопарк.

ҰОҚ барысы:

I.. Хайуанаттар бағына серуендеуді жалғастырып, жаңа жануарлармен танысуды ұсынады.

Алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру.

«Зебралар» ойын-жаттығуы.

Нұсқау – барлығы бір уақытта қозғалуылары керек, қалып қалмау және озып кетпеу.

Педагог балалармен бірге жүгіреді.

1. Жалпы дамыту жаттығулары талық жасалса?
 2. Дайындық жаттығулары жасалса?
- 1-көшім.

«Ақырын өт». Нұсқау – хайуанаттар бағына ешкім естімейтіндей етіп бару.

II. Негізгі кезең.

Доппен жалпы дамытатын жаттығулар (№1 қосымша).

Алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру.

Ойын жаттығуы: «Ала құландар» – алға шықпай, артта да қалып қоймай, бәрі бірдей бірге қозғалады. Балалармен бірге жүгіру.

«Тыныштық сақтап өт» – хайуанаттар бағына ешкім естіп қалмайтындай тыныштық сақтап жүру.

Ойын гимнастикасы: «Маймылдар»

Таң атпастан хайуанаттар бағында Маймылдар жүр серуендеп:

Оң аяқпен топ, топ!

Сол аяқпен топ, топ!

Қолдарын көтерді жоғары!

Көтерді екен кім биік?

Негізгі қимылдарды ойын түрінде орындау:

Ойын жаттығуы: «Көкқұтан»

Еденде жатқан заттардың үстінен аттап өту – нық тепе-тендік сақтау.

Ойын жаттығуы: «Тентек қонжықтар»

Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген **көлбеу тактайшада енбектеу.**

Қол мен аяқтың қимылын үйлестіруге, тактайшадан жеңіл түсіп кете білуіне назар аудару.

Еңбектеп жатқан кезінде сақтандырып тұрады.

Қозғалыстық ойыны: «Жоғарырақ лақтыр» – 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.

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Күншуақ, Қызғалдақ, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Біздің сүйікті ойындарымыз (*таза ауада*)

Негізгі қимылдары: сапта бір қатарда тұрып қарқынды өзгерте жүру және жүгіру. Төбешіктен қуыршақты, қонжықты шанамен сырғанату. Құрсаудан-құрсауға секіру.

Мақсаты: дене жаттығуларын жасауға қызығушылықтарын қалыптастыру.

Міндеттері: сапта бір қатармен жүруді және жүгіруді қалыптастыруды жалғастыру. Шананы төбешіктен сырғанатуды жалғастыру. Құрсаудан-құрсауға секіру дағдыларын дамыту. Мейірімді болуға баулу.

Ойын: «Торғайлар».

Міндеті: баланың қозғалыс жүйесі мен талдау жүйесінің үйлесімділігін қалыптастыруды жалғастыру, құстарға тән қозғалыстарды мәнерлі жеткізе білуді жетілдіру.

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: қарқынын өзгерте жүгіруді, төбешіктен қуыршақты, қонжықты шанамен сырғанатады.

түсінеді: ойындағы рөлдік әрекеттердің, тізбекке бір-бірден тұру, бағытты сақтай отырып тізбекте бір-бірден жүру, қарқынын өзгерте отырып жүгірудің маңызын;

қолданады: қатарға тұру тәсілдерін, аяғын тізеден бүге отырып, құрсаудан-құрсауға секіру дағдыларын;

Құрал-жабдықтар: бала санына есептелген доптар, сырғанақ, 2 баған, жіп, таспалар, сылдырмақтар.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, торғай – воробей.

ҰОҚ барысы:

I.

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 бүгу.

II. Негізгі кезең.

Бір қатарға сапқа тұруға көмектеседі.

Бағытты сақтап жүру, қарқынды өзгертіп жүгіру.

Нұсқау – саптан шығып кетпеу, балалардың соңында қалып қоймау, жүгірген кезде шынтақты бүгу.

1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау.

Жаттығуды бірдей бастап, бір мезетте аяқтауға назар аударады.

2. Қимылдың негізгі түрлері:

Қуыршақты, қонжықтық төбешіктен сырғанату.Шанамен ойнау кезінде қауіпсіздік техникасын сақтауға назар аударады.

Құрсаудан-құрсауға секіру.Педагог 2-3 құрсауды қояды, сосын жаттығуды көрсетеді және түсіндіреді. Балалар тізбекте бір-бірден жүреді, құрсаудан-құрсауға секіреді.

Құрсауларды екі сызыққа қоюға болады, онда жаттығуды екі тізбек орындайды.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Торғайлар».

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

«Достық» білекке арналған массажы.

Дос болады тобымызда, Ұлдар менен
қыздар да.

Алақандарын үйкелейді.

Дос болайық екеуміз де,

Кіп-кішкентай саусақтар,

Бір, екі үші төрт, бес

Бес, төрт, үш, екі, бір.

Алдымен бір қолының саусақтарына, сосын екіншісін кезек-кезек уқалау.

Педагог ҰОҚ-ны қорытындылайды.

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 27.10.2021

Бекітілді:
Аллауф
24.11.2021ж.

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Күншуақ, Ертөстік, Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Құртақанмен ойнайық*

Негізгі қимылдары: еденде жатқан жазық шеңберге секіру. Алаңның бір

жағынан екінші жағына жүгіру (арақашықтығы – 20 м) **Мақсаты:**

құрсауға секіру дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: шеңбердің ішіне ептілікпен екі аяқпен секіруді және одан қайта секіріп шығуды үйрену.

Алаңның бір жағынан екінші жағына жеңіл әрі бір қарқынмен жүгіре білуді бекіту, қимыл-қозғалысты басқа балалармен біріге орындай білуді қалыптастыру. Педагогтің айтқанын тыңдай білуді қалыптастыру, көрсеткен қимылдарын бақылай білу.

Төзімділігін, қимыл үйлесімділігін, зейінін дамыту, достық қарым-қатынас, ұжымдық қатынасты тәрбиелеу, қосылып ойнай білуді үйрену.

Ойын: «Шеңбер арқылы сылдырмаққа жету».

Міндеті: еңбектеуге жаттықтыру, топтаса білуді бекіту. **Күтілетін нәтиже:**

қайталайды: шариктермен жаттығу жасауды, жазық шеңберге секіруді, бір қатарға сапқа тұрып алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіруді; **түсінеді:** педагогтің көмегімен шеңбер бойымен сапқа тұруды, шеңберден өтер кезде

төмен қарай еңкеюді, мәтінге сәйкес шапалақ ұруды; **қолданады:** қолдарына бір зат ұстап бір қатармен жүре білуді, қолға арналған

жаттығуларды орындауды, алақан мен тізені тіреп еңбектеу тәсілдерін.

Құрал-жабдықтар: «Құртақан» ойыншығы, әр балаға пластмасса шаригі бар екі қорапша, секіруге шеңберлер, 1 шеңбер 2 балаға, бағаны бар шеңбер – 3 дана, модуль – 3 дана, сылдырмақтар.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, құртақан – гном.

ҰОҚ барысы:

I.. Құртақан ойыншығына және сикырлы фонарик шамдарға (диаметрі 5–7 см пластмасса шариктер) назар аудартады.

Тізбекте бір-бірден жүру, шеңбермен жүгіру, тапсырманы орындай отырып жүру - фонарьларды жоғары, екі жаққа.

II. 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 жүтіріп өту, сылдырмақты қолына алу, ойнау.

Нұсқау – бәрі бір қатармен бір уақытта жүтіреді, қалып коймайды, 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.

III. Қорытынды кезең (рефлексия)

Ойын жаттығуы: «Шапалақ»

Шап-шап-шапалақ!

Қайталаймыз тағы да.

Соғамыз біз шапалақ. Бұдан соң жылдам-жылдам

Көңілдірек – шапалақ!

Алақанға алақан!

Шапалақ, шапалақ!

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 28.10.2021

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Күншуақ, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Түрлі түсті жалаулар*

Негізгі қимылдары: музыкалы-ырғақты қимылдар (музыкамен маршпен жүру).

Қолдарын екі жаққа созып, еденде жатқан баспалдақтың рейкаларын аттап өту.

Мақсаты: қимыл үйлесімділігін, тепе-теңдікті сақтау дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: сапта бір қатарда жүруге, сапта барлығын бірге нақты және бір қарқында музыка ырғағымен маршпен жүруге үйрету.

Қолдарын екі жаққа созып, еденде жатқан баспалдақтың рейкаларын аттап өтуге жаттықтыру. Тізелерін биігірек көтеріп және епті қозғалыспен аяқтарын түсіре білу, дене бітімін тік ұстап, нақ тепе-теңдікті сақтай білу. Қозғалыс үйлесімділігін, мәнерін жетілдіру, Денешынықтыру сабағына оң көзқарас танытуға тәрбиелеу, жинақы бола білу.

Ойын: «Жоғарырақ лақтыр».

Міндеті: допты кеудеге баспай алақандарымен лақтырып және қағып алуды бекітуді жалғастыру. **Күтілетін нәтиже:** қайталайды: жалаушалармен ЖДЖ жасауды, музыка ырғағымен маршпен жүруді,

еденде жатқан баспалдақтың рейкаларынан қолға жалауша ұстап аттап жүруді;

түсінеді: жұбын қалай тауып алуды, екі қатармен сапқа тұруды;

қолданады: нақ тепе-теңдік сақтау әдістерін, допты лақтырып және қағып алудың тәсілдерін, зал кеңістігінде бағдарын айқындауды.

Құрал-жабдықтар: жалаушаларға арналған қорап, бір балаға екі жалаушадан, бала санына есептелген доп.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, жалау – флажок.

ҰОҚ барысы:

I.. Ойын жаттығуы: «Сикырлы сандықты тап!». 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 – допты қағып ала алатындай биіктікке лақтыру. Егер доп домалап кетсе, допты ойыншының қолына беру

III.Қорытынды кезең (рефлексия)

Ойын ұйымдастырады: «Жұбынды тап!».

Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің Күні: 29.10.2021

Бекітілді:
сәуір
29.10.2021 ж.

Технологиялық картасы

«Ортаңғы топ»

«Ертөстік, Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Үлкен болып өсеміз.

Негізгі қимылдары: шеңбер құрып тұру.

Музыкалық-ырғақты қозғалыстар (музыка ырғағымен маршпен жүру).

Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтадан еңбектеп түсу.

Мақсаты: көлбеу тақтаймен еңбектеу дағдысын қалыптастыру.

Міндеттері: шеңбер құрып тұруға үйренуді жалғастыру, сапқа тұру кезінде өз орнын шапшаң таба білу.

Музыканың әр бөлімінің басын және соңын көрсете отырып, бір қарқында қозғалып, музыкамен марш жасап жүре білуді бекіту.

Көлбеу тақтада еңбектеуге жаттығу, қол мен аяқ қимылдарының үйлесімділігін жетілдіру.

Талдау жүйелерінің үйлесімділігін дамытуға ықпал ету, қимыл-қозғалыстарды ретімен орындай білу, азаматтыққа, батылдыққа тәрбиелеу.

Ойын: «Нысанаға дөп тигіз».

Міндеті: тігінен орналасқан нысанаға тигізе білуді бекіту, көзөлшемін жетілдіру.

Күтілетін нәтиже: қайталайды: музыкалық-ырғақты қимылдарды орындауды музыка ырғағымен марш

орындау, көлбеу тақтада еңбектеуді, тігінен қойылған нысанаға шарик лақтырып тигізуді; түсінеді: марш кезінде тізеден бүгілген аяғын жоғары көтеру, қимылды үш баладан

орындайды, қимылды мәтінге сәйкес орындауды.

қолданады: шеңбер бойымен тұру тәсілдерін, алақаны мен тізесін тіреп еңбектеуді, сапқа тұрғанда өз орнын таба білуді.

Құрал-жабдықтар: әр балаға жалауша салынған 2 қорап, көлбеу тақтай – 3 дана, модульдер (тігінен қойылатын нысана) – 3 дана, лақтыруға арналған пластмасса шариктер – балалар санына есептеледі, шариктерді жинауға арналған себет.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, нысана – мишень.

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 тақтадан 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.

Өкшемізді қадаймыз: топ (3 рет) Тізелерден ұрамыз: сарт (3 рет) Ішімізді бір сипап

Күлімдейміз бәріміз.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
08.11.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Самганова</i> 08.11.2021

Отаңғы топ: «Ертөстік, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Бәрін де цирк ұнайды*

Негізгі қимылдары: секіріп жүгіру.

Баяу қарқынмен жүгіру (40 секунд).

Еденге тігінен қойылған үш шеңберден еңбектеп өту.

Мақсаты: шоқырақтап тура жүру дағдысын қалыптастыру.

Қолданылған құрал-жабдықтар: «Цирк» туралы слайдтар, шеңберлер, оларға арналған баған – 6 дана.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	«Шеңбер бойымен біркелкі жүру» Балалармен шеңбер бойымен жүріп, тақпақ оқиды <i>Цирк болып ойнаймыз, Көрсетілім бастаймыз. Батыл цирк әртісі боламыз, Бәрін орындап, шаршамаймыз.</i>	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	ЖДЖ: 1. Қолыңды жоғары көтеру Б.қ: аяқ иық бойымен, қол белде төменде. 1-қол алдында, 2-жоғарыда, 3-алдыда, 4-б.қ келу. 2. «Қолы бастан жоғары» Б.қ: 1-қолды жоғары көтереміз, оң аяқтың ұшымен артқа қоямыз, шалқаямыз, 2-б.қ келу. 3. «Тізені бүк» Б.қ: аяқ алшақ, қол кеудеде. 1.-оң(сол) жаққа иілу. 3-б.қ келу. 4. «Отырып тұру» Б.қ: аяқ алшақ, тік тұру. 1-отыру, қолды алдыға созамыз, 2-б.қ келу. 5. «Иілу» Б.қ: тізерлеп тұрамыз, қол жоғарыда. 1-2оң(сол) жаққа иілу. 3-б.қ келу. Негізгі қимылдары: секіріп жүгіру. Баяу қарқынмен жүгіру (40 секунд). Еденге тігінен қойылған үш шеңберден еңбектеп өту.	Балалар 2 қатар калоннаға тұрып дамыту жаттығуларын нұсқаушаның көрсетуі бойынша жасайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Секір де, шапалақ ұр». Жаттығуды топқа бөлініп орындау:	Балалар ойынға белсене

	Қыздар алақандарын соғып шапалақ ұрады, ұлдар екі аяғымен бір орында секіреді. Ұлдар алақандарын соғып шапалақ ұрады, қыздар екі аяғымен бір орында секіреді.	қатысады
--	---	----------

Күтілетін нәтиже:

Қайталайды: тыныс алу гимнастикасын, саусақ гимнастикасын, шоқырақтап тура жүру, еңбектеу;

Түсінеді: цирктің мақсатын, үйретушінің ролін, тікелей шабуды қалай орындау керектігін, қатарынан үш шеңберден еңбектеуді, топқа бөлініп ойын кимылдарын орындауды;

Қолданады: баяу қарқынмен жүгіру тәсілдерін, алақаны мен тізесін тіреп еңбектеуді, бір ырғақпен шапалақтауды, орнында тұрып секіруді, зал кеңістігінде бағдарын айқындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
09.11.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Саман</i>

09.11.2021ж

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Қызғалдақ, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Бір, екі, үш, төрт, бес,*

Біз ойнаймыз бірігіп.

Негізгі қимылдары: Бір-бірінің қолынан ұстап шеңбе: 1,5 метр қашықтықтағы көлденең тұрған нысанаға екі қолмен кеудеден лақтыру д.

Секіріп жүгіру. рмен жүру.

Мақсаты: көлденең нысанаға лақтыру ағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: шеңбер 2 дана, бала санына есептелген диаметрі 15 см доп.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Ойын жаттығуы: «Топ-топ-топ» <i>Аяқпен жерді соғамыз, Топ-топ-топ!</i> <i>Шапалақты ұрамыз, Шап-шап-шапалақ!</i> <i>Басымызды шайқап, Оңға-солға</i> <i>айналдырамыз.</i> <i>Қолымызды біз көтереміз, Қайта төмен түсіреміз.</i> <i>Қолымыздан ұстап Айнала біз жүгіреміз.</i>	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	ЖДЖ: 1. Қолыңды жоғары көтеру Б.қ: аяқ иық бойымен, қол белде төменде. 1-қол алдында, 2-жоғарыда, 3-алдыда, 4-б.қ келу. 2. «Қолы бастан жоғары» Б.қ: 1-қолды жоғары көтереміз, оң аяқтың ұшымен артқа қоямыз, шалқаямыз, 2-б.қ келу. 3. «Тізені бүк» Б.қ: аяқ алшақ, қол кеудеде. 1.-оң(сол) жаққа иілу. 3-б.қ келу. 4. «Отырып тұру» Б.қ: аяқ алшақ, тік тұру. 1-отыру, қолды алдыға созамыз, 2-б.қ келу. 5. «Иілу» Б.қ: тізерлеп тұрамыз, қол жоғарыда. 1-2оң(сол) жаққа	Балалар 2 қатар калоннаға тұрып дамыту жаттығуларын нұсқаушаның көрсетуі бойынша жасайды.

	иілу.3-б.к.келу. Негізгі қимылдары: Бір-бірінің қолынан ұстап шеңбер: 1,5 метр қашықтықтағы көлденең тұрған нысанаға екі қолмен кеудеден лақтыру д. Секіріп жүгіру. Шеңбер бойыменмен жүру.	
Рефлексиялық түзетушілік.	<i>Ойын жаттығуы:</i> «Марғаулар мен балақайлар». Балаларды – «Марғаулар», «Балақайлар» деп екі топқа бөледі.	Балалар ойынға белмене қатысады

Күтілетін нәтиже:

Қайталайды: ЖДЖ, ойын кезіндегі марғаулардың әрекет-қимылдарын; түсінеді: допты нысанаға лақтыруды орындаудың ретін, секіріп жүгіруді (шабуды)

қалай орындау керектігін;

Қолданады: тізені жоғары көтеріп жүру тәсілін, әртүрлі бағытта жүгіруді, екі қатарға . сапқа тұру, шеңбер бойымен тұру әдістерін

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
10.11.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>assanov</i>

10.11.2021/м.

Ортаңғы топ: «Күншуақ,Ертөстік,Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы:«Денешынықтыру»

Тақырыбы:Қозғалыс көңіл күйді көтереді

Негізгі қимылдары: гимнастикалық қабырғаға мініп-түсу.

Диметрі 15 см допты тордан екі қолмен бастан асыра лақтыру.

Мақсаты: аласа заттардан секіріп түсу дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар:баспалдақтағы қоңырау, тор құрылған бағандар, бала санына есептелген диаметрті 15 см доптар, доп жинауға себет, гимнастикалық баспалдақ.

Оқу іс- әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Бір қатармен қолмен әртүрлі жаттығу жасап жүргізу. Әртүрлі бағытта жүгірту. Допты қолға ұстап жүргізу.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	ЖДЖ: Б.қ негізгі тұрыс,қолды белге қою,оң аяқ басын артқа қою,б.қ.оралу Б.қ:аяқты иықтың деңгейінде қою,қолды белге қою,1- қолды екі жаққа созу,2-алға иілу,3-тіктілеу,қолдарын екі жаққа созу,4-б.қ.келу. Б.қ.аяқты иықтың деңгейінде қою,қолды желкеге қойып тұру,1-оңға,және солға бұрылу,қолды алға созу,2-б.қ.келу. Б.қ:артқа қолмен тіреліп,еденде отыру.1-оң аяқты бүкпей жоғары көтеру,2-б.қ.оралу. Негізгі қимылдары: Бір-бірінің қолынан ұстап шеңбер: 1,5 метр қашықтықтағы көлденең тұрған нысанаға екі қолмен кеудеден лақтыру д. Секіріп жүгіру. Шеңбер бойыменмен жүру.	Балалар 2 қатар калоннаға тұрып дамыту жаттығуларын нұсқаушаның көрсетуі бойынша жасайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	<i>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.</i>	Балалар ойынға белсене қатысады

жүгіру тәсілін, кеңістікте бағдарын айқындай білуді, аласа заттардан секіріп түсу дағдысы, шашырап жүгіру, белгі бойынша әрекет етуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
11.11.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Самганова</i>

Н. К. 2021/21

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Мақсаты: бірнеше заттан аттап өту дағдысын қалыптастыру.

Негізгі қимылдары: алақан мен тізені тіреп, модульді аттап өтіп, төрттағандап еңбектеу.

2 метр қашықтықтағы көлденең тұрған нысанаға допты екі қолымен ұстап, кеуде тұсынан лақтыру.

Тақырыбы: Ормандағы алаңқайда ойнаймыз

Құрал-жабдықтар: бала санына есептелеген доптар, шеңбер 2 дана, аттап өтуге модуль – 6 дана, текше – 2 дана, қоңырау – 4 дана.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	2 метр қашықтықтағы көлденең тұрған нысанаға допты екі қолымен ұстап кеуде тұсынан лақтыру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	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. ЖДЖ: Б.қ негізгі тұрыс, қолды белге қою, оң аяқ басын артқа қою, б.қ. оралу Б.қ: аяқты иықтың деңгейінде қою, қолды белге қою, 1-қолды екі жаққа созу, 2-алға иілу, 3-тіксілеу, қолдарын екі жаққа созу, 4-б.қ. келу. Б.қ. аяқты иықтың деңгейінде қою, қолды желкеге қойып тұру, 1-оңға, және солға бұрылу, қолды алға созу, 2-б.қ. келу. Б.қ: артқа қолмен тіреліп, еденде отыру. 1-оң аяқты бүкпей жоғары көтеру, 2-б.қ. оралу. Негізгі қимылдары: алақан мен тізені тіреп, модульді аттап өтіп, төрттағандап еңбектеу. 2 метр қашықтықтағы көлденең тұрған нысанаға допты екі қолымен ұстап, кеуде тұсынан лақтыру.	Балалар 2 қатар калоннаға тұрып дамыту жаттығулары н нұсқаушаның көрсетуі бойынша жасайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Өз-өзіне массаж жасау: «Мыршай». <i>Кішкентай</i>	Балалар ойынға белсене қатысады

	Біздің қолдар алтын Ақылды, Оқымысты Тамаша.	
--	---	--

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: доппен ЖДЖ жасау, допты төменнен лақтыруды, ойындағы рөлдік әрекеттерді;

түсінеді: допты екі жағынан ұстап тігінен төменге лақтыруды, екі аяғын көлбеу тақтайға ауыстырып қояды, тақтайшаны қолымен ұстауды, өз денсаулығына мұқият болуды;

қолданады: бір қатармен жүру тәсілін, сапқа тұру және екі қатар болып қайта сапқа тұруды, зал кеңістігінде бағдарын айқындай білуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
12.11.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

Ортаңғы топ: «Ертөстік,Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Біздің қолдар жай емес, біздің қолдар алтын ғой*

Негізгі қимылдары: допты еденге лақтырып, секіріп түскенде қағып алу.

Гимнастикалық баспалдаққа шығу, төменгі рейкалар арқылы келесісіне өте білу.

Мақсаты: допты жерге лақтыру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: әр балаға 2 сылдырмақ, 4-5 қоссырық (брусья), 2-3 шеңбер.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Бір орнында тұрып шынтақты бүкпей, еңкейгенде тізесін бүкпей еңкейу	Балалар тапсырманы педагогке карап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Шашыла жүргізу, жүгірту. Жүргенде, жүгіргенде жаттығуларды қайталау. Командаларды береді. Балалардың бір-бірімен соқтығыспай жүгіруін бақылайды. ЖДЖ орындау. ЖДЖ: Б.қ негізгі тұрыс, қолды белге қою, оң аяқ басын артқа қою, б.қ. оралу Б.қ: аяқты иықтың деңгейінде қою, қолды белге қою, 1-қолды екі жаққа созу, 2-алға иілу, 3-тіктілеу, қолдарын екі жаққа созу, 4-б.қ. келу. Б.қ. аяқты иықтың деңгейінде қою, қолды желкеге қойып тұру, 1-оңға, және солға бұрылу, қолды алға созу, 2-б.қ. келу. Б.қ: артқа қолмен тіреліп, еденде отыру. 1-оң аяқты бүкпей жоғары көтеру, 2-б.қ. оралу. Негізгі қимылдары: допты еденге лақтырып, секіріп түскенде қағып алу. Гимнастикалық баспалдаққа шығу, төменгі рейкалар арқылы келесісіне өте білу.	Балалар 2 қатар калоннаға тұрып дамыту жаттығуларын нұсқаушаның көрсетуі бойынша жасайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Өзінің қолына массаж жасауды ұсынады. «Біздің қолдар жай емес» <i>Біздің қолдар жай емес,</i>	Педагогтың айтқанын қайталайды

мыршай
 ұйқыдан
 тұрды.
 Оңға қарай керілді,
 Солға қарай керілді,
 Күнге қарап
 жымиды.
 Жұдырыған түйін
 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!

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: лактардың ойындағы қимылдары мен әрекетін, өзіне-өзі массаж жасауды;

түсінеді: доптың қолданылуын, допты кеуде тұсынан нысанаға лақтырғанда

қалыпты жағдайда қалай тұру керектігін;

қолданады: допты қолға ұстап жаттығу жасау тәсілін, бірден үш кедергіден өтудің әдісін, сапка тұру тәсілін.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
15.11.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

15.11.2021

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы: «Денешынықтыру» Тақырыбы: Сиқырлы қоңырау

Негізгі қимылдары: аяқты алға қарай қойып жүру.

Тегістелген бөрене үстімен жүру.

Музыкалы-ырғақты қимылдар.

Мақсаты: нық қадаммен жүру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: тегістелген бөрене – 2 дана, текше – 2 дана, қоңырау – 2 дана, түлкі, қасқыр, аю, тиін, қоян ойыншықтары.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Тегістелген бөрене үстімен жүру Нұсқау – тепе-теңдікті сақтау. Балалар бөрене үстімен жүргенде сақтық шарасын жасау. Аяқты алға қарай қойып жүру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	ЖДЖ: Б.к негізгі тұрыс, қолды белге қою, оң аяқ басын артқа қою, б.к. оралу Б.к: аяқты иықтың деңгейінде қою, қолды белге қою, 1-қолды екі жакқа созу, 2-алға иілу, 3-тік тілеу, қолдарын екі жакқа созу, 4-б.к. келу. Б.к. аяқты иықтың деңгейінде қою, қолды желкеге қойып тұру, 1-оңға, және солға бұрылу, қолды алға созу, 2-б.к. келу. Б.к: артқа қолмен тіреліп, еденде отыру. 1-оң аяқты бүкпей жоғары көтеру, 2-б.к. оралу. Негізгі қимылдары: аяқты алға қарай қойып жүру. Тегістелген бөрене үстімен жүру. Музыкалы-ырғақты қимылдар.	Балалар 2 қатар калоннаға тұрып дамыту жаттығуларының нұсқаушаның көрсетуі бойынша жасайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Шеңбер құрып отырып, тағы да бір рет сиқырлы қоңыраудың дыбысын тыңдап, бір-біріне күлкі, жақсы	Балалар сергіп

	көңіл күй сыйлауды ұсынады.	қалады
--	-----------------------------	--------

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: бөренемен жүру, музыкамен ырғақты қимылдар жасау, ойындағы «аңшылардың» және «қасқырлардың» «әрекеттерді;

түсінеді: аңдардың қимыл ерекшеліктерін қалай бейнелеуді, сүйем қадамды қалай жасауды;

қолданады: бөрене үстімен жүргенде тепе-теңдікті сақтау әдісін, шашыла жүру мен жүгіру тәсілін.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
16.11.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Самганова</i>

16.11.2021

Ортаңғы топ: «Күншуақ,Қызғалдақ,Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы:«Денешынықтыру» Тақырыбы:*Бауырсақ*
бауырсақ

Негізгі қимылдары:кедергілер арасынан «жыланша» ирелендеп жүру.

Орнында тұрып екі сызық арқылы ұзындыққа секіру. Доға астынан еңбектеу (биіктігі – 50 см).

Мақсаты: ирелендеп жүру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: текше, доға (биіктігі – 50 см), екі жіп, қырлы тақтай, массаж кілемшесі, гимнастикалық таяқтар, ойыншық қоян,ойыншық аю.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Қимылды музыкаға сәйкес бастауды және аяқтай білуді бекіту, кеңістікте бағдарын айқындауды жетілдіру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	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; Ата әжеге былай дейді: – 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.	Балалар шеңбер айнала тұрып педагогпен бірге көңілді қайталайды

	Бауырсақ жолға секіріп түсті де, домалап кетті. Сонынан 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.	
Рефлексиялық түзетушілік.	) Ойын массажы: «Тентек мұрын» «Мұрын жағымсыз иіс сезді».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: кедергілер арасынан «жыландай» ирелендеп жүруді, тізені жоғары көтеріп жүруді, ойын массаждың тәсілдерін;

түсінеді: орнында тұрып ұзындыққа қалай секіруді, өз әрекеттерін басқа балалардың әрекетімен сәйкестендіруді, ойын кезінде өз жұбын жылдам тауып алуды;

қолданады: доға астынан өту әдістерін, кедергілер арасынан еңбектеп өтуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
17.11.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>allcomf</i>

Ораңғы топ: «Күншуақ,Ертөстік,Қызғалдақ»

14 XI 2021г.

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Тентек доптар саусақтарды шыңдайды.*

Негізгі қимылдары: допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу.

Тереңдікке секіру – 20 см биіктіктегі сәкіден секіру.

Құрал-жабдықтар: әр балаға бір доптан, биіктігі 20 см гимнастикалық сәкі – 2 дана.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Себеттегі доптар назар аудартады. Допты қолына алып, айналдырады: <i>Добым-добым домалақ, Бүйірі оның топ-томпақ. Балаларға сен қарашы, Жүгіріп, секіріп ойнашы.</i>	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Бір қатармен сапта жүргізу. Кезегімен жүргізуді және жүгіртуді алмастырады. Себеттен доптарды алуды ұсынады. <i>Түрлі түсті доптар, Жылдам оны алыңдар. Допты алып ойнайық, Саусақтарды шыңдайық. Б.қ:тұру,қолдар төменде түсірілген.Қолды екі жаққа созу,жоғары көтеру,аяқтың ұшымен тұру,б.қ.оралу. Б.қ:отыру,аяқтарты бірге қою,қолдарды тізеге қою.Бір жаққа бұрылу,текшелерді еденге ұру,денені түзу ұстап тұру.Дәл солай екінші жақпен орындалады. Б.қ:тұру,қолдар түсірілген «Шеге қағып жатыормыз», - деп жартылай отырып,текшені еденге ақырындап ұру,б.қ.оралу. Б.қ:қолды алдыға созып ,етпетінен жату.Екі қолды екі жаққа созу,алға қарау,мұнда қолды бүкпеуге тырысу керек,б.қ.оралу.</i>	Балалар шеңбер айнала тұрып педагогпен бірге көңілді қайталайды.

	2. Бір орында тұрып, аяқтың ұшымен жеңіл секіру. (20-30 сек) 3. Жүру (текшелерді себетке салу) 4. Орында тұрып екі аяқпен ұзындыққа секіру Негізгі қимылдары: допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу. Тереңдікке секіру – 20 см биіктіктегі сәкіден секіру.	
Рефлексиялық түзетушілік.	Педагог қорытындылайды. Күлкінің суреті бар допты көрсетеді: «Біздің доптар сендермен ойнағандарына, саусақтарды шыңдауға көмектескендеріне риза болып қуануда».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

Қайталайды: допты еденге лақтырып, оны ағып алуды, саусаққа массаж жасауды;

Түсінеді: допты не үшін қолданатынын, тереңдікке секіруде жігерлене итерілуді, ойын ойнағанда команданың берілуін, өз іс-әрекетін басқа балалардың қимылдарымен сәйкестендіруді;

Қолданады: допты қолға ұстап жүру мен жүгіруді, қозғалыстың бағытын сақтай білуді, аласа заттардың үстінен секіруді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
18.11.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>ашау</i>

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Балауса»

18.11.2021/не

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: 1-2-3 – кітапқа жан біт!

Негізгі қимылдары: алға қарай екі аяқпен 3 метр қашықтыққа секіріп жүру.

Аяқтың ұшымен жүру және жүгіру.

Кедергілер арасынан «жыланша» ирелендеп өту.

Мақсаты: екі аяқпен секіру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: сабақтың мазмұнына сәйкес суреттері бар «Сикырлы кітап», ЖДЖ-ға арналған текше – әр балаға 2 дана, кегель – 10 дана, сылдырмақтар.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	«Сикырлы кітапты» көрсетеді. Суретте бейнеленген қимылдарды орындауды ұсынады. Аяқтың ұшымен жүру, аяқтың ұшымен жүгіру – музыка бойынша.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Бір қатармен сапта жүргізу. Кезегімен жүргізуді және жүгіртуді алмастырады. Себеттен доптарды алуды ұсынады. Түрлі түсті доптар, Жылдам оны алыңдар. Допты алып ойнайық, Саусақтарды шыңдайық. Б.қ: тұру, қолдар төменде түсірілген. Қолды екі жаққа созу, жоғары көтеру, аяқтың ұшымен тұру, б.қ. оралу. Б.қ: отыру, аяқтарды бірге қою, қолдарды тізеге қою. Бір жаққа бұрылу, текшелерді еденге ұру, денені түзу ұстап тұру. Дәл солай екінші жақпен орындалады. Б.қ: тұру, қолдар түсірілген «Шеге қағып жатыормыз», - деп жартылай отырып, текшені еденге ақырындап ұру, б.қ. оралу. Б.қ: қолды алдыға созып, етпетінен жату. Екі қолды екі жаққа созу, алға қарау, мұнда қолды бүкпеуге тырысу керек, б.қ. оралу. 2. Бір орында тұрып, аяқтың ұшымен жеңіл секіру. (20-	Балалар шеңбер айнала тұрып педагогпен бірге көңілді қайталайды.

	30сек) 3.Жүру(текшелерді себетке салу) 4.Орында тұрып екі аяқпен ұзындыққа секіру Негізгі қимылдары: алға қарай екі аяқпен 3 метр қашықтыққа секіріп жүру. Аяқтың ұшымен жүру және жүгіру. Кедергілер арасынан «жыланша» ирелендеп өту.	
Рефлексиялық түзетушілік.	Бетке массаж жасау: «Кірпі» <i>Пі-пі-пі-пі орманнан таптық кірпі, Ге-ге-ге – таяндық біз кірпіге.</i> <i>Шік-шік-шік – алда үлкен көлшік,</i> <i>Тік-тік-тік- кірпі, аяғыңа ки етік!</i> Педагог қорытындылайды, балаларды мадақтайды	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

Қайталайды: текшелермен жаттығу жасауды, «Кірпі» – бетке массаж жасау ойынының ережелерін;

Түсінеді: кітаптың пайдасын, кітаптағы суреттердің жасалатын қимылдармен сәйкес келуінің қажеттігін, кедергілер арасынан қалай ирелендеп өтуді;

Қолданады: аяқтың ұшымен жүру және жүгіру әдістерін, белгіленген сызық бойымен сапқа тұруды, екі аяғымен бір мезетте итрелуін.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
19.11.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Ассасиф</i>

19.11.2021

Ортаңғы топ: «Ертостік, Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Балақайлар хайуанаттар бағында

Негізгі қимылдары: алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру (арақашықтық 10 м).

Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 20 см қашықтықта жатқан кедергілер арқылы аттап жүру.

Гимнастикалық баспалдаққа шығу, төменгі тақтайшалар арқылы келесісіне өту.

Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау, қимыл үйлесімділігі дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: жануарлар бейнеленген суреттер, аттап өтуге модульдер, көлбеу тақтай, ойын жаттығу мәшинесінің рулі.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Хайуанаттар бағы жануарлары туралы жұмбақ жасырады. «Автомобилмен серуендеу» ойын жаттығуы. Автомашиналар тізбегінде бастаушы ролін атқарады. «Ала құландар» Алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Нұсқау – бәрі бірдей бір уақытта қозғалады, қалып қоймайды, алға да шығып кетпейді. Балалармен бірге жүгіреді.	Балалар тапсырманы қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Бір қатармен сапта жүргізу. Кезегімен жүргізуді және жүгіртуді алмастырады. Б.қ: тұру, қолдар төменде түсірілген. Қолды екі жаққа созу, жоғары көтеру, аяқтың ұшымен тұру, б.қ. оралу. Б.қ: отыру, аяқтарды бірге қою, қолдарды тізеге қою. Бір жаққа бұрылу, текшелерді еденге ұру, денені түзу ұстап тұру. Дәл солай екінші жақпен орындалады. Б.қ: тұру, қолдар түсірілген «Шеге қағып жатырмыз», - деп жартылай отырып, текшені еденге ақырындап ұру, б.қ. оралу. Б.қ: қолды алдыға созып, етпетінен жату. Екі қолды екі жаққа созу, алға қарау, мұнда қолды бүкпеге тырысу керек, б.қ. оралу. 2. Бір орында тұрып, аяқтың	Балалар шеңбер айнала тұрып педагогпен бірге көңілді қайталайды.

	ұшымен жеңіл секіру. (20-30сек) 3. Жүру (текшелерді себетке салу) 4. Орында тұрып екі аяқпен ұзындыққа секіру Негізгі қимылдары: алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру (арақашықтық 10 м). Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 20 см қашықтықта жатқан кедергілер арқылы аттап жүру. Гимнастикалық баспалдаққа шығу, төменгі тақтайшалар арқылы келесісіне өту.	
Рефлексиялық түзетушілік.	Саусақ гимнастикасы: «Хайуанаттар бағына серуендеу» 1-2-3-4 – <i>Хайуанаттар бағына біз болдық, Жануарларды біз көріп Әрине бәрін таныдық. Үйдей үлкен пілді де.</i> <i>Сол жақта тұрды қолтырауын Жұтып қоймақ болып бәрін.</i> <i>Қасында оның бір аң болды Өркеші бар түйеге ұқсас.</i> <i>Таныдың ба? Бұл – керік Мойнын ұстайды көтеріп.</i> <i>Ал, біз енді шаршадық, Демалайық көзді іліп.</i> Хайуанаттар бағына өздерін қалай ұстау тәртібін еске салады.	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

Қайталайды: жүргізушінің қимылдарын бейнелеуді, «маймылдар» ойын гимнастикасын;

Түсінеді: Хайуанаттар бағы жануарлары туралы жұмбақтарды, жануарларға тән қимыл ерекшеліктерін, көлбеу тақтайда екі аяғын ауыстыруды, қолымен рейканы ұстауды;

Қолданады: залдың бір жағынан екінші жағына жүгіру тәсілін, аяқтың ұшымен жүре білуді, аласа заттардың үстінен аттап өтуді, тепе-теңдік сақтауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
22.11.2021ж	Жолдасова.З.Е	Шамғанова.С.О <i>Шамғанова</i>

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы: «Денешынықтыру» Тақырыбы: Сиқырлы қоңырау

Негізгі қимылдары: Аяқты тік ұстап алға қарай қойып жүру.

Тегістелген бөрене үстімен жүру.

Музыкалы-ырғақты қимылдар.

Мақсаты: нық қадаммен жүру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: тегістелген бөрене – 2 дана, текше – 2 дана, қоңырау – 2 дана, түлкі, қасқыр, аю, тиін, қоян ойыншықтары.

Оқу іс әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Дене тік ұстап, тепе-теңдікті сақтай отыра еркін жүру әрі жүгіру.	Балалар педагогке қарап қайталайды.
Ұйымдастыру кезеңі	1. Қолыңды жоғары көтер Б.қ: аяқ нық бойымен, қол белде төменде. 1-қол алдыда, 2-жоғарыда, 3-алдыда, 4 б.қ келу. 2. «Қолы бастан жоғары» Б.қ: сондай. 1 қолды жоғары көтеріміз, оң аяқтың ұшымен артқа қоямыз, шалқаямыз, 2 б.қ келу. 3. «Тізені бүк» Б.қ: аяқ алшақ, қол кеудеде. 1-оң(сол) аяқты тізеден бүгіп көтеріміз, 2 б.қ келу. 4. «Отырып-тұру» Б.қ: аяқ алшақ, тік тұру. 1-отыру, қолды алдыға созамыз, 2-б.қ келеміз. 5. «Иілу» Б.қ: тізерлеп тұрамыз, қол жоғарыда. 1-2 оң(сол) жаққа иілу. 3-б.қ келу Негізгі қимылдары: Аяқты тік ұстап алға қарай қойып жүру. Тегістелген бөрене үстімен жүру.	Балалар екі қатарға бөлініп ждждж жасайды
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қасқыр аулау»	Балалар ойынға жаппай қатысады

Күтілетін нәтиже:

Қайталайды: бөренемен жүру, музыкамен ырғақты қимылдар жасау, ойындағы «аншылардың» және «қасқырлардың» әрекеттерді;

Түсінеді: аңдардың қимыл ерекшеліктерін қалай бейнелеуді, сүйем қадамды қалай жасауды;

Қолданады: бөрене үстімен жүргенде тепе-теңдікті сақтау әдісін, шашыла жүру мен жүгіру тәсілін.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
23.11.2021ж	Жолдасова.З.Е	Шамғанова.С.О <i>assamir</i>

Ортаңғы топ: «Күншуақ,Қызғалдақ,Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы:«Денешынықтыру» Тақырыбы:*Бауырсақ, бауырсақ*

Негізгі қимылдары:кедергілер арасынан «жыланша» ирелендеп жүру.

Орнында тұрып екі сызық арқылы ұзындыққа секіру. Доға астынан еңбектеу (биіктігі – 50 см).

Мақсаты: ирелендеп жүру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: текше, доға (биіктігі – 50 см), екі жіп, қырлы тақтай, массаж кілемшесі, гимнастикалық таяқтар, ойыншық қоян, ойыншық аю.

Оқу іс әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Жүру.Әртүрлі бағытта жүру,екі қатарға тұру.	Балалар педагогке қарап қайталайды.
Ұйымдастыру кезеңі	1.Қолыңды жоғары көтер Б.қ:аяқ иық бойымен,қол белде төменде.1-қол алдыда,2-жоғарыда,3-алдыда,4 б.қ келу. 2. «Қолы бастан жоғары» Б.қ:сондай. 1 қолды жоғары көтереміз,оң аяқтың ұшымен артқа қоямыз,шалқаямыз,2 б.қ.келу. 3. «Тізені бүк» Б.қ:аяқ алшақ,қол кеудеде.1-оң(сол)аяқты тізеден бүгіп көтереміз,2 б.қ келу. 4. «Отырып-тұру» Б.қ:аяқ алшақ,тік тұру.1-отыру,қолды алдыға созамыз,2-б.қ.келеміз. 5. «Иілу» Б.қ:тізерлеп тұрамыз,қол жоғарыда.1-2оң(сол)жаққа иілу.3-б.қ.келу Негізгі қимылдары:кедергілер арасынан «жыланша» ирелендеп жүру. Орнында тұрып екі сызық арқылы ұзындыққа секіру. Доға астынан еңбектеу (биіктігі – 50 см).	Балалар екі қатарға бөлініп ждз жасайды
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Серігінді тап»	Балалар ойынға жаппай қатысады

Күтілетін нәтиже:

Қайталайды: кедергілер арасынан «жыландай» ирелендеп жүру.

Түсінеді: ойын шарттарын.

Қолданады.Орнында тұрып екі сызық арқылы ұзындыққа секіруді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
24.11.2021ж	Жолдасова.З.Е	Шамғанова.С.О

Ортаңғы топ: «Күншуақ,Ертөстік,Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы:«Денешынықтыру»

Тақырыбы: Тентек доптар саусақтарды шыңдайды (таза ауада) Негізгі

қимылдары: допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу.

Тереңдікке секіру – 20 см биіктіктегі сәкіден секіру.

Мақсаты: допты екі қолмен лақтыру және ұсап алу дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: әр балаға бір доптан, биіктігі 20 см гимнастикалық сәкі – 2 дана.

Оқу іс әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Бір қатармен жүргізу және жүгірту.Екі тізбек болып сапқа тұру.	Балалар педагогке қарап қайталайды.
Ұйымдастыру кезеңі	1. «Допты жоғары,алға,төмен» Б.қ:аяқ алшақ,қол доппен алда. Допты алға созу, «жоғары», «төмен»деу,б.қ.оралу.(3-4рет) 2. «Доппен оңға,солға» Б.қ:аяқ алшақ,допты алға созу,оңға бұрылу,алға созу солға бұрылу,алға созу төмен түсіру.б.қ.оралу. 3. «Доппен еңкею» Б.қ:аяқ алшақ,қол артта,доп еденде. Допты алға созып ұстау,тізені бүкпей доппен бірге еңкею,б.қ.келу.(3-4 рет) 4. «Доппен отырып тұру» Негізгі қимылдары: 1.Допты жоғары лақтырып,екі қолмен қағып алу. 2.Тереңдікке секіру-20см биіктіктегі сәкіден секіру.	Балалар екі қатарға бөлініп ждз жасайды
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Менің көңілді добым»	Балалар ойынға жаппай қатысады

Күтілетін нәтиже:

Қайталайды: допты жоғары лақтырып, оны екі қолмен қағып алу.

Түсінеді:ойын шарттарын

Қолданады:тереңдікке секіруді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
25.11.2021ж	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О

Ортаңғы топ: «Күншуақ,Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы:«Денешынықтыру»

Тақырыбы: 1-2-3 – кітапқа жан біті!

Негізгі қимылдары: алға қарай екі аяқпен 3 метр қашықтыққа секіріп жүру.

Аяқтың ұшымен жүру және жүгіру.

Кедергілер арасынан «жыланша» ирелендеп өту.

Мақсаты: екі аяқпен секіру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: сабақтың мазмұнына сәйкес суреттері бар «Сиқырлы кітап», ЖДЖ-ға арналған текше – әр балаға 2 дана, кегель – 10 дана, сылдырмақтар.

Оқу іс әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Тізбекте бір бірден жүру,тізбекте жүгіру,тізені жоғары көтеріп жүру.	Балалар педагогке қарап қайталайды.
Ұйымдастыру кезеңі	1.Қолыңды жоғары көтер Б.к:аяқ иық бойымен,қол белде төменде.1-қол алдыда,2-жоғарыда,3-алдыда,4 б.к келу. 2. «Қолы бастан жоғары» Б.к:сондай. 1 қолды жоғары көтереміз,оң аяқтың ұшымен артқа қоямыз,шалқаямыз,2 б.к.келу. 3. «Тізені бүк» Б.к:аяқ алшақ,қол кеудеде.1-оң(сол)аяқты тізеден бүгіп көтереміз,2 б.к келу. 4. «Отырып-тұру» Б.к:аяқ алшақ,тік тұру.1-отыру,қолды алдыға созамыз,2-б.к.келеміз. 5. «Иілу» Б.к:тізерлеп тұрамыз,қол жоғарыда.1-2оң(сол)жаққа иілу.3-б.к.келу Негізгі қимылдары: 1.Алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. 2.Тепе-теңдікті сақтай отыра бір-бірінен 20см қашықтықта жатқан кедергілер арқылы аттап жүру. 3.Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтадан сырғанау.	Балалар екі қатарға бөлініп ждж жасайды
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Тыныш өтіп кет» Мақсаты:бақаймен жүруге жаттықтыру,кеңістікте бағдарын айқындауды жетілдіру.	Балалар ойынға жаппай қатысады

Күтілетін нәтиже:

Қайталайды: Алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру.

Түсінеді: ойын шарттарын.

Қолданады:гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бікітілген көлбеу тақтадан сырғанауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
26.11.2021ж	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О

Ортаңғы топ: «Ертөстік,Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы:«Денешынықтыру»

Тақырыбы:Балақайлар хайуанаттар бағында

Негізгі қимылдары: алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру(арақашықтық 10 м).
Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 20 см қашықтықта жатқан кедергілер арқылы аттап жүру.

Гимнастикалық баспалдаққа шығу, төменгі тақтайшалар арқылы келесісіне өту.

Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау, қимыл үйлесімділігі дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: жануарлар бейнеленген суреттер (слайдтар), аттап өтуге модульдер, көлбеу тақтай, ойын жаттығу мәшинесінің рулі.

Оқу іс әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Тізбекте бір бірден жүру, тізбекте жүгіру, тізені жоғары көтеріп жүру.	Балалар педагогке қарап қайталайды.
Ұйымдастыру кезеңі	1.Қолыңды жоғары көтер Б.к:аяқ иық бойымен,қол белде төменде.1-қол алдыда,2-жоғарыда,3-алдыда,4 б.к келу. 2. «Қолы бастан жоғары» Б.к:сондай. 1 қолды жоғары көтереміз,оң аяқтың ұшымен артқа қоямыз,шалқаямыз,2 б.к.келу. 3. «Тізені бүк» Б.к:аяқ алшақ,қол кеудеде.1-оң(сол)аяқты тізеден бүгіп көтереміз,2 б.к келу. 4. «Отырып-тұру» Б.к:аяқ алшақ,тік тұру.1-отыру,қолды алдыға созамыз,2-б.к.келеміз. 5. «Иілу» Б.к:тізерлеп тұрамыз,қол жоғарыда.1-2оң(сол)жакка иілу.3-б.к.келу Негізгі қимылдары: 1.Алға қарай ұмтылып екі аяқпен 3 метр қашықтыққа секіру. 2.Бақаймен жүру және жүгіру. 3.Кедергілер арасынан «жыланша» ирелендеп өту.	Балалар екі қатарға бөлініп ждждж жасайды
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Шеңберге шапшаң келіп тұр»	Балалар ойынға жаппай қатысады

Күтілетін нәтиже:

Қайталайды: ЖДЖ жасауды,3 метр қашықтыққа секіруді.

Түсінеді:ойын шарттарын

Қолданады:кедергілер арасынан «жыланша»ирелендеп өтуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
06.12.2021ж	Жолдасова.З.Е	Шамғанова.С.О <i>alexand</i>

06.12.2021ж

Ортаңғы топ: «Ертөстік,Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы: «Дене шынықтыру»

Тақырыбы: Тентек доптар саусақтарды шындайды

Негізгі қимылдары: допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу. Тереңдікке секіру-20 см биіктіктегі сәкіден секіру.

Мақсаты: допты екі қолмен лақтыру және ұстап алу дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: әр балаға бір доптан, биіктігі 20 см гимнастикалық сәкі-2 дана.

Оқу іс әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Бір қатармен жүргізу және жүгірту. Екі тізбек болып сапқа тұру	Балалар педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	1. «Допты жоғары, алға, төмен» Б.к: аяқ алшақ, қол доппен алда. Допты алға созу, «жоғары», «төмен» дек б.к. оралу 2. «Доппен оңға, солға» Б.к: аяқ алшақ, допты алға созу, оңға бұрылу, алға созу солға бұрылу, алға созу, төмен түсіру. б.к. оралу. 3. «Доппен еңкею» Б.к: аяқ алшақ, қол артта, доп еденде. Допты алға созып ұстау, тізені бүкпей доппен бірге еңкею, б.к. келу.	Балалар екі қатарға бөлініп жд ж жасайды
Рефлексиялық түзетушілік	Қимыл қозғалыс ойыны: «Менің көңілді добым»	Балалар ойынға жаппай қатысады

Күтілетін нәтиже:

Қайталайды: допты жоғары лақтырып, оны екі қолмен қағып алу.

Түсінеді: ойын шарттарын

Қолданады: тереңдікке секіруді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
07.12.2021ж	Жолдасова.З.Е	Шамғанова.С.О <i>ашеми</i>

Ортаңғы топ: «Күншуақ,Қызғалдақ,Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: 1-2-3 – кітапқа жан біт!

Негізгі қимылдары: алға қарай екі аяқпен 3 метр қашықтыққа секіріп жүру.

Аяқтың ұшымен жүру және жүгіру.

Кедергілер арасынан «жыланша» ирелеңдеп өту.

Мақсаты: екі аяқпен секіру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: сабақтың мазмұнына сәйкес суреттері бар «Сиқырлы кітап», ЖДЖ-ға арналған текше – әр балаға 2 дана, кегель – 10 дана, сылдырмақтар.

Оқу іс әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Тізбекте бір бірден жүру, тізбекте жүгіру, тізені жоғары көтеріп жүру.	Балалар педагогке қарап қайталайды.
Ұйымдастыру кезеңі	1. Қолынды жоғары көтер Б.қ: аяқ иық бойымен, қол белде төменде. 1-қол алдыда, 2-жоғарыда, 3-алдыда, 4 б.қ келу. 2. «Қолы бастан жоғары» Б.қ: сондай. 1 қолды жоғары көтереміз, оң аяқтың ұшымен артқа қоямыз, шалқаямыз, 2 б.қ келу. 3. «Тізені бүк» Б.қ: аяқ алшақ, қол кеудеде. 1-оң(сол) аяқты тізеден бүгіп көтереміз, 2 б.қ келу. 4. «Отырып-тұру» Б.қ: аяқ алшақ, тік тұру. 1-отыру, қолды алдыға созамыз, 2-б.қ келеміз. 5. «Иілу» Б.қ: тізерлеп тұрамыз, қол жоғарыда. 1-2оң(сол) жаққа иілу. 3-б.қ келу Негізгі қимылдары: 1. Алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. 2. Тепе-теңдікті сақтай отыра бір-бірінен 20см қашықтықта жатқан кедергілер арқылы аттап жүру. 3. Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтадан сырғанау.	Балалар екі қатарға бөлініп ждж жасайды
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Тыныш өтіп кет» Мақсаты: бақаймен жүруге жаттықтыру, кеңістікте бағдарын айқындауды жетілдіру.	Балалар ойынға жаппай қатысады

Күтілетін нәтиже:

Қайталайды: Алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру.

Түсінеді: ойын шарттарын.

Қолданады: гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бікітілген көлбеу тақтадан сырғанауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
08.12.2021ж	Жолдасова.З.Е	Шамғанова.С.О <i>Саман</i>

Ортаңғы топ: «Күншуақ,Ертөстік,Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы:«Денешынықтыру»

Тақырыбы:Балақайлар хайуанаттар бағында

Негізгі қимылдары: алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру(арақашықтық 10 м).

Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 20 см қашықтықта жатқан кедергілер арқылы аттап жүру.

Гимнастикалық баспалдаққа шығу, төменгі тақтайшалар арқылы келесісіне өту.

Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау, қимыл үйлесімділігі дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: жануарлар бейнеленген суреттер (слайдтар), аттап өтуге модульдер, көлбеу тақтай, ойын жаттығу мәшинесінің рүлі.

Оқу іс әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Тізбекте бір бірден жүру,тізбекте жүгіру,тізені жоғары көтеріп жүру.	Балалар педагогке қарап қайталайды.
Ұйымдастыру кезеңі	1.Қолыңды жоғары көтер Б.к:аяқ иық бойымен,қол белде төменде.1-қол алдыда,2-жоғарыда,3-алдыда,4 б.к келу. 2. «Қолы бастан жоғары» Б.к:сондай. 1 қолды жоғары көтеріміз,оң аяқтың ұшымен артқа қоямыз,шалқаямыз,2 б.к.келу. 3. «Тізені бүк» Б.к:аяқ алшақ,қол кеудеде.1-оң(сол)аяқты тізеден бүгіп көтеріміз,2 б.к келу. 4. «Отырып-тұру» Б.к:аяқ алшақ,тік тұру.1-отыру,қолды алдыға созамыз,2-б.к.келеміз. 5. «Иілу» Б.к:тізерлеп тұрамыз,қол жоғарыда.1-2оң(сол)жаққа иілу.3-б.к.келу Негізгі қимылдары: 1.Алға қарай ұмтылып екі аяқпен 3 метр қашықтыққа секіру. 2.Бақаймен жүру және жүгіру. 3.Кедергілер арасынан «жыланша» ирелендеп өту.	Балалар екі қатарға бөлініп ждж жасайды
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Шеңберге шапшаң келіп тұр»	Балалар ойынға жаппай қатысады

Күтілетін нәтиже:

Қайталайды: ЖДЖ жасауды,3 метр қашықтыққа секіруді.

Түсінеді:ойын шарттарын

Қолданады:кедергілер арасынан «жыланша»ирелендеп өтуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
09.12.2021ж	Жолдасова.З.Е	Шамғанова.С.О <i>Шамғанова</i>

Ортаңғы топ: «Күншуақ,Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы:«Денешынықтыру»

Тақырыбы:*Балақайлар хайуанаттар бағында*

Негізгі қимылдары: алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру(арақашықтық 10 м).

Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 20 см қашықтықта жатқан кедергілер арқылы аттап жүру.

Гимнастикалық баспалдаққа шығу, төменгі тақтайшалар арқылы келесісіне өту.

Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау, қимыл үйлесімділігі дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: жануарлар бейнеленген суреттер, аттап өтуге модульдер, көлбеу тақтай, ойын жаттығу мәшинесінің рулі.

Оқу іс әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Тізбекте бір бірден жүру,тізбекте жүгіру,тізені жоғары көтеріп жүру.	Балалар педагогке қарап қайталайды.
Ұйымдастыру кезеңі	1.Қолыңды жоғары көтер Б.қ:аяқ иық бойымен,қол белде төменде.1-қол алдыда,2-жоғарыда,3-алдыда,4 б.қ келу. 2. «Қолы бастан жоғары» Б.қ:сондай. 1 қолды жоғары көтеріміз,оң аяқтың ұшымен артқа қоямыз,шалқаямыз,2 б.қ.келу. 3. «Тізені бүк» Б.қ:аяқ алшақ,қол кеудеде.1-оң(сол)аяқты тізеден бүгіп көтеріміз,2 б.қ келу. 4. «Отырып-тұру» Б.қ:аяқ алшақ,тік тұру.1-отыру,қолды алдыға созамыз,2-б.қ.келеміз. 5. «Иілу» Б.қ:тізерлеп тұрамыз,қол жоғарыда.1-2оң(сол)жаққа иілу.3-б.қ.келу Негізгі қимылдары: алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру(арақашықтық 10 м). Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 20 см қашықтықта жатқан кедергілер арқылы аттап жүру. Гимнастикалық баспалдаққа шығу, төменгі тақтайшалар арқылы келесісіне өту.	Балалар екі қатарға бөлініп ждждж жасайды
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Тыныш отіп кет». Хайуанаттар бағына ешкім естіп қоймайтындай тыныштық сақтап өту керек.	Балалар ойынға жаппай қатысады

Күтілетін нәтиже:

Қайталайды: жүргізушінің қимылдарын бейнелеуді

Түсінеді: көлбеу тақтайда екі аяғын ауыстыруды,қолымен рейканы ұстауды;

Қолданады:залдың бір жағынан екінші жағына жүгіру тәсілін

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
10.12.2021ж	Жолдасова.З.Е	Шамғанова.С.О <i>Саман</i>

10.11.2021ж

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Аңдарға арналған жаттығу (Таза ауада)*

Негізгі қимылдары: Бір орыннан ұзындыққа секіру. Допты қақпаға домалату.

Мақсаты: секіру және допты қақпаға домалату дағдыларын қалыптастыру.

Міндеттері: аяқ пен қолдың қимылын үйлестіруді жетілдіруді жалғастыру.

Кедергілер арасынан «жыландай» ирелендеп жүгіруге жаттығу, оң және сол жақтағы кедергілерге соқтықпай өтіп кетуді жетілдіру, допты қақпаға домалату кезінде ептілікті дамыту. Бір орыннан ұзындыққа секіруге үйрету.

Құрал-жабдықтар: ҚР аумағында мекендейтін жануарлардың суреті бар карточкалар.

Оқу іс әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Допты қақпаға домалату. Балалар алаңның бір жағына тұрады, допты аяқпен алаңның қарама-қарсы жағына қарай алып жүреді (домалатады) және допты қақпаға кіргізеді.	Балалар педагогке қарап қайталайды.
Ұйымдастыру кезеңі	1. Қолыңды жоғары көтер Б.қ: аяқ иық бойымен, қол белде төменде. 1-қол алдыда, 2-жоғарыда, 3-алдыда, 4 б.қ келу. 2. «Қолы бастан жоғары» Б.қ: сондай. 1 қолды жоғары көтереміз, оң аяқтың ұшымен артқа қоямыз, шалқаямыз, 2 б.қ келу. 3. «Тізені бүк» Б.қ: аяқ алшақ, қол кеудеде. 1-оң(сол) аяқты тізеден бүгіп көтереміз, 2 б.қ келу. 4. «Отырып-тұру» Б.қ: аяқ алшақ, тік тұру. 1-отыру, қолды алдыға созамыз, 2-б.қ келеміз. 5. «Иілу» Б.қ: тізерлеп тұрамыз, қол жоғарыда. 1-2 оң(сол) жаққа иілу. 3-б.қ келу Негізгі қимылдары: Бір орыннан ұзындыққа секіру. Допты қақпаға домалату.	Балалар екі қатарға бөлініп жд жасайды
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын жаттығуы «Борсық»	Балалар ойынға жаппай қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: тыныс алу гимнастикасы, қолға массаж жасауды

түсінеді: жаттығу жасағанда бір-біріне кедергі келтірмеуді

қолданады: төрттағандап еңбектеу тәсілдерін

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
13.12.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Аңдарға арналған жаттығу*

Негізгі қимылдары: Бір орыннан ұзындыққа секіру. Допты қақпаға домалату.

Мақсаты: секіру және допты қақпаға домалату дағдыларын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: ҚР аумағында мекендейтін жануарлардың суреті бар карточкалар.

13.12.2021/н

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Тапсырманы орындай отырып тізбекте бір-бірден жүру. Жүру және жүгіру жаттығуларын кезектестіру	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ.– о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ.– о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ.– аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын жаттығуы: «Борсық» (релаксация).	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже

қайталайды: тыныс алу гимнастикасы, қолға массаж жасауды

түсінеді: жануарлар туралы ойларын, карточкадан оларды таба білуді, қимылдарды тек берілген команда бойынша орындауды, жаттығу жасағанда бір-біріне кедергі келтірмеуді

қолданады: төрттағандап еңбектеу тәсілдерін, кедергілер арасынан жүгіруді, өзіне таныс қимылдарды жеңіл әрі еркін орындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
14.12.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>ашау</i>

Ортаңғы топ: «Күншуақ,Қызғалдақ,Балауса»

14.XII 2021ж

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Қозғалыс көңіл күйді көтереді*

Негізгі қимылдары: гимнастикалық қабырғаға мініп-түсу.

Диметрі 15 см допты тордан екі қолмен бастан асыра лақтыру.

Мақсаты: аласа заттардан секіріп түсу дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: баспалдақтағы қоңырау, тор құрылған бағандар, бала санына есептелген диаметрті 15 см доптар, доп жинауға себет, гимнастикалық баспалдақ.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Бір қатармен қолмен әртүрлі жаттығу жасап жүргізу. Әртүрлі бағытта жүгірту. Допты қолға ұстап жүргізу	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде екі қол белде 1-2 оңға иіледі 3-4 солға иіледі (5-6 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Өз түсінді тап!» Балаларға үш түсті орамал таратады. Залдың үш бұрышына түрлі түсті тұғырға орнатып, жалауша апарып қояды.	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: доппен жаттығу орындауды, допты тор арқылы лақтыруды;

түсінеді: допты тордан қалай лақтыру керектігін, допты тор арқылы лақтыру жаттығуының орындалу ретін, баспалдаққа шығып-түсуді, жалаушаның түсін өз орамалымен байланыстыру керектігін;

қолданады: қолмен жаттығу жасап бір қатармен жүру тәсілін, бағытты өзгерте жүгіру тәсілін, кеңістікте бағдарын айқындай білуді, аласа заттардан секіріп түсу дағдысы, шашырап жүгіру, белгі бойынша әрекет етуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
15.12.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Самганова</i>

15.12.2021

Ортаңғы топ: «Күншуақ,Ертөстік,Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы:«Денешынықтыру»

Тақырыбы:Ормандағы алаңқайда ойнаймыз

Негізгі қимылдары: алақан мен тізені тіреп, модульді аттап өтіп, төрттағандап еңбектеу. 2 метр қашықтықтағы көлденең тұрған нысанаға допты екі қолымен ұстап,кеуде тұсынан лақтыру.

Мақсаты: бірнеше заттан аттап өту дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар:бала санына есептелеген доптар, шеңбер 2 дана, аттап өтуге модуль – 6 дана, текше – 2 дана, қоңырау – 4 дана.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	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.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ.– о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ.– о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ.– аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде екі қол белде 1-2 оңға иіледі 3-4 солға иіледі (5-6 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Өз-өзінемассаж жасау:«Мыршай».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: лақтардың ойындағы қимылдары мен әрекетін, өзіне-өзі массаж жасауды;

түсінеді: доптың қолданылуын, допты кеуде тұсынан нысанаға лақтырғанда қалыпты жағдайда қалай тұру керектігін;

қолданады:допты қолға ұстап жаттығу жасау тәсілін, бірден үш кедергіден өтудің әдісін, сапқа тұру тәсілін.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
20.12.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Біздің қолдар жай емес, біздің қолдар алтын зой*

Негізгі қимылдары: допты еденге лақтырып, секіріп түскенде қағып алу.

Гимнастикалық баспалдаққа шығу, төменгі рейкалар арқылы келесісіне өте білу.

Мақсаты: допты жерге лақтыру дағдысын қалыптастыру

Құрал-жабдықтар: әр балаға 2 сылдырмақ, 4-5 қоссырық (бруссы), 2-3 шеңбер.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Тапсырманы орындай отырып тізбекте бір-бірден жүру. Жүру және жүгіру жаттығуларын кезектестіру	Балалар тапсырманы педагогке карап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.к. – о.с. 1-2 – басты онға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.к. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.к. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.к. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.к аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (5-6рет) Негізгі қимылдары: допты еденге лақтырып, секіріп түскенде қағып алу.	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Өзінің қолына массаж жасауды ұсынады. «Біздің қолдар жай емес» <i>Біздің қолдар жай емес,</i> <i>Біздің қолдар алтын Ақылды,</i> <i>Оқымысты Тамаша.</i>	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: допты төменнен лақтыруды

түсінеді: допты екі жағынан ұстап тігінен төменге лақтыруды, екі аяғын көлбеу

тақтайға ауыстырып қояды, тақтайшаны қолымен ұстауды

қолданады: бір қатармен жүру тәсілін, сапқа тұру және екі қатар болып қайта сапқа тұруды, зал кеңістігінде бағдарын айқындай білуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
-----------	---------------------------	---------

21.12.2021

Жолдасова.З.Е

Шамганова.С.О

сшсш
21.12.2021/м

Ортаңғы топ: «Күншуақ,Қызғалдақ,Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: **Тентек доптар саусақтарды шыңдайды**

Негізгі қимылдары: допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу.

Терендікке секіру – 20 см биіктіктегі сәкіден секіру.

Максаты: допты екі қолмен лақтыру және ұсап алу дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: әр балаға бір доптан, биіктігі 20 см гимнастикалық сәкі – 2 дана.

Оқу іс- әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	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.	Балалар тапсырманы педагогке карап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (5-6 рет) Негізгі қимылдары: допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу.	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Педагог қорытындылайды. Күлкінің суреті бар допты көрсетеді: «Біздің доптар сендермен ойнағандарына, саусақтарды шыңдауға көмектескендеріне риза болып қуануда».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: допты еденге лақтырып, оны ағып алуды, саусаққа массаж жасауды;

түсінеді: допты не үшін қолданатынын, терендікке секіруде жігерлене итеріледі,

ойын ойнағанда команданың берілуін, өз іс-әрекетін басқа балалардың

қимылдарымен сәйкестендіруді;

қолданады: допты қолға ұстап жүру мен жүгіруді, қозғалыстың бағытын сақтай

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
22.12.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Ертөстік, Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Күн нұры*

Негізгі қимылы: бағытты өзгерте отырып жүру және жүгіру.

Көлбеу тақтайшада жоғары және төмен жүру. Допты тор арқылы бастан аса лақтыру.

Мақсаты: көлбеу тақтаймен жүру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: көлбеу тақтайша, волейбол торы, екі баған, әр балаға сары таспа мен шеңбер.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Таспаны қолға ұстап жүру және жүгіру. Берілген белгі бойынша балалар бағыттарын өзгертеді.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Таспамен жасалатын жалпы дамыту жаттығулары: – Б.қ.: түрегеп тұрады, таспаның бір ұшын қолымен ұстап тұрады. Таспаны алға және артқа сермейді. Бірнеше рет қайталағаннан кейін, (4–6) таспаны екінші қолға ауыстырып жаттығуды қайталайды. – Б.қ.: аяқтарын бірге қосып отырады, таспаның екі ұшынан екі қолымен ұстайды. Алға қарай еңкейеді. Таспаны аяқтарының ұшына қояды, түзеледі, қолды жоғары көтеріп оған қарайды. Тәрбиешінің нұсқауымен алға қарай еңкейеді, таспаны алады. (3-4 рет) – Б.қ.: шалқасынан жатады, таспаны алға қарай созылған қолдарымен кеуде тұсында ұстайды. Екі аяқты бір мезетте таспаға дейін көтеріп, сосын қайта түсіреді. Аяқты созып та, бүгіп те көтеруге болады. (3-4 рет). Бірінің соңынан бірі баяу жүру. Таспаны өз орнына апарып қою	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Ұядағы құстар».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

Қайталайды таспамен жасалатын ЖДЖ, көлбеу тақтайша үстімен жоғары-төмен жүруді

түсінеді жүргенде, жүгіргенде өз қимыл-әрекеттерін педагогтің берген командасымен, басқа балалардың іс-әрекетімен сәйкестендіру, қозғалыс ойындарының ережелерін

қолданады: шеңбер бойына тұру тәсілдерін.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
23.12.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Балауса»

23.11.2021м

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Қонжықтай күшті бола біл!

Негізгі қимылдары: ирек жолмен жүру (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр).

Биіктігі 40 см доға астынан еңбектеп өту.

Мақсаты: ирек жолмен жүру дағдысын қалыптастыру

Құрал-жабдықтар: ойыншық қонжық, әр балаға 2 текше, жарты топ санына есептелген доп, биіктігі 40 см доға – 6 дана, ирек жолды құрастыруға арналған таспалар, қақпа жасауға модульдер.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Бір қатармен сапта жүру, бір қатармен жүгіру. Ойын-жаттығуы: «Музыкалы жұмбақтар» – ормандағы қонжықтың достарының қимылдарын көрсету. Музыка мен қимылдың үйлесімділігіне назар аударады.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (5-6 рет) Негізгі қимылдары: ирек жолмен жүру (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр). Биіктігі 40 см доға астынан еңбектеп өту.	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қақпаға түсір».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: текшелермен жаттығуды, жыртқыш аңдар – аю, қоян, қасқыр, түлкіге тән ерекше қимылдарды, өзіне массаж жасауды;

түсінеді: орман жануарларының қимылдарын жасауды және оны музыка ырғағымен сәйкестендіруді, бірінің соңынан бірі еңбектеуді, бір-біріне кедергі келтірмеуді;

қолданады: топқа бөліне білуді, шектелген алаңмен жүргенде тепе-теңдікті сақтауды, допты қақпа арқылы бір-біріне домалату тәсілін.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
24.12.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>сшмган</i>

24.12.2021/м

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Қызғадақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Қоянға қонаққа барайық*

Негізгі қимылдары: бағытын өзгерте отырып сапта жүру.

Кегельдердің арасымен жолда ирелендеп жүру. Бір орыннан екі аяқпен жоғары секіру.

Мақсаты: Бір орыннан екі аяқпен жоғары секіру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: қабатталған ұзын жіп, кегельдер.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Бір орында тұрып, екі аяқпен жоғары секіру. (жаппай 6 - 8 рет). Сәл отырып, жерден екпінді түрде итерілу және аяқтың жазылуы есебінен бір орында секіру керек екеніне назар аударады.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (5-6 рет) Негізгі қимылдары: бағытын өзгерте отырып сапта жүру. Кегельдердің арасымен жолда ирелендеп жүру. Бір орыннан екі аяқпен жоғары секіру.	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Қозғалысты ойын: «Маған қарай жүгір».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: әртүрлі бағытта саппен жүру, арқан үстімен жүру, жұптасып допты домалатуды;

түсінеді: қоянның ерекшеліктерін, бір қатар болып тұруды, қозғалас кезінде қатарлардың соқтығыспауын, секіру биіктігін, екі аяқпен жоғары итерілу күшін арттыруды;

қолданады: бір қатарға сапка тұру әдісін, допты төменнен итере лақтыруды, педагогтің берген белгісімен жүгіруді, кеңістікте бағдарын айқындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
27.12.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>ашау</i>

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Біз Күнге еріп, достарымызды табамыз.*

Негізгі қимылдар: Көпірден арғы бетке өту

Максаты: нысанаға дәлдеп лақтыру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: бала санына есептеліп алынған таспалар, сәкілер, шеңберлер, 4 түсті гүл (қызыл, ақ, көк, жасыл), бала санына есептелген түрлі түсті көбелектер

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Тізені жоғары көтеріп, бір қатармен сапта жүру. <i>Адымдаймыз біз, адымдаймыз, Жолға түсіп түп-түзу. Тіземізді жоғары, Жүреміз біз көтеріп.</i> Аяқтың ұшымен, өкшемен жүру	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (5-6рет) Негізгі қимылдар: Көпірден арғы бетке өту	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	«Қарға мен ит» қимыл-қозғалыс ойыны	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: музыка ырғағымен таспамен жасалатын ЖДЖ, екі аяқпен секіруді;
түсінеді: тізбекте бір-бірден тізені жоғары көтере отырып қалай жүру керек екенін;
қолданады: аяқтың ұшымен жүру тәсілдерін, тізені жоғары көтеріп жүруді, тепе-теңдікті сақтауды, алақан мен тізені тіреп сәкіде төрттағандап еңбектей білуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
28.12.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

Ортаңғы топ: «Күншуақ,Қызғалдақ,Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Ойын ойнауды ұнатамыз*

Негізгі қимылдары: 1 метр қашықтықта тұрып педагогтің лақтырған добын қағып алу және лақтыру.

Орнында тұрып ұзындыққа секіру (35 см).

Мақсаты: аяқ пен дененің бұлшық ет-сіңір аппаратын нығайту.

Құрал-жабдықтар: әр балаға 2 текшеден, өзеннің моделін құрастыруға ені 35 см мата, ойын ойнауға шеңберлер.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Бір қатармен сапта жүру, бағытты сақтап шеңбер бойымен жүгіру, саптан шығып кетпеу. Залдың бір шетінен екінші шетіне бір қатарға тұрып саппен жүру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде кол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (5-6рет) Негізгі қимылдары: 1 метр қашықтықта тұрып педагогтің лақтырған добын қағып алу және лақтыру. Орнында тұрып ұзындыққа секіру (35 см).	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын жаттығуы – «Менің бетім»	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: ойын жаттығуды, залдың бір шетінен екінші шетіне саппен жүруді, 1 метр қашықтықта тұрған педагогке допты лақтыру, допты қағып алуды;

түсінеді: шеңбер қалай құрылатынын, допты айқара ашылған саусақтарымен ұстауды, «Менің бетім» ойын жаттығуындағы дене мүшелерін көрсетуді;

қолданады: әртүрлі бағытта жеңіл әрі бір қарқында жүгіре білуді, орнында тұрып 35 см қашықтыққа ұзындыққа секіруді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
29.12.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

Ортаңғы топ: «Күшуак,Ертөстік,Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі:«Денешынықтыру» Тақырыбы:

Ауылға сапар шегеміз

Негізгі қимылдары: гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтайдан сырғанау.

1 метр қашықтықта тұрған педагогтің лақтырған добын қағып алу және лақтыру.

Мақсаты: денесін дұрыс ұстау, қимыл үйлесімділігін дамыту.

Құрал-жабдықтар:әр балаға 2 текшеден, бала санына есептелген кішкентай көрпешелер.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	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.	Балалар тапсырманы педагогке карап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.к.– о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.к.– о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ.– аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.к. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.к аяқ йық деңгейінде кол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (5-6рет) Негізгі қимылдары: гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтайдан сырғанау. 1 метр қашықтықта тұрған педагогтің лақтырған добын қағып алу және лақтыру.	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Отырып босаңсып демалу, релакс: «Жұдырықтар» <i>Қолымыз тізеде, Жұдырық түюлі, Саусақтар қаттырақ бүгілген. Жұдырық ашылды, Саусақтар босады.</i>	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: көлбеу тақтайдан төрттағандап еңбектеуді.

түсінеді: пойыздың қолданылуын, «паровозик» жасап тізбектеліп тұруды.

қолданады:алақаны мен тізесін тіреп еңбектеу тәсілдерін, шашыла жүгіруді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
30.12.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>с.шамганова</i>

30.12.2021

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Біздің сүйікті ойындарымыз

Негізгі қимылдары: сапта бір қатарда тұрып қарқынды өзгерте жүру және жүгіру.

Төбешіктен қуыршақты, қонжықты шанамен сырғанату. Құрсаудан-құрсауға секіру.

Мақсаты: дене жаттығуларын жасауға қызығушылықтарын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: бала санына есептелген доптар, сырғанақ, 2 баған, жіп, таспалар, сылдырмақтар.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Бір қатарға сапқа тұруға көмектеседі. Бағытты сақтап жүру, қарқынды өзгертіп жүгіру. Нұсқау – саптан шығып кетпеу, балалардың соңында қалып қоймау, жүгірген кезде шынтақты бұту.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (5-6рет) Негізгі қимылдары: сапта бір қатарда тұрып қарқынды өзгерте жүру және жүгіру. Төбешіктен қуыршақты, қонжықты шанамен сырғанату. Құрсаудан-құрсауға секіру.	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Торғайлар».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: қарқынын өзгерте жүгіруді, төбешіктен қуыршақты, қонжықты шанамен сырғанатады.

түсінеді: ойындағы рөлдік әрекеттердің, тізбекке бір-бірден тұру, бағытты сақтай отырып тізбекте бір-бірден жүру, қарқынын өзгерте отырып жүгірудің маңызын;

қолданады: қатарға тұру тәсілдерін, аяғын тізеден бүге отырып, құрсаудан-құрсауға секіру дағдыларын;

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
31.12.2021	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Жарық шашқан шамдар*

Негізгі қимылдары: 1,5 метр қашықтықта тұрған педагогтің лақтырған добын қағып алу және қайта лақтыру.

Еденде жатқан жазық шеңберге секіру.

Мақсаты: табанның бұлшық ет аппаратын, иық белдеуі бұлшық еттерін нығайту.

Құрал-жабдықтар: әр балаға пластмасса шаригі бар екі қорапша, секіруге шеңберлер, көлбеу тақтайшалар (горкалар), оппа қар модульдері.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	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.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (5-6 рет) Негізгі қимылдары: 1,5 метр қашықтықта тұрған педагогтің лақтырған добын қағып алу және қайта лақтыру. Еденде жатқан жазық шеңберге секіру.	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Жоғары-төмен». Көлбеу тақташаларды қатарластырып қояды. Нұсқау: бос жермен өту – бір-бірін итермеу.	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: шам-фонариктермен жаттығу жасауды, 1,5 метр қашықтықтан педагогке допты лақтыру және одан қағып алуды;

түсінеді: жазық шеңберге секіргенде екі аяқпен итерілуді, оппа қар модульдардан аттағанда тізені жоғары көтеріп жүруді;

қолданады: қолдарына бір зат ұстап бір қатармен жүре білуді, қолға арналған жаттығуларды орындауды, қозғалыс бағытын сақтауды, допты лақтыру әдістерін, көлбеу тақтайға шығу және түсе білуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
10.01.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

10.01.2022

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Менің шамам қуыршақты сырғанатады

Негізгі қимылдары: сапта қолға арналған жаттығу жасап, бір қатармен жүру.

Допты төбешіктен домалату.

Мақсаты: шананы төбешіктен сырғанату дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: шана мен қуыршақтар, ойыншық қоян.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Бір мезгілде екі аяқтарымен бірдей екпінді түрде итерілу, қозғалған кезде қолын сермеу арқылы өзіне көмектесу	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (5-6 рет) Негізгі қимылдары: сапта қолға арналған жаттығу жасап, бір қатармен жүру. Допты төбешіктен домалату.	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын жаттығуы: «Бір ізбен жүр».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: шананы төбешіктен сырғанатуды;

түсінеді: шананы төбешіктен сырғанатуды, іздер қалған жолда жүргенде тек ізді басып жүруді;

қолданады: бір қатармен сапқа тұру тәсілдерін, алаңда, ойыншықты шанамен тасу дағдысын.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
11.01.2021	Жолдасова З.Е	Шамганова С.О <i>Смисл</i>

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Қызғалдақ, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Түрлі түсті жалаулар*

Негізгі қимылдары: музыкалы-ырғақты қимылдар (музыкамен маршпен жүру).

Қолдарын екі жаққа созып, еденде жатқан баспалдақтың рейкаларын аттап өту.

Мақсаты: қимыл үйлесімділігін, тепе-теңдікті сақтау дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: жалаушаларға арналған қорап, бір балаға екі жалаушадан, бала санына есептелген доп.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Бір мезгілде екі аяқтарымен бірдей екпінді түрде итерілу, қозғалған кезде қолын сермеу арқылы өзіне көмектесу	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.к. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.к. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.к. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.к. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.к аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (5-6 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Жоғарырақ лақтыр».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: жалаушалармен ЖДЖ жасауды, музыка ырғағымен маршпен жүруді, еденде жатқан баспалдақтың рейкаларынан қолға жалауша ұстап аттап жүруді; түсінеді: жұбын қалай тауып алуды, екі қатармен сапқа тұруды; қолданады: нақ тепе-теңдік сақтау әдістерін, допты лақтырып және қағып алудың тәсілдерін, зал кеңістігінде бағдарын айқындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Өдіскер
12.01.2024	Жолдасова З.Е	Шамганова С.О

Примечание (a1):

Орталығы топ: «Күншуақ, Ертөстік, Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Бір-екі, бір-екі, біз жасаймыз аққала!

Негізгі қимылдары: допты жоғарыға лақтыру және қағып алу.

15 см биіктіктен тереңдікке секіру.

Мақсаты: допты лақтыру және ұстап алу дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: аққала ойыншығы, биікті 15 см гимнастикалық сәкі – 4 дана, бала санына есептелген доп, допқа арналған себет, ойын ойнауға екі ұшы байланған таспа.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	допты биікке лақтырып, саусақтары айқара ашылған алаканымен қағып алуға үйрену. Сәкіден секіріп түскенде тепе-теңдікті сақтай білуді, басты және денені тік ұстай білуді, алға қарай білуді бекіту.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.к. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.к. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.к. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.к. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.к аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (5-6 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Әткеншек».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: сәкіде тұрып ЖДЖ жасауды, ойында ойындық іс-әрекеттерді, 15 см биіктіктен тереңдікке секіруді, тыныс алу кезеңдерін реттеуге арналған жаттығуларды;

түсінеді: залдың ішін аралап аяқтың ұшымен жүгіруді, допты қағып алғанда саусақтарын айқара ашқан алақандарын тосуды, мәтінге сәйкес қозғалысты шапшаңдатуды және баяулатуды;

қолданады: тепе-теңдікті сақтауды, сәкілер арасында жүру тәсілдерін, педагогтің берген белгісімен сәкідегі өз орнын шапшаң табуды, допты лақтырып-қағып алуды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
13.01.2024	Жолдасова З.Е	Шамганова С.О

Примечание [a2]:

Ортанғы топ: «Күншуақ, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Біз шананы сүйрейміз

Негізгі қимылдары: шананы бірде оң қолымен, бірде сол қолымен кезек-кезек сырғанату.

Мақсаты: шанамен сырғанау дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: әр балаға 2 текше, екі жіп, биіктігі 10–15 см тақтайша – 4-5 дана.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	сапта жеңіл және бір қарқынмен жүгіре білуді бекіту, қимылқозғалыстарды басқа балалармен бірге орындай білуді жетілдіру. Шанамен сырғанау дағдысын қалыптастыру. Денешынықтыру сабағына оң көзқарас білдіруге тәрбиелеу, жинақы болу.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.к. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.к. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшак иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.к. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.к аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (5-6рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	«Үлкен болып өс» тыныс алу гимнастикасы.	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: ойыншықтармен орындалатын жалпы дамытатын

жаттығуларын, шанамен сырғанауды;

түсінеді:шанамен сырғанау кезінде қауіпсіздік ережелерін, педагог көрсеткен

бағытты сақтауды, өз қимыл-қозғалысын басқа балалардың қимыл-қозғалысымен

сәйкестендіруді;

қолданады:шанамен сырғанау дағдыларын, кеңістікте бағдарын айқындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
14.01.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О

Примечание (а3):

Орнағы топ: «Ертөстік, Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық».

Бөлімі: «Денешынықтыру».

Тақырыбы: Аязатаның сыйлықтары

Негізгі қимылдары: бөренеден еңбектеп өту.

1,5 метр қашықтықта тұрған педагогке доп лақтыру және одан допты қағып алу.

Мақсаты: бөренеден еңбектеп өту дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: бала санына есептелген көрпелер, доп, еңбектеп өту үшін бум.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	бөренеден еңбектеп өтуге үйрету, қозғалыс үйлесімділігін жетілдіру. Педагогке доп лақтыра білуді, қолды доп лақтырғаннан кейін түзу ұстауды бекіту. Қимылдар жасап залда жүруге жаттығу, сапқа тұрғанда өз орнын таба білуді жетілдіру.	Балалар тапсырманы педагогке карап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.к. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.к. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.к. – аяқты алашақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.к. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.к аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (5-6рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Орнықты тап!».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: бір-бірінің қолынан ұстап шеңбер бойымен жүруді, педагогке допты

лақтыру, 1,5 метр қашықтықтан допты қағып алуды, өзіне-өзі массаж жасауды;

түсінеді: шеңбер бойымен тұруды, педагогтің көмегімен сапқа тұруды, модульден

асып түсуді, көрпені қалай қолдануды;

қолданады: ойын жаттығуларын орындау әдістерін, алақаны мен тізесін тіреп

төрттағанда еңбектеуді, ойын кезінде өз орнын шапшаң тауып алуды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
17.01.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

17.01.2022ж.

Ортаңғы топ: «Ертостік, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Ақшақармен ойнаймыз

Негізгі қимылдары: колдарын екі жаққа созып, еденде жатқан баспалдақтың рейкаларынан аттап өту.

Бөренеден (бум) еңбектеп өту.

Мақсаты: тепе-теңдікті және қимыл үйлесімділігін сақтау дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: «Ақшақар» қуыршағы, тасымалдап жүретін баспалдақ – 2 дана, еңбектеп өту үшін бөрене.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Тепе-теңдікті сақтай білуді, тізелерін биігірек көтеріп, денесін тік ұстап еденде жатқан баспалдақтың рейкаларын аттап өтуді үйрету. Бөренеден (бум) еңбектеп өте білу, колдары мен аяқтарының қозғалыс үйлесімділігін жетілдіру	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (5-6рет) Негізгі қимылдары: колдарын екі жаққа созып, еденде жатқан баспалдақтың рейкаларынан аттап өту. Бөренеден (бум) еңбектеп өту.	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Допты ұстап алыш».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: еденде жатқан баспалдақ тақтайшаларынан аттап өтуді, массажды;

түсінеді: педагогтің берген командасына сәйкес дыбыстар шығаруды, бумнан еңбектеп түсуді, ойын жаттығуларын орындау тәсілдерін, бір-бірінің колдарынан ұстап шеңбер бойымен жүру әдістерін.

қолданады: ойын жаттығуларын орындау әдістерін, бір-бірінің қолдарынан ұстап шеңбер бойымен жүру әдістерін, алақан мен тізені тіреп, төрттағандап еңбектеу тәсілдерін

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
18.01.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

18.01.2022 ж.

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Қызғалдақ, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Қоянның сыйлығы

Негізгі қимылдары: педагог берген белгіге тоқтап, бір-бірінің артынан сапта жүру және жүгіру.

Еденде жатқан арқаннан секіру.

Тізерлеп отырып бір-біріне допты домалату (арақашықтық – 1,5 метр)

Мақсаты: спорттық жаттығуларды қолдана отырып, дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: арқан, жіп, жарты топтағы балалар санына есептелген доп.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Қарды бірде оң қолмен, бірде сол қолмен лақтыруға үйрету; балаларды жүру және жүгіру кезінде берілген белгіге тоқтай білуге үйрету; көз өлшемін жетілдіру. Кедергілер үстінен секіру жаттығуларын жалғастыру	Балалар тапсырманы педагогке карап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (5-6 рет) Негізгі қимылдары: педагог берген белгіге тоқтап, бір-бірінің артынан сапта жүру және жүгіру. Еденде жатқан арқаннан секіру. Тізерлеп отырып бір-біріне допты домалату (арақашықтық – 1,5 метр)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Пойыз».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: берілген белгі бойынша тоқтап жүруді, жүгіруді, ойын массажын жасауды;

түсінеді: такпактың мәтініне сәйкес ойын қимылдарын орындауды, қалай жұптасып тұруды, секіруді орындау кезегін, доптың жұбының қолына қарай тіке бағытта домалатуды;

қолданады: бір қатармен сапка тұру, шеңбер бойымен тұру тәсілдерін, бағытын өзгерту әдістерін, жіптен секіргенде бар күшімен итеріле білу тәсілдерін, кеңістікте бағдарын айқындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
19.01.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>alleva</i>

Ортаңғы топ: «Күншуақ,Ертөстік,Қызғалдақ»

19.01.2022

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі:«Денешынықтыру»

Тақырыбы:Мұзы қатқан айдынды, Жаңа жауған қар басты.

Негізгі қимылдары: 15 см биіктіктен тереңдікке секіру Шеңбер құрып тұру.

Мақсаты: тереңдікке секіру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: биіктігі 15см гимнастикалық сәкі – 4 дана, доға – 6 дана, ұшы түйілген орамал.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Сәкіден секіргенде табанын жазып, жартылай бүгілген аяқтарымен секіріп түсуді үйрету. Шеңбер құрып тұра білуді бекіту, өз іс-әрекетін басқа балалардың әрекетімен сәйкестендіру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ.– о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ.– о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ.– аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (5-6рет) Негізгі қимылдары: 15 см биіктіктен тереңдікке секіру Шеңбер құрып тұру	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын жаттығуы: «Шеңбер».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: аяққа арналған гимнастиканы, тереңдікке секіруді, ойындағы ойын әрекеттерін;

түсінеді: музыка ырғағына сәйкес жүруді, жүгіруді, 3 доғаның астынан ретімен еңбектеп өтуді, із қалған жолмен жүргенде тек іздерді ғана басып жүруді;

қолданады: шеңбер бойымен тұру тәсілдерін, биіктетілген тіректе жүргенде тепе-теңдікті сақтау әдістерін, 3 доғаның астынан ретімен алақаны мен тізесін тіреп, еңбектеп өтуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
20.01.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О

Ортаңғы топ: «Күншуақ,Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі:«Денешынықтыру»

Тақырыбы: Үлкен болып өсеміз.

Негізгі қимылдары: шеңбер құрып тұру.

Музыкалық-ырғақты қозғалыстар (музыка ырғағымен маршпен жүру).

Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтадан еңбектеп түсу.

Мақсаты: көлбеу тақтаймен еңбектеу дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар:әр балаға жалауша салынған 2 қорап, көлбеу тақтай – 3 дана, модульдер (тігінен қойылатын нысана) – 3 дана, лақтыруға арналғанпластмасса шариктер – балалар санына есептеледі, шариктерді жинауға арналған себет.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Шеңбер құрып тұруға үйренуді жалғастыру, сапқа тұру кезінде өз орнын шапшаң таба білу. Музыканың әр бөлімінің басын және соңын көрсете отырып, бір қарқында қозғалып, музыкамен марш жасап жүре білуді бекіту.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ.– о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ.– о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ.– аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (5-6рет) Негізгі қимылдары: шеңбер құрып тұру. Музыкалық-ырғақты қозғалыстар (музыка ырғағымен маршпен жүру). Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтадан еңбектеп түсу.	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын:«Нысанаға дөп тигіз».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: музыкалы-ырғақты қимылдарды орындауды музыка ырғағымен марш орындау, көлбеу тақтайда еңбектеуді, тігінен қойылған нысанаға шарик лақтырып тигізуді;

түсінеді: марш кезінде тізеден бүгілген аяғын жоғары көтеру, қимылды үш баладан орындайды, қимылды мәтінге сәйкес орындауды.

қолданады: шеңбер бойымен тұру тәсілдерін, алақаны мен тізесін тіреп еңбектеуді, сапқа тұрғанда өз орнын таба білуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
21.01.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О

Ортаңғы топ: «Ертөстік,Қызғалдақ»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі:«Денешынықтыру»

Тақырыбы: Бір, екі, үш, бізбен бірге қайтала! (таза ауада)

Негізгі қимылдары: шанамен сырғанау.

Қарды бірде оң қолмен, бірде сол қолмен кезек-кезек лақтыру.

Мақсаты: спорттық жаттығуларды қолдана отырып, дене жаттығуларына қызығушылықтарын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: шаналар.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Шеңбер бойымен жүру және жүгіре білуді бекіту. Бірде оң қолмен, бірде сол қолмен кезек-кезек лақтыру, ептілікті, қозғалыс үйлесімдігін дамыту. Педагогтің нұсқауын орындай білуді жетілдіру, қозғалыс кезінде тіке бағытты сақтай білу.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ.– о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ.– о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ.– аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (5-6рет) Негізгі қимылдары: шанамен сырғанау. Қарды бірде оң қолмен, бірде сол қолмен кезек-кезек лақтыру.	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын:« <i>Нысанаға дөп тигіз</i> ».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: музыка ырғағымен шашыла жүруді, жүгіруді, білекке арналған жаттығуларды;

түсінеді: ойын ережесін, жаттығуларды тапқақ мәтініне сай орындауды;

қолданады: шеңбер бойымен және шашыла жүру тәсілдерін, бірде оң қолмен, бірде сол қолмен кезек-кезек лақтыруды, шананы сүйретіп, төбеге шығу білігі; стөбеден түсу ережесін; қимылдарды педагогтің берген белгісімен орындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
24.01.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Ойыншықтар*

Негізгі қимылдары: еденге тігінен орналасқан шеңберден еңбектеп өту. Допты жоғары лақтыру және қағып алу.

Мақсаты: құрсау арқылы еңбектеу дағдысын қалыптастыру.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Еденге тігінен орналасқан құрсау арқылы еңбектеп өтуді үйрену, топтаса білуді жетілдіру. Допты өзіне қыспай жоғары лақтырып және қағып ала білуді бекіту. Доппен жүруге жаттығу, доптарды түсі бойынша бөліп қою.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.к. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.к. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.к. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.к аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (5-6 рет) Негізгі қимылдары: еденге тігінен орналасқан шеңберден еңбектеп өту. Допты жоғары лақтыру және қағып алу.	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Ойыншықтар».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: доппен жасалатын ЖДЖ, ойын ойнағандағы ойын әрекеттерін, тақпақтың сөздерін;

түсінеді: тақпақ мәтініне сай қимылдар жасауды, допты өзімен түстес шеңберге қоюды, допты себетке жинауды, алақаны мен тізесін тіреп төрттағанда еңбектеуді, еденге тіктеп қойылған шеңберден еңбектеп өтуді;

қолданады: допты қолда ұстап жүру және жүгіру тәсілдерін, алақан мен тізені тіреп төрттағанда еңбектеу тәсілдерін, допты лақтырып қағып алу әдісін.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
25.01.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

25.01.2022 м

Ортаңғы топ: «Күншуақ,Қызғалдақ,Балауса»

Білім саласы: «Денсаулық»

Бөлімі:«Денешынықтыру»

Тақырыбы: Қысқы орманға біз келдік

Негізгі қимылдары: биіктігі 25 см, ені 20 см гимнастикалық сәкіде жүру.

Еденге тігінен қойылған шеңберден еңбектеп өту.

Мақсаты: Қонжықтар апанында ұйықтап жатыр» көзге арналған гимнастикасын және тыныс алу гимнастикасын қолдана отырып, дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар:балалар санына есептелген доп, доп жинауға себет, гимнастикалық сәкі (биіктігі 20 см, ені 20 см) – 2 дана, құрсауы бар баған – 2 дана.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Гимнастикалық сәкіде жүруге үйрену, тепе-теңдікті сақтай білуді, дене бітімін тік ұстай білуді жетілдіру. Еденге тігінен қойылған құрсаудан еңбектеп өтуге жаттығу, қол мен аяқ қимылдарын үйлестіре білу.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ.– о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ.– о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ.– аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз. Негізгі қимылдары: биіктігі 25 см, ені 20 см гимнастикалық сәкіде жүру. Еденге тігінен қойылған шеңберден еңбектеп өту.	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын:«Аяқтар».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: гимнастикалық сәкі үстінде жүруді, көзге арналған гимнастиканы, ойындағы ойын әрекеттерін, тақпақ сөздерін;

түсінеді: бір қатар болып, екі қатар болып сапқа тұруды, негізгі қимылдарды орындау ретін, еденге тіктеп қойылған шеңберден еңбектегенде топтасуды;

қолданады:бір қатармен сапта жүру мен жүгіру әдістерін, тізені жоғары көтеріп жүру тәсілін, доппен ЖДЖ орындауды, алақан мен тізені тіреп төрттағандап еңбектеуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
31.01.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

Білім саласы: «Денсаулық»

31.01.2022 ж

Ортаңғы топ:

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Орман, тоғайға серуенге барамыз*

Негізгі қимылдары: биіктігі 10 см заттың үстінде екі аяқпен секіру.

Бағытты өзгерте отырып жүру және жүгіру.

Биіктігі 20 см, ені 20 см гимнастикалық сәкінің үстімен жүру.

Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау, қимыл үйлесімділігі дағдыларын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: әр балаға екі текше, қазақша оюлармен безендірілген сандық, биіктігі 20 см, ені 20 см гимнастикалық сәкі – 4 дана, ойын ойнауға әр балаға доп.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Екі аяқпен ептілікпен еденнен итеріліп, кедергіден секіріп өтуге үйрету. Саптағы қатарды бұзбай, бағытты өзгерте отырып жүру мен жүгіруді алмастыруға жаттықтыру. Биіктетілген тіректе жүргенде тепе-теңдікті сақтай білу. Халықтың салт-дәстүрі мен ойындары арқылы баланың қимыл-қозғалысын толықтыра түсу	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.к. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.к. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.к. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.к аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (5-6рет) Негізгі қимылдары: биіктігі 10 см заттың үстінде екі аяқпен секіру. Бағытты өзгерте отырып жүру және жүгіру. Биіктігі 20 см, ені 20 см гимнастикалық сәкінің үстімен жүру.	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Ең епті».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: текшемен жаттығу орындауды, орамалды бір-біріне беруді;

түсінеді: биіктетілген тірек үстімен жүргенде динамикалық тепе-теңдікті қалай сақтауға болатынын, допты саусақтарын айқара ашып алақанымен қағып алуды;

қолданады: педагогтің берген командасымен қозғалыстың бағытын өзгерте білуді, биіктігі 10 см заттың үстінен секіріп өту тәсілдерін.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
07.02.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О

04.02.2022

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: Ертөстік, Балауса

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Біздің сүйікті ойындарымыз

Негізгі қимылдары: сапта бір қатарда тұрып қарқынды өзгерте жүру және жүгіру.

Төбешіктен қуыршақты, қонжықты шанамен сырғанату. Құрсаудан-құрсауға секіру.

Мақсаты: дене жаттығуларын жасауға қызығушылықтарын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: бала санына есептелген доптар, сырғанак, 2 баған, жіп, таспалар, сылдырмақтар.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Сапта бір қатармен жүруді және жүгіруді қалыптастыруды жалғастыру. Шананы төбешіктен сырғанатуды жалғастыру. Құрсаудан-құрсауға секіру дағдыларын дамыту. Мейірімді болуға баулу.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (5-6 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды
Рефлексиялық түзетушілік.	«Достық» білекке арналған массажы.	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: қарқынды өзгерте жүгіруді, төбешіктен қуыршақты, қонжықты шанамен сырғанатады.

түсінеді: ойындағы рөлдік әрекеттердің, тізбекке бір-бірден тұру, бағытты сақтай отырып тізбекте бір-бірден жүру, қарқынды өзгерте отырып жүгірудің маңызын;

қолданады: қатарға тұру тәсілдерін, аяғын тізеден бүте отырып, құрсаудан-құрсауға секіру дағдыларын;

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
08.02.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

Білім саласы: «Денсаулық»

08.02.2022

Ортаңғы топ: Күншуақ, Қызғалдақ, Балауса

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Қар қиыршықтары*

Негізгі қимылдары: Тереңдікке секіру – қар үйіндісінен жолға секіріп түсу. Шанамен бір-бірін сырғанату.

Мақсаты: тереңдікке секіру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: балалар санына есептелген сақина, 2 сәкі, бала санына есептелген доп, 2 доға-қақпа

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Тереңдікке секіруді үйренуді жалғастыру, секіре алдында итерілгенде табанын дұрыс қоя білуді, секіріп түскенде өкшеден бастап табанымен түсуге қалыптастыру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (5-6 рет) Негізгі қимылдары: Тереңдікке секіру – қар үйіндісінен жолға секіріп түсу. Шанамен бір-бірін сырғанату.	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Пойыз».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

Қайталайды: ойын жаттығуларының атауларын, сақинамен ЖДЖ, тыныс алу гимнастикасын;

Түсінеді: жүгіру мен жүруді алмастырғанда тоқтамай қозғалуды, қимылдардың орындалу ретін, доптың қолданылуын, допты доға астынан домалатуды, терең тыныс шығаруды;

Қолданады: сәкіден секіріп түсу тәсілдерін, допты доға астына домалатуды,

кеңістікте бағдарын айқындау әдістерін.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
09.02.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>allanuf</i>

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: Ертөстік, Күншуақ, Қызғалдақ

Бөлімі: Денешынықтыру

Тақырыбы: *Ормандағы достармен кездесу*

Негізгі қимылдары: биіктігі 10 см заттан екі аяқпен секіру.

Музыкалық-ырғақтық қимылдар.

Бірі-бірінен 2 м қашықтықта орналасып, аяқтарын айқара аша отырып бір-біріне допты домалату.

Мақсаты: «Шырша» саусақ гимнастикасын қолдана отырып, дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: 2 қатарға 10 данадан кірпіш, жарты топқа есептелген доп, доп жинауға себет, ойын ойнауға доп, «мәшинені», «орман дауыстарын» бейнелеуге музыка.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Жазықтықтан екі аяқтың епті қимылымен итеріліп, кедергілерден секіріп түсуге үйрену. Жан-жануарлардың қимыл-қозғалысын жеткізе білуді бекіту. Доптың бағытын сақтай отырып бірі-біріне домалатуға жаттығу.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (5-6 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: « <i>Кетті, кетті орамал</i> ».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

Қайталайды: биіктігі 10 см заттың үстінен секіріп өтуді, тыныс алу гимнастикасын;

Түсінеді: жануардың қимылын және музыканы сәйкес қимылмен бейнелеуді, допты бір-бірінің қолына домалату, ойын кезінде орамалды бір-біріне шапшаң беруді, орманда шуламау керектігін;

Қолданады: 1 қатармен сапқа тұрып жүру тәсілдерін, педагогтің соңына қарқын мен бағытын өзгертіп жүру, музыкалы-ырғақты қимылдарды орындау әдістерін.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
14.02.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

14.02.2022 ж

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортанғы топ: «Ертөстік, Балауса»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Микки-маус

Негізгі қимылдары: Диаметрі 15 см допты екі қолымен ұстап, жіп арқылы бастан асыра лақтыру.

Биіктігі 10 см заттың үстінен екі аяқпен секіру.

Мақсаты: көзге арналған гимнастиканы қолдана отырып, дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: «Микки Маус» мультфильмінің суреттері, кірпіш – 3 қатар, 7 данадан, жіп байланған бағандар, бала санына есептелген диаметрі 15 см доп, доп жинауға себет, ойын ойнауға іздер, батпақтың шегарасын белгілеуге таспа.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	Допты 2 м қашықтыққа баланың жоғары созылған қолының биіктігіндей биіктікке тартылған жіп арқылы қолды ептілікпен созып лақтыру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты онға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (5-6 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Көзге арналған гимнастика Көзді бірге жұнайық, дем алу қажет оларға. Тышқан, сенде жұм көзді, Бізбен бірге дем ал Енді көзді ашыңдар Ертегіні аяқтаңдар.	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: мәтінге сәйкес тышқан қимылын, жіп арқылы допты лақтыруды, көзге арналған гимнастиканы;

түсінеді: жіп арқылы допты лақтыруды орындау ретін, батпақтан өткенде із арқылы жүруді;

қолданады: 1 қатармен сапқа тұрып жүру тәсілдерін, бір қатарға сапқа тұру тәсілін, шашыла жүгіру әдістерін, бір ізбен жүргенде динамикалық тепе-теңдікті сақтай білуді

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
15.02.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

15.02.2022 ж.

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Қызғалдақ, Балауса»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Секіре де, жүгіре де білеміз.*

Негізгі қимылдары: төбешіктен шанамен сырғанау. Алаңмен жүгіру.

Мақсаты: денсаулық сақтау технологиясын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту.

Құрал-жабдықтар: бала санына есептелген доп, доғалар.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	шанамен төбешікке шығу және одан түсуді жетілдіру. Түрлі түсті мұзды немесе шайбаны аяқпен итере отырып алаңның бір жағынан екінші жағына алаңдағы белгіге дейін жүгіруге жаттықтыруды жалғастыру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (5-6 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Торғайлар мен мысық».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды:

ойын жаттығулардың атауларын, доппен ЖДЖ, доптардың арасымен жүруді, шашыла жүгіруді;

түсінеді: еңбектегенде қозғалыс бағытын сақтауды, қимылдарды такпақ мәтініне сай орындауды, ойындағы рөлдерді ойнау әрекеттерін;

қолданады: жүру және шашыла жүгіру тәсілдерін, кедергілер арасынан допты бір-біріне домалатуды, доға астынан еңбектеуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
16.02.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>с.шамганова</i>

16.02.2022 ж.

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Күншуақ, Қызғалдақ»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Ерекше қонақтар*

Негізгі қимылдары: гимнастикалық қабырғаға шығу және одан түсу.

Диаметрі 15 см допты екі қолымен ұстап, тор арқылы бастан асыра лақтыру.

Мақсаты: гимнастикалық қабырғаға өрмелеу дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: баспалдақта тұрған ойыншық маймылдар, диаметрі 15 см доп – балалар санына қарай есептелген, доп жинауға себет, гимнастикалық баспалдақ.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	гимнастикалық қабырғаға шығып және одан түсуге, тұтқасын 4 саусақпен жоғарыдан, бас бармақпен төменнен дұрыс ұстай білуге үйрету.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ.– о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ.– о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ.– аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (6 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (5-6 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (5-6рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Мимикалық гимнастика: «Бет-әлпет»– маймылдарды күлдіруді ұсынады.	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: доппен жаттығу жасауды, допты тор арқылы лақтыруды, мимикалық гимнастиканы, белтемірді ұстауды;

түсінеді: допты тордан қалай лақтыруға болатынын, тор арқылы допты лақтырудың ретін, баспалдаққа шығуды және түсуді, музыкаға сәйкес шабу қарқынын өзгертуді;

қолданады: қолмен жаттығу орындап бір қатармен жүру тәсілдерін, бағытты өзгертіп жүгіру тәсілін, ойын ойнағанда тікелей шабуылды, зал кеңістігінде бағдарын айқындауды, көлденең тақайды ұстауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
17.02.2022	Жолдасова З.Е	Шамганова С.О <i>ашауф</i>

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Балауса»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Көңілді жарыстар*

Негізгі қимылдары: биіктігі 20 см кедергілерді (текшелердің үстіне қойылған тақтайшалар) аттап өту.

Гимнастикалық қабырғаға шығу және одан түсу.

Максаты: заттардан аттап өту дағдысын калыптастыру.

Құрал-жабдықтар: гимнастикалық баспалдақтар, қоңыраулар – баспалдақ санына есептелген, биіктігі 10 см текше – 9 дана, аттап өтуге тақтайшалар – 6 дана.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	кедергілерден аттап өтуді, тізелерін жоғары көтеріп және ептілікпен аяқтарын түсіргенде бақаймен түсуді, денесін тік ұстап, нық тепе-теңдікті сақтай білуді үйрету.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	1. «Құлақтар». Б.к.: н.т. 1 – басты оңға бұру – каттыдем алу. 2 – басты солға бұру – еркін дем шығару. Басты бұрған кезде иықты қозғамай, құлақты иыққа тақау. Денені бұруға болмайды (4-5 рет). 2. «Түтікпен үрлеу» Б.к.: н.т. 1- ішін тартып, мұрын арқылы толық дем алу. 2-Ерінді түтік сияқты шығарып дем шығару. 3-Мұрын арқылы дем алу. 4-үзіліс -2-3 секунд, сонан кейін басты көтеріп, мұрын арқылы баяу дем шығару (4-5) рет 3. «Майшамды үрлеу». Майшамды үшіру үшін қатты үрлеу. Б.к.: аяқты алшақ қойып тұру. 1 – еркін дем алу және демді ұстап тұру. 2 – ерінді түтік сияқты шығарып, үш қысқа дем шығар («фу-фу-фу»). Денені түзу ұстау (4-5 рет). 4. «Жел». Қатты жел соқты. Б.к.: н.т. Мұрын арқылы толық дем шығару, іш пен кеуде қуысын ішке тарту. 1 – толық дем алу, іш пен кеуде қуысын сыртқа шығару. 2 – 3-4 секунд дем алуды кідірту. 3 – ерінді жымқырып тұрып, дем шығару (4 рет).	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	«Шар» жаттығуы <i>Шарды жылдам</i>	Балалар

17.02.2022

	үрлесек Үлкен боп ол өседі. Жарылып шар қалғанда Қалады ол жұқарып	белсене қатысады
--	--	-------------------------

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: ойын гимнастикасын, биіктігі 20 см кедергілерден аттап жүруді, саусакқа арналған жаттығуды;

түсінеді: жаттығудың орындалу ретін, кедергіден аттағанда тізесін жоғары көтеруді, баспалдаққа қалай шығып-түсу керектігін, суретті өз қимылымен байланыстыруды;

қолданады: зал кеңістігінде бағдарын айқындау тәсілін, шашыла жүгіруді, екі қатар болып сапқа тұруды, ойында құстың ұшу қимылын бейнелеуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
28.02.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>allouff</i>

28.02.2022 м.

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Балауса»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Қадамды нық басамыз,
Аяққа күш қосамыз.*

Негізгі қимылдары: Шашыла жүру және жүгіру, жылдам қарқынмен 14 метр қашықтыққа жүгіру.

Тереңдікке секіру – биіктігі 20 см сәкіден жартылай бүгілген аяқпен секіріп түсу.

Допты жоғарыға лақтырып, екі қолмен қағып алу.

Мақсаты: допты жоғары лақтыру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: 2 гимнастикалық сәкі, бала санына есептелген орамал және доп.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	допты жоғарыға лақтырып, екі қолмен қағып алуға үйрету, допты төменнен жоғарыға алға қарай екі қолмен лақтыра білуді қалыптастыру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Пойыз»	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: орамалмен ЖДЖ орындауды, допты жоғарыға лақтырып, қағып алуды, биологиялық белсенді орындарға массаж жасауды;

түсінеді: бір-бірден қатарға қалай тұруды, шеңбер бойымен тұруды, жартылай бүгілген аяғымен секіріп түсуді, допты екі жағынан ұстап қағып алуды;

қолданады: допты жоғарыға лақтыру әдісін, секіргенде жазықтықтан итеріле білуді, зал кеңістігінде бағдарын айқындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
02.03.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

02.03.2022 ж

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ,Ертөстік,Қызғалдақ»

Бөлімі:«Денешынықтыру»

Тақырыбы:*Біз күштірек, үлкенірек боламыз*

Негізгі қимылдары: бір жағы 20 см көтерілген көлбеу тақтайдың үстімен жүру. Ені – 25 см, ұзындығы 2 м еденде жатқан тақтайдың үстімен алақан мен табанды тіреп, төрттағандап еңбектеу.

Мақсаты: тепе-теңдікті, қимыл үйлесімділігін сақтау дағдыларын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: әр балаға екі-екіден түрлі түсті жалаушалар, еңбектеуге тақтай (ені 25 см, ұзындығы 2 м) – 2 дана, көлбеу тақтай (ені 25 см, бір жағы 20 см биіктікке көтерілген), шеңберлер – 10 дана, жарысуға ағаш аттар.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	көлбеу тақтайдың үстінде жүруге жаттығу, шектелген алаңда алға тіке қарап, дене бітімін тіке ұстауды үйрену. Қол мен аяқтың қимылын үйлестіре отырып, шектеулі алаң үстінде алақан мен табанды тіреп еңбектей білуді бекіту.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ.– о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ.– о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ.– аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (4-5рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын жаттығуы: «Біз үлкенбіз».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: тыныс алу гимнастикасын, сапқа тұрып залдың бір жағынан қарама-қарсы жағына жүруді, қарлығаштың ұшуын бейнелеуді;

түсінеді: шеңбер бойымен қалай тұруды, көлбеу тақтайдан қалай түсу керектігін, денешынықтыру жаттығуларының маңызын;

қолданады: шектеулі алаңмен төрттағандап еңбектеу тәсілін, шеңбер бойымен сапқа тұруды, шектеулі алаңда тепе-теңдікті сақтауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
03.03.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>С.О.</i>

03.03.2022ж.

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Балауса»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Суреттермен жұмыс істеуге тапсырма* Негізгі

қимылдары: баяу қарқынмен жүгіру (40 секунд).

Тепе-теңдікке жаттығулар, бір жағы 30 см көтерілген тақтаймен жоғары және төмен қарай жүру.

Бір-бірінен 1 метр арақашықтықпен бір қатарға қойылған кедергілердің арасынан допты «жыландай» ирелендетіп домалату (қатардың жалпы ұзындығы 6 метр).

Мақсаты: доптарды «ирелендете» домалату дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: балалардың іс-әрекеті бейнеленген суреттер, файлы бар папка, әр балаға екі-екіден түрлі түсті жалаушалар, көлбеу тақтай (ені 25 см, бір жағы 20 см биіктікке көтерілген), бала санына есептелген доп, 2 қатарға бір-бірінен 1 метр қашықтықта орналасқан модульдер (қатардың ұзындығы 6 метр).

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	баяу қарқынмен жүгіруге, адымдарын азайта жүгіруге, жүгіру бағытын сақтай білуге жаттықтыру. Бір-бірінен 1 метр арақашықтықпен бір қатарға қойылған кедергілердің арасынан допты «жыландай» ирелендетіп домалатуға жаттықтыру, кедергілерді оңынан да, солынан да айналып өте білу.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (4-5рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын жаттығуы «Біз үлкенбіз!».	Балалар белсене қатысады

. Күтілетін нәтиже:

қайталайды: жалаушамен жаттығу орындауды, кедергілердің арасынан допты «жыландай» ирелендетіп домалатуды;

түсінеді: доппен жасалатын қимылдарды орындау – допты домалату, себетке салу, кері қарай жүгіріп келіп қатарға тұруды, қимылдарды тақпақ мәтініне сай орындауды;
қолданады: көлбеу тақтай үстімен жоғары-төмен жүру тәсілін, бір қатарға, екі қатарға сапқа тұруды, баяу қарқынмен жүгіруді, кеңістікте бағдарды айқындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
04.03.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Ертөстік,Қызғалдақ»

Бөлімі:«Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Біз көңілді ойнаймыз (таза ауада)*

Негізгі қимылдары: бүрлерді оң және сол қолмен алысқа лақтыру.

Мақсаты: «Қоңыздар» тыныс алу гимнастикасын қолдана отырып, дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: қарағай бүрлері, шалшық бейнеленген суреттер – 6 дана.

Билингвалды компонент: сәлеметсіз бе – здравствуйте, сау болыңыз – до свидания, сылдырмақ – погремушка.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	шеңбер бойымен жүру, жүгіру, алға жылжи отырып секіру кезінде жұмсақ түсуге жаттықтыру; Оң және сол қолдарымен алысқа лақтыруға үйрету. Батырлықты, ептілікті дамытуға, белгі бойынша қимылды тоқтатуға ықпал ету. Мейірімділікке, бірге ойнауға тәрбиелеу.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ.– о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ.– о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ.– аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.к. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (4-5рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Педагог қорытындылайды, балаларды мадақтайды.	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: бүрмен жалпы дамытатын жаттығуларды, мәтінге сәйкес қимылдарды, жұптасып тұруды, тыныс алу гимнастикасын;

түсінеді: бір мезгілде екі аяқпен секіру кезінде екпінді түрде итерілу, өз әрекеттерін басқа балалардың әрекеттерімен үйлестіруді;

қолданады: екі аяқпен «шалшықтан» секіріп өту; бүрді оң және сол қолмен алысқа лақтыру; кеңістікті бағдарлау дағдыларын.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
07.03.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Ертөстік,Қызғалдақ»

Бөлімі:«Денешынықтыру»

Тақырыбы:*Бәріне де цирк ұнайды* Негізгі

қимылдары: секіріп жүгіру.

Баяу қарқынмен жүгіру (40 секунд).

Еденге тігінен қойылған үш шеңберден еңбектеп өту.

Мақсаты: шоқырақтап тура жүру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: «Цирк» туралы слайдтар, шеңберлер, оларға арналған баған – 6 дана.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	секіріп жүгіруді үйрету, қол мен аяқ қимылын үйлестіру. Қолды бос ұстап, шеңберді тарылтпай бір қарқынмен баяу жүгіре білуді бекіту, төзімділікті жетілдіру. Еденге тігінен қойылған шеңберден еңбектеп өтуге жаттықтыру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ.– о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ.– о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ.– аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (4-5рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Саусақ гимнастикасы : «Піл».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: тыныс алу гимнастикасын, саусақ гимнастикасын, шоқырақтап тура жүру, еңбектеу;

түсінеді: цирктің мақсатын, үйретушінің рөлін, тікелей шабуды қалай орындау керектігін, қатарынан үш шеңберден еңбектеуді, топқа бөлініп ойын қимылдарын орындауды;

қолданады:баяу қарқынмен жүгіру тәсілдерін, алақаны мен тізесін тіреп еңбектеуді, бір ырғақпен шапалақтауды, орнында тұрып секіруді, зал кеңістігінде бағдарын айқындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
24.03.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>ашау</i>

24.03.2022m

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Балауса»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: 1-2-3 – кітапқа жан біт!

Негізгі қимылдары: алға қарай екі аяқпен 3 метр қашықтыққа секіріп жүру.

Аяқтың ұшымен жүру және жүгіру.

Кедергілер арасынан «жыланша» ирелендеп өту.

Мақсаты: екі аяқпен секіру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: сабақтың мазмұнына сәйкес суреттері бар «Сиқырлы кітап», ЖДЖ-ға арналған текше – әр балаға 2 дана, кегель – 10 дана, сылдырмақтар.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	бір мезетте екі аяқпен итеріліп, аяқтың ұшымен секіріп түсу. Дене бітімін тік ұстап, табанның алдыңғы жағымен бір қарқынмен жүру және жеңіл жүгіруді бекіту.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ.– о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ.– о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ.– аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (4-5рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Бетке массаж жасау: «Кірпі»	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: текшелермен жаттығу жасауды, «Кірпі» – бетке массаж жасау ойынының ережелерін;

түсінеді: кітаптың пайдасын, кітаптағы суреттердің жасалатын қимылдармен сәйкес келуінің қажеттігін, кедергілер арасынан қалай ирелендеп өтуді;

қолданады: аяқтың ұшымен жүру және жүгіру әдістерін, белгіленген сызық бойымен сапқа тұруды, екі аяғымен бір мезетте итрелуін.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
25.03.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>ашауф-</i>

25.03.2022 ж.

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Қызғалдақ»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Балақайлар хайуанаттар бағында*

Негізгі қимылдары: алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру (арақашықтық 10 м).

Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 20 см қашықтықта жатқан кедергілер арқылы аттап жүру.

Гимнастикалық баспалдаққа шығу, төменгі тақтайшалар арқылы келесісіне өту.

Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау, қимыл үйлесімділігі дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: жануарлар бейнеленген суреттер (слайдтар), аттап өтуге модульдер, көлбеу тақтай, ойын жаттығу мәшинесінің рулі.

Оқу іс-әрекетінің түрлері	Нұсқаушының іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық қызығушылық	алаңның бір жағынан екінші жағына жеңіл әрі бір қарқынмен жүгіруге үйрету, өз жүгірісін басқа балалардың жүгіруімен сәйкестендіру. Кедергілерді аттап өткенде тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту.	Балалар тапсырманы педагогке карап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Саусақ гимнастикасы: «Хайуанаттар бағына серуендеу»	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: жүргізушінің қимылдарын бейнелеуді, «маймылдар» ойын гимнастикасын;

түсінеді: Хайуанаттар бағы жануарлары туралы жұмбақтарды, жануарларға тән қимыл ерекшеліктерін, көлбеу тақтайда екі аяғын ауыстыруды, қолымен рейканы ұстауды;

қолданады: залдың бір жағынан екінші жағына жүгіру тәсілін, аяқтың ұшымен жүре білуді, аласа заттардың үстінен аттап өтуді, тепе-теңдік сақтауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
28.03.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>с.ш.ш.ш.</i>

28.03.2022

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Балауса»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Аңдарға арналған жаттығу (Таза ауада)*

Негізгі қимылдары: Бір орыннан ұзындыққа секіру. Допты қақпаға домалату.

Максаты: секіру және допты қақпаға домалату дағдыларын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: ҚР аумағында мекендейтін жануарлардың суреті бар карточкалар.

Мотивациялық қызығушылық	аяқ пен қолдың қимылын үйлестіруді жетілдіруді жалғастыру. Кедергілер арасынан «жыландай» ирелендеп жүгіруге жаттығу, оң және сол жақтағы кедергілерге соқтықпай өтіп кетуді жетілдіру, допты қақпаға домалату кезінде ептілікті дамыту. Бір орыннан ұзындыққа секіруге үйрету.	Балалар тапсырманы педагогке карап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты онға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын жаттығуы: «Борсық»	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: тыныс алу гимнастикасы, қолға массаж жасауды, релакс (демалу);

түсінеді: жануарлар туралы ойларын, карточкадан оларды таба білуді, қимылдарды тек берілген команда бойынша орындауды, жаттығу жасағанда бір-біріне кедергі келтірмеуді;

қолданады: төрттағанда еңбектеу тәсілдерін, кедергілер арасынан жүгіруді, өзіне таныс қимылдарды жеңіл әрі еркін орындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
29.03.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Селен</i>

29.03.2022 а.

Білім саласы: «Денсаулық»
Ортаңғы топ: «Күншуақ, Қызғалдақ, Балауса»
Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Орман, тоғайға серуенге барамыз*

Негізгі қимылдары: биіктігі 10 см заттың үстінде екі аяқпен секіру.

Бағытты өзгерте отырып жүру және жүгіру.

Биіктігі 20 см, ені 20 см гимнастикалық сәкінің үстімен жүру.

Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау, қимыл үйлесімділігі дағдыларын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: әр балаға екі текше, қазақша оюлармен безендірілген сандық, биіктігі 20 см, ені 20 см гимнастикалық сәкі – 4 дана, ойын ойнауға әр балаға доп.

Мотивациялық қызығушылық	екі аяқпен ептілікпен еденнен итеріліп, кедергіден секіріп өтуге үйрету. Саптағы қатарды бұзбай, бағытты өзгерте отырып жүру мен жүгіруді алмастыруға жаттықтыру. Биіктетілген тіректе жүргенде тепе-теңдікті сақтай білу.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: « Кетті, кетті орамал».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: текшемен жаттығу орындауды, орамалды бір-біріне беруді;

түсінеді: биіктетілген тірек үстімен жүргенде динамикалық тепе-теңдікті қалай сақтауға болатынын, допты саусақтарын айқара ашып алақанымен қағып алуды;

қолданады: педагогтің берген командасымен қозғалыстың бағытын өзгерте білуді, биіктігі 10 см заттың үстінен секіріп өту тәсілдерін.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
30.03.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

30.03.2022

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Ертөстік, Қызғалдақ»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Күлкіден шуақ шашылған*

Негізгі қимылдары: допты еденге лақтырып қағып алу.

Биіктігі 10 см заттың үстінен екі аяқпен секіріп түсу.

Мақсаты: тыныс алу гимнастикасын қолдана отырып, дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын қалыптастыру; майтабан профилактикасы.

Құрал-жабдықтар: бала санына есептелген доп, доп жинауға себет, бала санына есептелген текше, ойын ойнауға жіптердің бумасы.

Мотивациялық қызығушылық	допты төмен қарай тігінен еденге лақтырып, екі қолымен қағып алуды үйрену. Ептілікпен итеріліп және жартылай бүгілген аяғымен кедергілерден секіріп түсе білуді бекіту. Педагогтің түсіндіргенін мұқият тыңдай білуді қалыптастыру, көрсеткендерін бақылай білу.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты онға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын жаттығуы: «Марғаулар – кішкентай балақайлар».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: мәтінге сәйкес тыныс алу жаттығуын, допты еденге тігінен лақтырып, секіріп түскен соң екі қолымен қағып алуды;

түсінеді: педагогтің командасымен заттарды белгіленген орынға жинауды, жіптің бумасын бір-бірінің қолына дәлме-дәл беруді, қоршаған ортаға қамқорлықпен қарауды; қолданады: биіктігі 5 см заттың үстінен секіріп өту тәсілін, сапқа тұруды, зал кеңістігінде бағдарын айқындауды, педагог команда бергенде аяқтың ұшымен және өкшемен жүре білуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
31.03.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Балауса»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: 1, 2, 3, 4, 5, көгалда біз ойнаймыз (таза ауада) Негізгі

қимылдары: 17 метр қашықтыққа жылдам қарқынмен жүгіру.

Жіп үстінде бір аяқтың өкшесін екінші аяқтың бақайына тіреп жүру.

Екі аяқпен 6 жіптің (әрқайсысынан кезекпен) үстінен секіру.

Мақсаты: Көзге арналған «Шегіртке» гимнастикасын, «Жәндіктер» қол массажын қолдана отырып, дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: 2 жіп, 5-6 бұрым, әр балаға 2 сылдырмақ.

Мотивациялық қызығушылық	жылдам қарқынмен жүгіре білуді, кең адымдар жасауды, бір-біріне кедергі келтірмеуді бекіту. Қысқартылған алаң үстінде жүргенде тепе-теңдік сақтай білуді бекіту. Бір мезетте екі аяқпен ептілікпен итеріліп және бақайымен секіріп түсуді бекітуді жалғастыру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты онға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Қолға арналған массаж.	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: ойын гимнастикасын, қолға арналған массажды, көзге арналған гимнастиканы;

түсінеді: көгалдағы жәндіктердің атауын, олардың ерекшеліктерін;

қолданады: қолды бос, еркін ұстап жүру және жүгіру тәсілдерін, секіргенде екі аяқпен бір мезетте итерілуді, жіптің үстімен жүргенде тепе-теңдікті сақтай білуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
01.04.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

Білім саласы: «Денсаулық»

01.04.2022 ж

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Қызғалдақ»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Епті тышқандар*

Негізгі қимылдары: диаметрі 15 см допты жіп арқылы екі қолмен бастан асырып лақтыру.

Биіктігі 10 см заттан екі аяқпен секіру.

Мақсаты: допты арқан арқылы лақтыру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: «Микки-маус» мультфильмі, кірпіш – 3 қатарға 7 данадан, жіп байланған бағандар, бала санына есептелген диаметрі 15 доп, доп жинауға себет, ойын ойнауға із, батпақтың шегарасын белгілеуге таспа.

Мотивациялық қызығушылық	2 м қашықтықта тұрып, жоғары созылған қолдың биіктігімен созылған жіп арқылы допты бір-біріне лақтыруға үйрету. Ептілікпен итеріліп және жартылай бүгілген аяғымен кедергілерден секіріп түсе білуді бекіту.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Қолға массаж жасау: «Тышқан»	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: тапқақтың мәтініне сәйкес тышқандардың қимылын, бір ізбен жүргендегі қимылды;

түсінеді: допты жіп арқылы қалай лақтыру керектігін, кірпіштерден үй соғуды;

қолданады: сапта бір қатармен жүру тәсілін, бір қатарға сапқа тұруды, шашыла жүгіруді, биіктігі 10 см заттың үстінен секіріп түсу тәсілін.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
04.04.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

04.04.2022 n

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Балауса»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Африкадан келген қонақтар

Негізгі қимылдары: гимнастикалық қабырғаға мініп-түсу.

Диаметрі 15 см допты екі қолмен тор арқылы бастан асыра лақтыру.

Мақсаты: гимнастикалық қабырғада өрмелеу дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: баспалдақта тұрған ойыншық маймылдар, тор тартылған бағандар, бала санына есептелген диаметрі 15 см доп, гимнастикалық баспалдақ.

Мотивациялық қызығушылық	гимнастикалық қабырғаға мініп-түсуді, тұтқаларынан дұрыс ұстауға (4 саусақпен жоғарыдан, бас бармағымен төменнен) үйрету. Доптың бағытына дұрыс траектория беруді, допты жоғары-төмен қолды епті соза бағыттауды бекіту.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Қолға гимнастика: «Саусақтар».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: допты бастан асыра лақтырғандағы қалыпты жағдайды, көлбеу тақтадан ұстауды, саусақ гимнастикасындағы қимылдарды;

түсінеді: допты тор арқылы қалай лақтыру керектігін, баспалдаққа қалай шығып, қалай түсу керектігін, жылдам өз орнын табуды;

қолданады: сапта қолмен жаттығу жасап бір қатармен жүру тәсілін, бағытты өзгерте бір қатармен жүгіруді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
18.04.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Самганова</i>

18.04.2022

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Балауса»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Көктем келді күлімдеп (таза ауада)*

Негізгі қимылдары: жұптасып жүру және шашыла жүгіру.

Көлбеу жазықтықтан допты домалату.

Бір-бірінен 15 қашықтықта қойылған кірпіштің үстімен жүру. 3 дөңгелекті велосипед тебу.

Мақсаты: велосипед тебу дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: көлбеу тақтай – 3 дана, биіктігі 10 см кірпіш – 14 дана.

Мотивациялық қызығушылық	допты домалатуға жаттығу, оны бар жігерімен итере білу, көзөлшемді жетілдіру. Жұптасып жүру және шашыла жүгіруге жаттығу, кірпіштің үстімен (қадамын ауыстырып) жүруге жаттығу.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Күн және жаңбыр».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: омыртқаны создыратын баяу қимылдарды, тепе-теңдік жаттығуларын;

түсінеді: бір қарқынмен бірігіп қимылдауды, қимылдарды музыка ырғағына сай

бастап, тоқтатуды, допты төбешіктен қалай домалатуды, жұптасып тұруды,

кірпіштен кірпішке аттағанда тепе-теңдік сақтауды;

қолданады: жұптасып жүру әдістерін, допты саусақтарымен итеруді, залда бағдарын айқындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
19.04.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

19.04.2022 n.

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ,Қызғалдақ,Балауса»

Тарауы:«Денешынықтыру»

Тақырыбы:Көгалға шығамыз, көңілді ойнаймыз

Негізгі қимылдары: жоғарыда ілініп тұрған затқа қолын тигізіп биіктікке секіру.

Ені – 25 см, ұзындығы 2,5 м тіке жолмен жүру және жүгіру.

Мақсаты: жоғары қарай секіріп, затқа қолды тигізу затқа қолын дағдысын бекіту.

Құрал-жабдықтар:жол құрастыру үшін гимнастикалық таяқтар, баланың жоғары көтерген қолымен бір деңгейде қоңырау ілінген баған – 2 дана, ойын ойнауға гүлдің макеттері, балалар санына есептелген көбелек.

Мотивациялы қызығушылық	Бір қатармен жүру, жүгіру, аяқтың ұшымен жүру, қолымен жаттығу жасау – қолын екі жаққа созу, жоғары көтеру. Жақсылап түзелуге, тізелерін бүгуді азайтуға көңіл аудартады.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ.– о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ.– о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ.– аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (4-5рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын жаттығуы: «Гүлді иіскейік»	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: затқа қолын тигізіп биіктікке секіруді, суық тиюдің алдын алуға арналған бетке жасалатын массажды;

түсінеді: жаттығудың орындалу ретін,жолмен қалай жүруді, қалай жүгіруді, өз үйін шапшаң тауып алуды;

қолданады:аяқтың ұшымен жүру тәсілдерін, қолмен жаттығу жасап жүруді, шектелген алаңмен жүру мен жүгіруді, кеңістікте бағдарын айқындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
20.04.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

20.04.2022

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ,Ертөстік,Балауса»

Тарауы:«Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Ойыншыққа толы сандық*

Негізгі қимылдары: 2 метр қашықтықтан тұрып допты бір-біріне домалату.

Жоғарыда ілініп тұрған затқа басын тигізіп, биіктікке секіру.

Мақсаты: допты бір-біріне домалату дағдыларын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: жол құрастыру үшін гимнастикалық таяқтар, баланың жоғары көтерген қолымен бір деңгейде қоңырау ілінген баған – 2 дана, ойын ойнауға диаметрі 50 см шеңбер, шарлар.

Мотивациялық қызығушылық	1,5 метр қашықтықтан тұрып, допты бір-біріне домалатуға үйрету, допты екі қолдың саусақтарымен бір мезетте итере білуді қалыптастыру. Жоғарыда ілініп тұрған затқа басын тигізіп, биіктікке секіруге жаттықтыру, жазықтықтан екі аяқпен бір мезетте ептілікпен итеріле білуді бекіту.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ.– о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ.– о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ.– аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (4-5рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Кетті, кетті орамал».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: қолмен жаттығу жасай жүріп, аяғының ұшымен жүруді, екі қатар болып сапқа тұруды, жоғарыда ілініп тұрған затқа басын тигізіп биіктікке секіруді;

түсінеді: доптың қолданылуын, жұбына допты қалай домалату керектігін, орамалды

тізесінің астынан беруді;

қолданады: ойын гимнастикасында қимылдарды орындау тәсілін, кеңістікте бағдарын айқындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
21.04.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

21.04.2022 ж.

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Балауса»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Біз саяхаттауды ұнатамыз

Негізгі қимылдары: жылдам қарқынмен 20 метр қашықтыққа жүгіру.

Көлбеу тақтай үстінде жүру және жүгіру.

Сәкіден аттап өту және сәкінің астымен өту. Велосипед тебу

Мақсаты: жылдам қарқында жүгіру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: гимнастикалық сәкі – 2 дана, паровоз ойыншығы, көлбеу тақтай – 2 дана, үш түсті орамал, массажға арналған иілгіш сақина.

Мотивациялық қызығушылық	жылдам қарқынмен жүгіруді жалғастыру, кең адымдар жасап, бір-біріне кедергі келтірмеу. Нық тепе-теңдікті сақтап көлбеу тақтаймен жүруге жаттығу. Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын бекіту. Педагогтің нұсқауын орындай білуді, өз іс-әрекетін басқа балалардың әрекетімен сәйкестендіре білуді қалыптастыру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын жаттығуы: «Өз түсінді тап».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: жылдам қарқынмен жүгіруді, көлбеу тақтаймен жүруді, иілгіш сақинамен массаж жасауды;

түсінеді: көлік түрлерін, жаттығуды бірінен соң бірін орындауды, жаттығуды бәрі бірдей орындауды, өз қимылдарын басқа балалардың қимылымен сәйкестендіруді;

қолданады: еңбектеу және қайта кері еңбектеу тәсілдерін, нық тепе-теңдікті сақтауды, педагогтің нұсқауын орындауды, үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын;

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
22.04.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

22.04.2022

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Ертөстік,Қызғалдақ»

Бөлімі:«Денешынықтыру» **Тақырыбы:**

Көңілді торғайлар

Негізгі қимылдары: кедергілердің арасынан «жыланша» ирелендеп жүріп өту.

15 см биіктіктен тереңдікке секіру.

Мақсаты: тереңдікке секіру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: гимнастикалық сәкілер, торғайдың, мысықтың бейнесі бар бетперделер, талдарды бейнелейтін бағандар.

Мотивациялық қызығушылық	балаларды аласа заттардың үстінен аяқтарын жартылай бүгіп, секіріп түсуге үйрету. Кедергілерден «жыланша» ирелендеп жүріп өту кезінде, оң және сол жақтағы кедергілерді айналып өтуге жаттығу. Шеңберді айнала тұру, өз қатарын сақтай отырып шеңберді бойлап жүруді жетілдіре түсу.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (4-5рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Торғайлар мен мысық».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: жалпы дамыту жаттығуларын, бағандар арасынан «жылан» болып жүруді, шеңбер бойымен тұруды, шашыла жүгіруді;

түсінеді: қимылдарды педагогтің айтқан сөздеріне сәйкес орындауды, ойын ережесін сақтауды, қасындағы досын итермеуді, ұстап алушыдан жалтарып қашуды, ойын әрекеттерін орындауды;

қолданады: сәкіден секіріп түсу тәсілдерін, шеңбер бойымен жүре білу, кеңістікте бағдарын айқындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
25.04.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>ашау</i>

25.04.2022

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Балауса»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Кәнеки, аңдар, бізге құлақ салыңдар!*

Негізгі қимылдары: қолдарын белінде ұстап, биіктігі 10 см кедергіден аттап өту арқылы тепе-теңдікті сақтай отырып, жолды жүріп өту. Сәкі үстінде төрттағандап еңбектеу. Бір құрсаудан екінші құрсауға секіру.

Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: 4-5 конусты жол (ені – 25 см, ұзындығы – 2 метр) – 2 дана, 2 сәкі, 4-5 құрсау, биіктігі 10 см текше, қасқыр бейнеленген бетперде.

Мотивациялық қызығушылық	шектелген алаң үстінен жүріп өткенде нық тепе-теңдік пен дене бітімін тік сақтай білуге үйрету. Алақан мен тізені тіреп, сәкі үстінен еңбектеу әдісін бекіту, алға қарай секіруді қайталау. Жүгіргенде және жаяу жүргенде қол мен аяқтың қимылқозғалысының үйлесімділігін жаттықтыру, ырғақпен жүруді, жүгіруді жетілдіруді жалғастыру. Түзу дене бітімін қалыптастыру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ нық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (4-5рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Қояндар мен қасқыр».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: «Қысқа дайынсың ба?» ЖДЖ, «Кірпі» ойын жаттығуы, соқпақпен тапсырмаларды орындап жүру, ойындағы әрекеттер;

түсінеді: шеңбер бойымен тұруды, жүргенде және жүгіргенде қол мен аяқ

қимылдарын үйлестіре білуді, бір қарқынмен жүру және жүгіру, бір құраудан

екіншісіне секіру, жаттығуларды педагогтің айтқан сөздеріне сәйкес орындау;

қолданады: тепе-теңдікті сақтау тәсілін, алақаны мен тізесін тіреп, сәкі үстінде

еңбектеуді, шеңберден-шеңберге секіру тәсілдерін, залда бағдарын айқындай білуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
25.04.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>ашау</i>

25.04.2022

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Балауса»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Кәнеки, аңдар, бізге құлақ салыңдар!*

Негізгі қимылдары: қолдарын белінде ұстап, биіктігі 10 см кедергіден аттап өту арқылы тепе-теңдікті сақтай отырып, жолды жүріп өту. Сәкі үстінде төрттағандап еңбектеу. Бір құрсаудан екінші құрсауға секіру.

Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: 4-5 конусты жол (ені – 25 см, ұзындығы – 2 метр) – 2 дана, 2 сәкі, 4-5 құрсау, биіктігі 10 см текше, қасқыр бейнеленген бетперде.

Мотивациялық қызығушылық	шектелген алаң үстінен жүріп өткенде нық тепе-теңдік пен дене бітімін тік сақтай білуге үйрету. Алақан мен тізені тіреп, сәкі үстінен еңбектеу әдісін бекіту, алға қарай секіруді қайталау. Жүгіргенде және жаяу жүргенде қол мен аяқтың қимылқозғалысының үйлесімділігін жаттықтыру, ырғақпен жүруді, жүгіруді жетілдіруді жалғастыру. Түзу дене бітімін қалыптастыру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (4-5рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Қояндар мен қасқыр».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: «Қысқа дайынсың ба?» ЖДЖ, «Кірпі» ойын жаттығуы, соқпақпен тапсырмаларды орындап жүру, ойындағы әрекеттер;

түсінеді: шеңбер бойымен тұруды, жүргенде және жүгіргенде қол мен аяқ қимылдарын үйлестіре білуді, бір қарқынмен жүру және жүгіру, бір құраудан екіншісіне секіру, жаттығуларды педагогтің айтқан сөздеріне сәйкес орындау;

қолданады: тепе-теңдікті сақтау тәсілін, алақаны мен тізесін тіреп, сәкі үстінде еңбектеуді, шеңберден-шеңберге секіру тәсілдерін, залда бағдарын айқындай білуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
26.04.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Самганова</i> 26.04.2022 ж

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Қызғалдақ, Балауса»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Күн нұры*

Негізгі қимылы: бағытты өзгерте отырып жүру және жүгіру.

Көлбеу тақтайшада жоғары және төмен жүру. Допты тор арқылы бастан аса лақтыру.

Мақсаты: көлбеу тақтаймен жүру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: көлбеу тақтайша, волейбол торы, екі баған, әр балаға сары таспа мен шеңбер.

Мотивациялық қызығушылық	көлбеу тақтайшада жоғары және төмен қарай жүруге үйрету, тепетендікті сақтау, ептілік пен батылдықты дамытуға ықпал ету. Тор арқылы доп лақтыруға жаттығу, допты қолды шұғыл қимылдата түзеп жоғарыға, алға қарай лақтыра білуді үйрену. Бағытты өзгерте отырып жүруге, жүгіруге жаттығуды жалғастыру, берілген белгіні қимыл-қозғалысты орындау кезінде басында немесе соңында қабылдай білуді бекіту.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ.: түрегеп тұрады, таспаның бір ұшын қолымен ұстап тұрады. Таспаны алға және артқа сермейді. Бірнеше рет қайталағаннан кейін, (4–6) таспаны екінші қолға ауыстырып жаттығуды қайталайды. Б.қ.: аяқтарын бірге қосып отырады, таспаның екі ұшынан екі қолымен ұстайды. Алға қарай еңкейеді. Таспаны аяқтарының ұшына қояды, түзеледі, қолды жоғары көтеріп оған қарайды. Тәрбиешінің нұсқауымен алға қарай еңкейеді, таспаны алады. (3–4 рет) – Б.қ.: шалқасынан жатады, таспаны алға қарай созылған қолдарымен кеуде тұсында ұстайды.	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Ұядағы құстар».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: таспамен жасалатын ЖДЖ, көлбеу тақтайша үстімен жоғары-төмен жүруді;

түсінеді: жүргенде, жүгіргенде өз қимыл-әрекеттерін педагогтің берген командасымен, басқа балалардың іс-әрекетімен сәйкестендіру, қозғалыс ойындарының ережелерін;

қолданады: шеңбер бойына тұру тәсілдерін, допты жоғарыға және алға қарай тордан лақтыру, кеңістікте бағдарын айқындау.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
27.04.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>сәтсіз</i> - <i>24.04.2022 ж.</i>

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Ертөстік, Қызғалдақ»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Қонжықтай күшті бола біл!*

Негізгі қимылдары: ирек жолмен жүру (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр).

Биіктігі 40 см доға астынан еңбектеп өту.

Мақсаты: ирек жолмен жүру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: ойыншық қонжық, әр балаға 2 текше, жарты топ санына есептелген доп, биіктігі 40 см доға – 6 дана, ирек жолды құрастыруға арналған таспалар, қақпа жасауға модульдер.

Мотивациялық қызығушылық	Бір қатармен сапта жүру, бір қатармен жүгіру. Ойын-жаттығуы: «Музыкалы жұмбақтар» – ормандағы қонжықтың достарының қимылдарын көрсету. Музыка мен қимылдың үйлесімділігіне назар аударады.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ йық денгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын жаттығуы: «Қонжықтай еңбектеп өт» – рет-ретімен үш доғаның астынан еңбектеп өту, қатардағы өз орнына келіп тұру.	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: текшелермен жаттығуды, жыртқыш аңдар – аю, қоян, қасқыр, түлкіге тән ерекше қимылдарды, өзіне массаж жасауды;

түсінеді: орман жануарларының қимылдарын жасауды және оны музыка ырғағымен сәйкестендіруді, бірінің соңынан бірі еңбектеуді, бір-біріне кедергі келтірмеуді;

қолданады: топқа бөліне білуді, шектелген алаңмен жүргенде тепе-теңдікті сақтауды, допты қақпа арқылы бір-біріне домалату тәсілін.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
28.04.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>С.О. Шамганова</i> 28.04.2022ж.

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Балауса»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: **Сылдырмақты балақан**

Негізгі қимылдары: орнында тұрып ұзындыққа секіру (арақашықтығы – 40 см).

Тізені жоғары көтеріп жүру.

Түрлі бағытта жүгіру.

Мақсаты: «Әуе шары» тыныс алу гимнастикасын қолдану арқылы балалардың дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылығын қалыптастыру және қызығушылығын дамыту.

Құрал-жабдықтар: қуыршақ театрынан алынған «Күлдіргіш» қуыршағы, сылдырмақтарға арналған қорапша, әр балаға екі сылдырмақ, өзеннің моделін жасауға ені 40 см мата, ені 25 см, ұзындығы 2 м гимнастикалық тақтайшалар – 3 дана, ойнауға арналған таспа байланған бағандар.

Мотивациялық қызығушылық	«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.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Тыныс алу гимнастикасы: «Шар».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: сылдырмақтармен жаттығу жасап бір қатармен сапта жүруді, сылдырмақтармен жаттығу жасауды, орнында тұрып ұзындыққа секіруді, тыныс алу гимнастикасын;

түсінеді: Күлдіргішнің қуыршақ театрынан келгенін, сылдырмақтың қолданылуын, сылдырмақты қорапқа жинауды, алақаны мен табанын тіреп шектеулі алаңмен еңбектегенде тепе-теңдікті сақтауды;

қолданады: тізені жоғары көтеріп жүру тәсілдерін, сылдырмақтарды қолда ұстап жүру әдістерін, әртүрлі бағытта жүгіруді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
29.04.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Ертөстік,Қызғалдақ»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Ойын ойнауды ұнатамыз*

Негізгі қимылдары: 1 метр қашықтықта тұрып педагогтің лақтырған добын қағып алу және лақтыру.

Орнында тұрып ұзындыққа секіру (35 см).

Мақсаты: аяқ пен дененің бұлшық ет-сіңір аппаратын нығайту.

Құрал-жабдықтар: әр балаға 2 текшеден, өзеннің моделін құрастыруға ені 35 см мата, ойын ойнауға шеңберлер.

Мотивациялық қызығушылық	педагогке доп лақтыру және оны қағып алуға үйрену, саусақтарын айқара ашып тұрып алақанымен допты қағып ала білуді қалыптастыру. Орнында тұрып ұзындыққа секіруге (40 см) жаттықтыру, қолдың қимылын аяқпен ептілікпен секірумен үйлестіре отырып, жартылай бүгілген аяқпен түсе білуді бекітуді жалғастыру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (4-5рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Бос орын». Міндеті: зейінін арттыру, музыкамен жүгіруге жаттығу.	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: ойын жаттығуды, залдың бір шетінен екінші шетіне саппен жүруді, 1 метр қашықтықта тұрған педагогке допты лақтыру, допты қағып алуды;

түсінеді: шеңбер қалай құрылатынын, допты айқара ашылған саусақтарымен ұстауды, «Менің бетім» ойын жаттығуындағы дене мүшелерін көрсетуді;

қолданады: әртүрлі бағытта жеңіл әрі бір қарқында жүгіре білуді, орнында тұрып 35 см қашықтыққа ұзындыққа секіруді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
03.05.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

03.05.2022

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Қызғалдақ, Балауса»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Үлкен болып өсеміз.

Негізгі қимылдары: шеңбер құрып тұру.

Музыкалық-ырғақты қозғалыстар (музыка ырғағымен маршпен жүру).

Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тактайдан еңбектеп түсу.

Мақсаты: көлбеу тактаймен еңбектеу дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: әр балаға жалауша салынған 2 қорап, көлбеу тактай – 3 дана, модульдер (тігінен қойылатын нысана) – 3 дана, лақтыруға арналған пластмасса шариктер – балалар санына есептеледі, шариктерді жинауға арналған себет.

Мотивациялық қызығушылық	шеңбер құрып тұруға үйренуді жалғастыру, сапқа тұру кезінде өз орнын шапшаң таба білу. Музыканың әр бөлімінің басын және соңын көрсете отырып, бір қарқында қозғалып, музыкамен марш жасап жүре білуді бекіту. Көлбеу тактайда еңбектеуге жаттығу, қол мен аяқ қимылдарының үйлесімділігін жетілдіру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Нысанаға дөп тигіз».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: музыкалы-ырғақты қимылдарды орындауды музыка ырғағымен марш орындау, көлбеу тактайда еңбектеуді, тігінен қойылған нысанаға шарик лақтырып тигізуді;

түсінеді: марш кезінде тізеден бүгілген аяғын жоғары көтеру, қимылды үш баладан орындайды, қимылды мәтінге сәйкес орындауды.

қолданады: шеңбер бойымен тұру тәсілдерін, алақаны мен тізесін тіреп еңбектеуді, сапқа тұрғанда өз орнын таба білуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
04.05.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Күншуақ, Қызғалдақ»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Бір, екі, үш, бізбен бірге қайтала! (таза ауада) Негізгі қимылдары: шанамен сырғанау.

Допты бірде оң қолмен, бірде сол қолмен кезек-кезек лақтыру.

Мақсаты: спорттық жаттығуларды қолдана отырып, дене жаттығуларына қызығушылықтарын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: Доптар.

Мотивациялық қызығушылық	шеңбер бойымен жүру және жүгіре білуді бекіту. Бірде оң қолмен, бірде сол қолмен кезек-кезек лақтыру, ептілікті, қозғалыс үйлесімдігін дамыту. Педагогтің нұсқауын орындай білуді жетілдіру, қозғалыс кезінде тіке бағытты сақтай білу. «Көз-қол» сенсомоторлық, кеңістіктік үйлесімділікті жетілдіре түсу.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (4-5рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Шеңберге шапшаң тұр».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: музыка ырғағымен шашыла жүруді, жүгіруді, білекке арналған жаттығуларды;

түсінеді: ойын ережесін, жаттығуларды тапқақ мәтініне сай орындауды;

қолданады: шеңбер бойымен және шашыла жүру тәсілдерін, бірде оң қолмен, бірде сол қолмен кезек-кезек лақтыруды, шананы сүйретіп, төбеге шығу білігі; стөбеден түсу ережесін; қимылдарды педагогтің берген белгісімен орындауды

Апта күні	Дене шынықтыру ұстаушысы	Әдіскер
05.05.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

05.05.2022ж

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Балауса»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Балақайға тосынсый*

Негізгі қимылдары: бағытын өзгерте отырып жүгіру.

20 см биіктіктен тереңдікке секіру.

Көлбеу қойылған баспалдақтан өту.

Мақсаты: «Тырнауық мысық», «Әтеш», «Кірпі», «Түлкі иіс сезгіш» тыныс алудауыс жаттығуларын қолдана отырып, дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: гимнастикалық сәкі (биіктігі – 20 см, ені – 20 см) – 2 дана, көлбеу баспалдақ, әр балаға ойын ойнауға ұсақ ойыншықтар.

Мотивациялық қызығушылық	саптан шығып кетпей, бағытты өзгерте отырып жүгіруді үйрету. Сәкіден секіріп түскенде тепе-теңдікті сақтап, басты және денені тік ұстап, алға қарай білуді бекіту. Көлбеу қойылған баспалдақтан өтуге жаттығу, үйлесімдікке, батылдыққа баулу. Сапқа тұрғанда өз орнын таба білуді қалыптастыру, күшін, шапшаңдығын, кеңістікте бағдарын айқындауды жетілдіру.	Балалар тапсырманы педагогке карап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (4-5рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: <i>«Ойыншықты әкеп берші».</i>	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: бағытты өзгертіп жүгіруді, тыныс алу-дыбыстау жаттығуларын, 20 см биіктіктен тереңдікке секіруді;

түсінеді: аяқтың ұшымен жүруді, тереңдікке секіргенде жігерлене итерілуді, жолмен жүргенде бағытты және тепе-теңдікті сақтауды;

қолданады: аяқтың ұшымен жүре білуін, жаттығуларды педагогтің көмегімен топқа бөлініп орындауды, көлбеу баспалдаққа мініп-түсудің тәсілдерін.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
06.05.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Қызғалдақ»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Біздің қонағымыз – Қарлығаш есімді қуыршақ (таза ауада)

Негізгі қимылдары: төбешіктен шанамен сырғанау. Мұзды жолдармен сырғанау.

Мақсаты: Қысқы ойындарға қызығушылықтарын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: бір балаға 2 текшеден, көлбеу тақтай, ойнауға шеңберлер.

Мотивациялық қызығушылық	Балаларды педагогтің тапсырмасын орындай отырып, сапта бір-бірлеп жүре білуге жаттықтыру. Мұзды жолдармен сырғанау алу дағдыларын бекіту. Тіректің қысқартылған ауданымен жүргенде тепе-теңдікті сақтай білуді жетілдіру. Қимыл-қозғалысты рет-ретімен, педагогтің нұсқауларын дұрыс орындай білуді қалыптастыру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.к. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.к. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.к. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.к. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.к аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Педагог қорытындылайды, балаларды мадақтайды. – Қуыршақ Қарлығашқа сендердің спорттық жаттығуларды орындағандарың қатты ұнады.	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: шанамен сырғанау, жолмен сырғанау;

түсінеді: төбешіктен қауіпсіз түсу үшін шанаға дұрыс отыру; мұзды жолмен сырғанау ережесі;

қолданады: төбешіктен шанамен сырғанау дағдыларын, ойын кезінде алаңда бағдарын айқындап алуды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
11.05.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>сшм</i>

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Күншуақ, Қызғалдақ»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Теңіз жағасында*

Негізгі қимылдары: бір-бірінен 15 см қашықтықта орналасқан кірпіштің үстімен жүру (тепе-теңдік сақтауға арналған жаттығу). Гимнастикалық сәкіден өтіп төрттағандап еңбектеу.

Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау дағдысын қалыптастыру, дене мен аяқ-қол бұлшық еттерін нығайту.

Құрал-жабдықтар: ұлудың қабығы (ракушки), кірпіш – 18 дана, гимнастикалық сәкі – 2 дана.

Мотивациялық қызығушылық	тепе-теңдікті сақтай отырып, бір кірпіштен екіншісіне аттап өтуге үйрету. Қозғалыс үйлесімділігін жетілдіру. Кедергілердің үстінен өте білуді бекіту, кол мен аяқ қимылдарын үйлестіру, ептілікті жетілдіру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Көлбақалар».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже

қайталайды: «жыланша» жүруді, бір-бірінен 15 см қашықтықта қойылған кірпіш үстімен жүруді, релакс жасауды – «Теңіз шуын тыңдаймыз»

түсінеді: саяхат жасау жолдарын – ұшақпен, автокөлікпен, педагогтің берген командасымен бағыт пен қарқынды өзгертуді, тақпақ мәтініне сай ойын әрекеттерін орындауды;

қолданады: педагогтің соңынан қарқын мен бағытты өзгертіп бір қатармен жүру тәсілін, кірпіш үстімен жүргенде тепе-теңдік сақтауды, алақаны мен тізесін тіреп төрттағандап еңбектеуді, кедергіден өтуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
12.05.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>сильсиль</i>

12.05.2022м

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Балауса»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Балапандар*

Негізгі қимылдары: жылдам қарқынмен тіке бағытта 10 м қашықтыққа жүгіру.

25 см биіктіктегі баспалдақтың тақтайшаларынан аттап өту.

Мақсаты: Түрлі түсті шарларды үрлейміз» тыныс алу гимнастикасын; «Тауық пен балапандар» аяқ массажын қолдана отырып, дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: «Құстар ауласы» слайдтары, тасымалданатын баспалдақ – 2 дана, биіктігі 25 см – 4 дана.

Мотивациялық қызығушылық	жылдам қарқынмен жүгіруге, алшақ қадамдар жасауға, бір-біріне кедергі жасамауға үйрету. Аттап жүру кезінде тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту. Баспалдақтың тақтайшаларынан бір қарқында аттап өтуді, тізелерін жоғары көтеріп және ептілікпен аяқтарын түсіргенде бақайының ұшымен түсуді бекіту.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (4-5рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Балапандар».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: сылдырмақтармен жаттығу орындауды, жүгіріп келген соң тыныс алуды қалпына келтіруді, аяққа массаж жасауды;

түсінеді: жүру мен жүгіруді музыка ырғағымен сәйкестендіру керектігін, қимылдарды орындау ретін, кедергіден аттап жүргенде тепе-теңдікті қалай сақтауға болатынын;

қолданады: зал ішінде шашыла жүру мен жүгірудің тәсілін, шеңбер бойымен тұруды, кедергілерден аттап өту әдісін, ойында балапан қимылын бейнелеуді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
13.05.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Қызғалдақ»

Бөлімі: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Көбірек күле біл*

Негізгі қимылдары: бір аяқтан екіншісіне секіру.

10 метр қашықтыққа жылдам қарқынмен жүгіру.

Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекіткен көлбеу тақтайдан сырғанап түсу.

Мақсаты: аяқтан аяққа секіру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: көңіл күй пиктограммасы, бала санына есептелген сылдырмақтар, баспалдақ – 2 дана, көлбеу тақтай – 2 дана.

Мотивациялық қызығушылық	бір аяқтан екіншісіне секіруге үйрету, бір аяқпен ептілікпен итеріліп, екіншісімен түсу. Жылдам қарқынмен жүгіруді бекіту, қолдың белсенді қимылын, аяқтың басқан қадамымен үйлестіру, шеңберді тарылтпау. Көлбеу тақтайдан сырғанап түсуге жаттығу, қозғалыс үйлесімділігін жетілдіру. Талдау жүйесінің үйлесімділігін, ептілікті дамыту.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (4-5рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: <i>Айгөлек-ау, Айгөлек, кел, билейік дөңгелеп</i>	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: сылдырмақтармен жаттығу орындауды, бір аяқтан екінші аяққа секіру жаттығуын орындап болған соң тыныс алу жаттығуларын;

түсінеді: жүтірген кезде шынтақты бүгіп, қолмен белсенді жұмыс істеу керектігін, педагогтің командасын орындауды;

қолданады: тепе-теңдікті сақтау тәсілдерін, шеңбер бойымен тұруды, көлбеу тақтайдан сырғанауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
16.05.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i> 16.05.2022ж

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Балауса»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Епті тышқандар*

Негізгі қимылдары: диаметрі 15 см допты жіп арқылы екі қолмен бастан асырып лақтыру.

Биіктігі 10 см заттан екі аяқпен секіру.

Мақсаты: допты арқан арқылы лақтыру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: «Микки-маус» мультфильмі, кірпіш – 3 қатарға 7 данадан, жіп байланған бағандар, бала санына есептелген диаметрі 15 доп, доп жинауға себет, ойын ойнауға із, батпақтың шегарасын белгілеуге таспа.

Мотивациялық қызығушылық	2 м қашықтықта тұрып, жоғары созылған қолдың биіктігімен созылған жіп арқылы допты бір-біріне лақтыруға үйрету. Ептілікпен итеріліп және жартылай бүгілген аяғымен кедергілерден секіріп түсе білуді бекіту.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды
Рефлексиялық түзетушілік.	, Ойын жаттығуы: «Тышқандар».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: тапқының мәтініне сәйкес тышқандардың қимылын, бір ізбен жүргендегі қимылды;

түсінеді: допты жіп арқылы қалай лақтыру керектігін, кірпіштерден үй соғуды;

қолданады: сапта бір қатармен жүру тәсілін, бір қатарға сапқа тұруды, шашыла

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
17.05.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О

Шамганова
17.05.2022

Білім саласы: «Денсаулық»

Орталық топ: «Ертөстік, Күншуақ, Балауса»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: Африкадан келген қонақтар

Негізгі қимылдары: гимнастикалық қабырғаға мініп-түсу.

Диаметрі 15 см допты екі қолмен тор арқылы бастан асыра лақтыру.

Мақсаты: гимнастикалық қабырғада өрмелеу дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: баспалдақта тұрған ойыншық маймылдар, тор тартылған бағандар, бала санына есептелген диаметрі 15 см доп, гимнастикалық баспалдақ.

Мотивациялық қызығушылық	гимнастикалық қабырғаға мініп-түсуді, тұтқаларынан дұрыс ұстауға (4 саусақпен жоғарыдан, бас бармағымен төменнен) үйрету. Доптың бағытына дұрыс траектория беруді, допты жоғары-төмен қолды епті соза бағыттауды бекіту.	Балалар тапсырманы педагогке карап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Орнынды тап!».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: допты бастан асыра лақтырғандағы қалыпты жағдайды, көлбеу

тақтайдан ұстауды, саусақ гимнастикасындағы қимылдарды;

түсінеді: допты тор арқылы қалай лақтыру керектігін, баспалдаққа қалай шығып, қалай түсу керектігін, жылдам өз орнын табуды;

қолданады: сапта қолмен жаттығу жасап бір қатармен жүру тәсілін, бағытты өзгерте бір қатармен жүгіруді.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
18.05.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i>

18.05.2022 ж

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Күншуақ, Қызғалдақ»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Көктем келді күлімдеп (таза ауада)* Негізгі

қимылдары: жұптасып жүру және шашыла жүгіру.

Көлбеу жазықтықтан допты домалату.

Бір-бірінен 15 қашықтықта қойылған кірпіштің үстімен жүру. 3 дөңгелекті велосипед тебу.

Мақсаты: велосипед тебу дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: көлбеу тақтай – 3 дана, биіктігі 10 см кірпіш – 14 дана.

Мотивациялық қызығушылық	допты домалатуға жаттығу, оны бар жігерімен итере білу, көзөлшемді жетілдіру. Жұптасып жүру және шашыла жүгіруге жаттығу, кірпіштің үстімен (қадамын ауыстырып) жүруге жаттығу.	Балалар тапсырманы педагогке карап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ йық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (4-5рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Саусақ гимнастикасы: «Жаңбыр».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: омыртқаны создыратын баяу қимылдарды, тепе-теңдік жаттығуларын;
түсінеді: бір қарқынмен бірігіп қимылдауды, қимылдарды музыка ырғағына сай бастап, тоқтатуды, допты төбешіктен қалай домалатуды, жұптасып тұруды, кірпіштенкірпішке аттағанда тепе-теңдік сақтауды;
қолданады: жұптасып жүру әдістерін, допты саусақтарымен итеруді, залда бағдарын айқындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
19.05.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Самганова</i> 19.05.2022

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Балауса»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Көгалға шығамыз, көңілді ойнаймыз*

Негізгі қимылдары: жоғарыда ілініп тұрған затқа қолын тигізіп биіктікке секіру.

Ені – 25 см, ұзындығы 2,5 м тіке жолмен жүру және жүгіру.

Мақсаты: жоғары қарай секіріп, затқа қолды тигізу затқа қолын дағдысын бекіту.

Құрал-жабдықтар: жол құрастыру үшін гимнастикалық таяқтар, баланың жоғары көтерген қолымен бір деңгейде қоңырау ілінген баған – 2 дана, ойын ойнауға гүлдің макеттері, балалар санына есептелген көбелек.

Мотивациялық қызығушылық	жоғарыда тұрған затқа қолын тигізіп, биіктікке секіруге үйрету, еденнен ептілікпен аяқпен итеріле, биігірек секіруді жетілдіру. Ені – 25 см, ұзындығы 2,5 м тіке жолмен жүруге және жүгіруге жаттығу, шектеулі алаң үстінде жүргенде және жүргенде тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту. Ептілікті, зейінін дамыту. Баланың талдау жүйесінің қозғау жүйелерімен бірлесуін дамытуға, өкпе сыйымдылығын ұлғайтуға ықпал ету.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын жаттығуы: : «Гүлді ніскейік».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: затқа қолын тигізіп биіктікке секіруді, суық тиюдің алдын алуға арналған бетке жасалатын массажды;

түсінеді: жаттығудың орындалу ретін, жолмен қалай жүруді, қалай жүгіруді, өз үйін шапшаң тауып алуды;

қолданады: аяқтың ұшымен жүру тәсілдерін, қолмен жаттығу жасап жүруді, шектелген алаңмен жүру мен жүгіруді, кеңістікте бағдарын айқындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
20.05.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>сменің</i> 20.05.2022ж

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Қызғалдақ»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Ойыншыққа толы сандық*

Негізгі қимылдары: 2 метр қашықтықтан тұрып допты бір-біріне домалату.

Жоғарыда ілініп тұрған затқа басын тигізіп, биіктікке секіру.

Мақсаты: допты бір-біріне домалату дағдыларын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: жол құрастыру үшін гимнастикалық таяктар, баланың жоғары көтерген қолымен бір деңгейде қоңырау ілінген баған – 2 дана, ойын ойнауға диаметрі 50 см шеңбер, шарлар.

Мотивациялық қызығушылық	1,5 метр қашықтықтан тұрып, допты бір-біріне домалатуға үйрету, допты екі қолдың саусақтарымен бір мезетте итере білуді қалыптастыру. Жоғарыда ілініп тұрған затқа басын тигізіп, биіктікке секіруге жаттықтыру, жазықтықтан екі аяқпен бір мезетте ептілікпен итеріле білуді бекіту. Қозғалыс үйлесімділігін, ептілікті, көзөлшемін жетілдіру, қазақ халқының тұрмыстіршілігі мен ойындарымен таныстыру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Кетті, кетті орамал».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: қолмен жаттығу жасай жүріп, аяғының ұшымен жүруді, екі қатар болып сапқа тұруды, жоғарыда ілініп тұрған затқа басын тигізіп биіктікке секіруді;

түсінеді: доптың қолданылуын, жұбына допты қалай домалату керектігін, орамалды тізесінің астынан беруді;

қолданады: ойын гимнастикасында қимылдарды орындау тәсілін, кеңістікте бағдарын айқындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
23.05.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>ашау</i> 23.05.2022

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: Ертөстік, Балауса»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Біз саяхаттауды ұнатамыз*

Негізгі қимылдары: жылдам қарқынмен 20 метр қашықтыққа жүгіру.

Көлбеу тактай үстінде жүру және жүгіру.

Сәкіден аттап өту және сәкінің астымен өту. Велосипед тебу

Мақсаты: жылдам қарқында жүгіру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: гимнастикалық сәкі – 2 дана, паровоз ойыншығы, көлбеу тактай – 2 дана, үш түсті орамал, массажға арналған иілгіш сақина.

Мотивациялық қызығушылық	1,5 метр қашықтықтан тұрып, допты бір-біріне домалатуға үйрету, допты екі қолдың саусақтарымен бір мезетте итере білуді қалыптастыру. Жоғарыда ілініп тұрған затқа басын тигізіп, биіктікке секіруге жаттықтыру, жазықтықтан екі аяқпен бір мезетте ептілікпен итеріле білуді бекіту. Қозғалыс үйлесімділігін, ептілікті, көзөлшемін жетілдіру, қазақ халқының тұрмыстіршілігі мен ойындарымен таныстыру.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол бөде мойнымызды алға 2 рет артқа 2рет айналдырамыз (4-5рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесін талдайды. Балаларды мадақтап – шариктерді қолдарына ұстайды.	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: қолмен жаттығу жасай жүріп, аяғының ұшымен жүруді, екі қатар болып сапқа тұруды, жоғарыда ілініп тұрған затқа басын тигізіп биіктікке секіруді;

түсінеді: доптың қолданылуын, жұбына допты қалай домалату керектігін, орамалды тізесінің астынан беруді;

қолданады: ойын гимнастикасында қимылдарды орындау тәсілін, кеңістікте бағдарын айқындауды.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
24.05.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Шамганова</i> 24.05.2022m

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Күншуақ, Қызғалдақ, Балауса»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Сәуле әженің сыйлықтары*

Негізгі қимылдары: биіктігі 10 см заттың үстінен екі аяқпен секіру.

Бағытты өзгерте отырып жүру және жүгіру.

Биіктігі – 30 см, ені 20 см гимнастикалық сәкінің үстімен жүру.

Мақсаты: заттан секіру дағдысын қалыптастыру.

Құрал-жабдықтар: әр балаға биіктігі 10 см текше, қазақша оюмен өрнектелген сандық, гимнастикалық сәкі (биіктігі 30 см, ені 20 см) – 4 дана, ойын ойнауға баласына есептелген доп.

Мотивациялық қызығушылық	еденнен екі аяқпен ептілікпен итеріліп, кедергіден секіріп өтуді үйрету. Саптың қатарын бұзбай бағытты өзгерте отырып, жүру мен жүгіруді алмастыруға жаттықтыру. Биіктетілген тірек үстінде тепе-теңдікті сақтай білу. Балалардың қимыл-қозғалысын әртүрлі ойындармен толықтыру. Төзімділікті, қозғалыс үйлесімділігін, зейінін жетілдіру. Достық қарым-қатынас, ұжымдық қатынасқа, бірлесіп ойнауға тәрбиелеу.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Ойын: «Ең епті».	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: текшелермен жаттығуды орындауды, қазақша ойында орамалды бір-біріне беруді;

түсінеді: биіктетілген тірек үстімен жүргенде динамикалық тепе-теңдікті қалай сақтауды, допты саусақтары ашылған алақанын тосып қағып алуды;

қолданады: педагогтің берген командасымен қозғалыстың бағытын өзгерте білуді, кеңістікте бағдарын айқындау әдістерін, биіктігі 10 см заттың үстінен секіріп өту тәсілдерін.

Апта күні	Дене шынықтыру нұсқаушысы	Әдіскер
25.05.2022	Жолдасова.З.Е	Шамганова.С.О <i>Самган</i> <i>25.05.2022</i>

Білім саласы: «Денсаулық»

Ортаңғы топ: «Ертөстік, Күншуақ, Қызғалдақ»

Тарауы: «Денешынықтыру»

Тақырыбы: *Денсаулық еліне пойызбен саяхаттаймыз (таза ауада)*

Негізгі қимылдары: оң және сол қолдарымен қашықтыққа лақтыру.

Еденде жатқан шеңберге секіруге жаттықтыру, екі аяқпен бір мезетте итеріліп, бақайының басымен секіріп түсе білуді бекіту.

Мақсаты: алысқа лақтыру және құрсауға секіру дағдыларын бекіту.

Құрал-жабдықтар: бала санына есептелген диаметрі 6 см доп, жіп – 4 дана, шеңбер – 6 дана.

Мотивациялық қызығушылық	бір-бірлеп бір қатармен сапта жүруге және жүгіруге, допты қашықтыққа лақтыруға жаттықтыру. Еденде жатқан шеңберге секіруге жаттықтыру, екі аяқпен бір мезетте итеріліп, бақайының басымен секіріп түсе білуді бекіту. Дене бітімін тік ұстап, тепе-теңдікті сақтап еркін жүру және жүгіре білуді жетілдіру: Ептілікті, төзімділікті, қозғалыс үйлесімділігін дамыту, Денешынықтыру сабағына қызығушылығын арттыруға тәрбиелеу.	Балалар тапсырманы педагогке қарап қайталайды
Ұйымдастыру кезеңі	Б.қ. – о.с. 1-2 – басты оңға бұрады, 3-4 – солға бұрады Б.қ. – о.с. 1-2 – екі қолын екі жаққа созып жоғары көтерді; Б.Қ. – аяқты алшақ иық қашықтығындай қояды. Еңкейеді (5 рет). Б.қ. – о.с. отырып-тұрады, қолын айналдырады (4-5 рет) Б.қ аяқ иық деңгейінде қол белде мойнымызды алға 2 рет артқа 2 рет айналдырамыз (4-5 рет)	Балалар педагогпен бірге көңілді қайталайды.
Рефлексиялық түзетушілік.	Шырша жаңғақтарымен қолға массаж жасау.	Балалар белсене қатысады

Күтілетін нәтиже:

қайталайды: доппен ЖДЖ орындауды, ұзақтыққа лақтыруды, шырша жаңғақтарымен массажды;

түсінеді: денсаулық мықты болу үшін денешынықтырумен айналысу керектігін, массаж жасауды;

қолданады: секіру тәсілдерін, бір қатармен сапқа тұру, шеңбер бойымен тұру, дене бітімін тік ұстап, тепе-теңдікті сақтап еркін жүру және жүгіре білу, зал кеңістігінде бағдарын айқындай білуді.