Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Қыркүйек. I апта. Күні: 4.09.2023-8.09.2023ж.

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру; шашырап; жұптасып жүгіру. Негізгі қимылдарды жетілдіру арқылы балалардың қимыл тәжірибелерін байыту;	Дабыл, ысқырық, Доп,жіп	**I. Кіріспе** Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру; шашырап; жұптасып жүгіру. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Бір орында тұрып, алға қарай 3–4 м қашықтыққа жылжу арқылы секіру. Қос қолмен допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Баскетбол» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелеңдеп жүгіру. Негізгі қимылдарды жетілдіру арқылы балалардың қимыл тәжірибелерін байыту;	Дабыл, ысқырық. Доп, қапшықтар	**I. Кіріспе** Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелеңдеп жүгіру. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Тізенің арасына қапшықты қысып алып секіру.Допты еденнен ыршытып жоғары лақтырып, қос қолмен қағып алу (4–5 рет), Қимыл-қозғлыс ойыны: «Футбол» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Түрлі қарқында, тәрбиешінің белгісімен тоқтау, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру. Негізгі қимылдарды жетілдіру арқылы балалардың қимыл тәжірибелерін байыту;	Дабыл, ысқырық. доп, конустар	**I. Кіріспе**. Түрлі қарқында, тәрбиешінің белгісімен тоқтау, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Түрлі жылдамдықпен – баяу жүгіру. Қос аяқтап заттар арасымен (арақашықтығы 4 м),секіру. Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату, Қимыл-қозғлыс ойыны: «Кім жылдам?» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Қыркүйек. II апта. Күні: 11.09.2023-15.09.2023ж.

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Қадамды алмастыра жүру Қимылды және командадағы жарыс сипатындағы ойындарды, негізгі қимылдарды жетілдіру	Дабыл, ысқырық, Доп,жіп, жолдар	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Қадамды алмастыра жүру, 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 м) басынан асыра лақтыру. Гимнастикалық орындық үстінде ішпен еңбектеу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Жапырақ жинау» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру; бір қатармен жүгіру. Қимылды және командадағы жарыс сипатындағы ойындарды, негізгі қимылдарды жетілдіру	Дабыл, ысқырық. Доп, қапшықтар	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру; бір қатармен жүгіру. Қос қолмен допты лақтырып, қайта қағып алу (арақашықтығы 4–5 м). 20 см дейінгі биіктіктікке секіру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Ұзындыққа секір» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Түрлі қарқында, тәрбиешінің белгісімен тоқтау, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру. Қимылды және командадағы жарыс сипатындағы ойындарды, негізгі қимылдарды жетілдіру	Дабыл, ысқырық. доп, конустар	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Түрлі қарқында, тәрбиешінің белгісімен тоқтау, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру. түрлі жылдамдықпен – баяу жүгіру.Қос қолмен допты лақтырып, қайта қағып алу (арақашықтығы 4–5 м). Сапқа бір, екі, үш қатармен тұру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Ақ серек пен көк серек» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»

Әдіске: Дене шынықтыру нұсқаушысы:Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Қыркүйек. III апта. Күні: 18.09.2023-22.09.2023ж.

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен алмастыру Балалардың дене қалыптарының дұрыс дамуын жетілдіру.	Дабыл, ысқырық, ,жіп, жолдар	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ:Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен алмастыру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып,қайта сапқа тұру.Бір аяқпен секіру (шамамен 4–5 рет оң және сол аяқпен). Қимыл-қозғлыс ойыны: «Соқыр теке» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Сапта бір-бірлеп жүру,аяқ ұшымен,өкшемен жүру Балалардың дене қалыптарының дұрыс дамуын жетілдіру.	Дабыл, ысқырық. жолдар	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Сапта бір-бірлеп жүру,аяқ ұшымен,өкшемен жүру, шапшаң және баяу қарқынмен жүгіру. бір орында оңға, солға бұрылып секіру. Табан мен алақанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Ақ серек пен көк серек» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Қадамды алмастыра жүру, Балалардың дене қалыптарының дұрыс дамуын жетілдіру.	Дабыл, ысқырық. доп, құрсау немесе гимнастикалық таяқша	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Қадамды алмастыра жүру, 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру.Орнынан биіктікке, арқаннан, сызықтан аттап секіру. Допты екі қолымен заттар арасымен жүргізу (арақашықтығы 4 м) Қимыл-қозғлыс ойыны: «Тоғанда балықтар жүзеді» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Қыркүйек. IV апта. Күні: 25.09.2023-29.09.2023ж.

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру Дене сапаларын қалыптастыру.	Дабыл, ысқырық, Конустар, доп	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелеңдеп жүгіру. Сап түзеуден бір және екі, үш қатармен қайта тұру, Футбол. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен домалату. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Соқыр теке» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру заттарды аттап өту Дене сапаларын қалыптастыру.	Дабыл, ысқырық. жолдар	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру заттарды аттап өту, бір қатармен, заттарды аттап жүгіру. 20 см дейінгі биіктіктікке секіру;.Көлбеу басқышпен өрмелеп гимнастикалық қабырғаға өтіп, сатыдан ұстай отырып қайта түсу, Қимыл-қозғлыс ойыны: «Ақ серек пен көк серек» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру Дене сапаларын қалыптастыру.	Дабыл, ысқырық. доп, құрсау немесе гимнастикалық таяқша	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру; бір қатармен жүгіру.Бір орында және қимыл үстінде оңға, солға бұрылу.Баскетбол. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Тоғанда балықтар жүзеді» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Қазан. І апта. Күні: 2.10.2023-6.10.2023ж.

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру. Балалардың денсаулығын сақтау және қорғау,қимыл-қозғалыстарын дамыту.	Дабыл, ысқырық, Конустар, доп	**І. Кіріспе** **ІІ. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру. Үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру. Скамейканың үстіне қойылған текшелерден аттап жүру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Қырықаяқ» **ІІІ. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру Балалардың денсаулығын сақтау және қорғау,қимыл-қозғалыстарын дамыту.	Дабыл, ысқырық. жолдар	**І. Кіріспе** **ІІ. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру.Арқан бойымен бір қырымен тепе-теңдік сақтап жүру.Заттардың арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Бағдаршам» **ІІІ. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру. Балалардың денсаулығын сақтау және қорғау,қимыл-қозғалыстарын дамыту.	Дабыл, ысқырық. доп, құрсау немесе гимнастикалық таяқша	**І. Кіріспе**. **ІІ. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру.Әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып жүру.Кедергілер арасынан еңбектеу жүру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Күн мен жаңбыр» **ІІІ. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Қазан. II апта. Күні: 9.10.2023-13.10.2023ж.

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру. Балалардың денсаулығын сақтау және қорғау,қимыл-қозғалыстарын дамыту.	Дабыл, ысқырық, Конустар, доп,қапшық	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру.Допты басымен итеріп жүру.Екі тізенің арасына қапшықты қысып алып секіру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Өз жұбыңды ізде!» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру. Балалардың денсаулығын сақтау және қорғау,қимыл-қозғалыстарын дамыту.	Дабыл, ысқырық. Доп,жіп	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру.Қосалқы қадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қою) жүру, Допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен қағып алу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Жапырақ жинау» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру. Балалардың денсаулығын сақтау және қорғау,қимыл-қозғалыстарын дамыту.	Дабыл, ысқырық. доп, құрсау немесе гимнастикалық таяқша	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру.Әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып жүру. Иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Орамал тастамақ» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Қазан. III апта. Күні: 16.10.2023-20.10.2023ж.

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру. Дене шынықтыруға баулу, дененің физикалық сапаларын: күш, жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту	Дабыл, ысқырық, доп,арқан	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру. Сапқа бір, екі, үш қатармен тұру. Бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Арқан тарту» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Гимнастикалық скамейка бойымен жүру. Дене шынықтыруға баулу, дененің физикалық сапаларын: күш, жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту	Дабыл, ысқырық. Доп,жіп	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Гимнастикалық скамейка бойымен жүру.Гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу. Допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Кім заттарды көбірек жинайды» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Кегльдердің арасымен жүру. Дене шынықтыруға баулу, дененің физикалық сапаларын: күш, жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту	Дабыл, ысқырық. доп, құрсау немесе гимнастикалық таяқша,конустар	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Кегльдердің арасымен жүру.Қолдарынан ұстап, жұптарымен айналу. Бір орында тұрып биіктікке секіру (6-8 метр) Қимыл-қозғлыс ойыны: «Соқыртеке» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Қазан. IV апта. Күні: 23.10.2023-27.10.2023ж.

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
	Жіптерден аттап жүру. Дене шынықтыруға баулу, дененің физикалық сапаларын: күш, жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту;	Дабыл, ысқырық, доп,арқанн емесе жіп,құрсау	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Жіптерден аттап жүру. Бірнеше заттардан еңбектеп өту. Оң және сол аяқты алмастырып секіру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Допты алып кел» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
	Кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Дене шынықтыруға баулу, дененің физикалық сапаларын: күш, жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту;	Дабыл, ысқырық. Доп,конуст ар,құрсау,қ апшық	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру.Бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіру (арақашықтықтығы 40 сантиметр). 2–2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Ақ серек пен көк серек» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
	Белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 м) жүгіру. Дене шынықтыруға баулу, дененің физикалық сапаларын: күш, жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту;	Дабыл, ысқырық. доп,конуст ар	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 м) жүгіру. Алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіру.Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 м) басынан асыра лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Соқыртеке» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Қараша. I апта. Күні: 30.10.2023 – 3.11.2023ж.

топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
	Тізені жоғары көтеріп жүру. Балалардың спортқа деген қызығушылықты арттыру.	Дабыл, ысқырық, құрсау, туннель немесе доға	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Тізені жоғары көтеріп жүру.Заттардан аттап тепе-теңдік сақтап жүру. Төрттағандап еңбектеу (арақашықтығы 3-4 метр). Қимыл-қозғлыс ойыны: «Түн мен күн» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Орын ауыстырайық»
	Сапта екеуден жүру. Балалардың спортқа деген қызығушылықты арттыру.	Дабыл, ысқырық. Доп,жолдар	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Сапта екеуден жүру. Гимнастикалық скамейканың бойымен екі қадам қашықтықта орналасқан іші толтырылған доптардан аттап өту. Гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып алға қарай жылжу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Тоғанда балықтар жүзеді» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Орын ауыстырайық»
	Заттардан бір қырымен аттап жүру. Балалардың спортқа деген қызығушылықты арттыру.	Дабыл, ысқырық. Конустар, доп,жолдар	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Заттардан бір қырымен аттап жүру. Скамейканың үстіне қойылған текшелерден аттап жүру. Әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып жүру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Орамал тастамақ» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Орын ауыстырайық»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Қараша. II апта. Күні: 6.11.2023 – 10.11.2023ж.

топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
	Белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру. Дене шынықтыруға баулу,дененің физикалық сапаларын:күш, жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту	Дабыл, ысқырық, конустар, туннель немесе доға	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру.Бір сызыққа қойылған заттардың арасымен жүгіру.Әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Мысық пен торғайлар» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Орын ауыстырайық»
	Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру. Дене шынықтыруға баулу,дененің физикалық сапаларын:күш, жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту	Дабыл, ысқырық. доп	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру.Әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып жүру Допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен қағып алу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Кім заттарды көбірек жинайды» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Орын ауыстырайық»
	Кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Дене шынықтыруға баулу,дененің физикалық сапаларын:күш, жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту	Дабыл, ысқырық. конустар	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Бір орында тұрып биіктікке секіру (6-8 метр).Түзу бағытта (арақашықтығы 6 метр) қос аяқпен секіру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Өрмекші мен шыбын» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Орын ауыстырайық»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Ай :Қараша. III апта Күні: 13 .11.2023 – 17.11.2023ж.

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
	Бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру. Балалардың спортқа деген қызығушылықты арттыру	Дабыл, ысқырық, доп,конустар,гимнастикалық орындық	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ Бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру.Гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылу.Допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Мысық пен торғайлар» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шығыршық»
	1,5–2 минут тоқтамай жүгіру Балалардың спортқа деген қызығушылықты арттыру	Дабыл, ысқырық, арқан,жіп, доп	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: 1,5–2 минут тоқтамай жүгіру.Қос аяқпен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр). Бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) допты қағып алу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Тоғанда балықтар жүзеді» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шығыршық»
	Қадамды алмастыра жүру, 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру. Балалардың спортқа деген қызығушылықты арттыру	Дабыл, ысқырық, арқан, доп,конустар	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Қадамды алмастыра жүру, 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру. Орнынан биіктікке, арқаннан, сызықтан аттап секіру. Допты екі қолымен заттар арасымен жүргізу (арақашықтығы 4 м) Қимыл-қозғлыс ойыны: «Мысық пен торғайлар» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шығыршық»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Ай :Қараша. IV апта Күні: 20.11.2023 – 24.11.2023ж.

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
	Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру. Дене сапаларын қалыптастыру.	Дабыл, ысқырық, конустар, доп	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру.Бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелеңдеп жүгіру. Сап түзеуден бір және екі, үш қатармен қайта тұру, Футбол. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен домалату. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Футбол» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
	Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру заттарды аттап өту. Дене сапаларын қалыптастыру.	Дабыл, ысқырық, гимнастикалық таяқшалар, конустар,	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру заттарды аттап өту. Бір қатармен, заттарды аттап жүгіру. 20 см дейінгі биіктіктікке секіру;.Көлбеу басқышпен өрмелеп гимнастикалық қабырғаға өтіп, сатыдан ұстай отырып қайта түсу, Қимыл-қозғлыс ойыны: «Соқыртеке» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
	Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру, бір қатармен жүгіру. Дене сапаларын қалыптастыру.	Дабыл, ысқырық, доп	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру, бір қатармен жүгіру. Бір орында және қимыл үстінде оңға, солға бұрылу.Баскетбол. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Баскетбол» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Ай : Желтоқсан. І апта Күні: 27.12.2023 – 1.12.2023ж.

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Сапта үшеуден жүру. Балалардың дене қалыптарының дұрыс дамуын қалыптастыру.	Дабыл, ысқырық, кедір-бұдыр тақтай,жіп, доп	**І. Кіріспе** **ІІ. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Сапта үшеуден жүру. Кедір-бұдыр тақтаймен тепе-теңдік сақтап жүру. Жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен қағып алу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Ақ серек пен көк серек» **ІІІ. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Қосалқы қадаммен алға қарай жүру. Балалардың дене қалыптарының дұрыс дамуын қалыптастыру.	Дабыл, ысқырық, доп,асық	**І. Кіріспе** **ІІ. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Қосалқы қадаммен алға қарай жүру.Оң және сол аяқты алмастырып секіру.Допты екі қолымен қағып алу (арақашықтығы 4–5 метр). Қимыл-қозғлыс ойыны: «Асық ату» **ІІІ. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен – баяу жүгіру. Балалардың дене қалыптарының дұрыс дамуын қалыптастыру.	Дабыл, ысқырық, қапшықтар ,туннель немесе доға,орамал	**І. Кіріспе**. **ІІ. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ Кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен – баяу жүгіру Тізенің арасына қапшықты қысып алып секіру. Табан мен алақанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Орамал тастамақ» **ІІІ. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Ай :Желтоқсан. II апта

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен алмастыру. Балалардың спортқа деген қызығушылықты арттыру.	Дабыл, ысқырық, доп,гимнастикалық таяқшалар, арқан	**I. Кіріспе** Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен алмастыру. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Допты еденнен ыршытып жоғары лақтырып, қос қолмен қағып алу (4–5 рет), Әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Өрмекші мен шыбын» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Орын ауыстырайық»
№5 «Балдаурен»	Кегльдердің арасымен жүру. Балалардың спортқа деген қызығушылықты арттыру.	Дабыл, ысқырық, доп,гимнастикалық таяқшалар, арқан,	**I. Кіріспе** Кегльдердің арасымен жүру. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Сызықтан секіру.Допты лақтыру және алға қарай жылжып қағып алу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Өз жұбыңды ізде!» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Орын ауыстырайық»
№5 «Балдаурен»	Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру заттарды аттап өту. Балалардың спортқа деген қызығушылықты арттыру.	Дабыл, ысқырық, шаңғы, кегльдер, асық	**I. Кіріспе**. Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру заттарды аттап өту. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Шаңғымен сырғанау. Бір-бірін шаңғымен сырғанату. Кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Асық ату» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Орын ауыстырайық»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Желтоқсан. III апта. Күні: 12.12.2022-15.12.2022ж.

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру**.** Дене шынықтыруға баулу,дененің физикалық сапаларын: жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту.	Дабыл, ысқырық, доп	**I. Кіріспе** Ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру**.** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Баскетбол» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру. Дене шынықтыруға баулу,дененің физикалық сапаларын: жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту.	Дабыл, ысқырық. Доп,арқан	**I. Кіріспе** Сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Қосалқы қадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қою) жүру, Допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен қағып алу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Кім жылдам?» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелеңдеп жүгіру. Дене шынықтыруға баулу,дененің физикалық сапаларын: жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту.	Дабыл, ысқырық. доп,	**I. Кіріспе**. Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелеңдеп жүгіру. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Сап түзеуден бір және екі, үш қатармен қайта тұру, Футбол. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен домалату. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Футбол» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Ай :Қаңтар. І апта. Күні: 4.01.2023-6.01.2023ж.

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Тепе-теңдік сақтап заттардан аттап жүру. Қимыл-қозғалыс тәжірибесін қалыптастыру,	Дабыл, ысқырық, Құрсау, клюшки	**І. Кіріспе** Тепе-теңдік сақтап заттардан аттап жүру. **ІІ. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Иықтары мен тізелеріне сүйене отырып еңбектеу.Бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіру (арақашықтықтығы 40 сантиметр), Қимыл-қозғлыс ойыны: «хоккей» **ІІІ. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру, бір қатармен жүгіру. Қимыл-қозғалыс тәжірибесін қалыптастыру,	Дабыл, ысқырық. Доп,клюшки,модуль	**І. Кіріспе** Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру, бір қатармен жүгіру. **ІІ. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Қос қолмен допты лақтырып, қайта қағып алу (арақашықтығы 4–5 м). 20 см дейінгі биіктіктікке секіру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «хоккей» **ІІІ. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Тұрған орнында айналып секіру. Қимыл-қозғалыс тәжірибесін қалыптастыру,	Дабыл, ысқырық. Клюшки,шана	**І. Кіріспе**. Тұрған орнында айналып секіру. **ІІ. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Өз бетінше мұзды жолмен сырғанау. Бір-бірін шанамен сырғанату. Қимыл-қозғлыс ойыны: «хоккей» **ІІІ. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Қаңтар. II апта. Күні:

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Сапта , екеуден, үшеуден жүру. Спортқа деген қызығушылықты арттыру,жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту.	Дабыл, ысқырық, доп	**I. Кіріспе** Сапта , екеуден, үшеуден жүру. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Баскетбол» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру. Спортқа деген қызығушылықты арттыру,жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту.	Дабыл, ысқырық. клюшки, шайба, шана	**I. Кіріспе** Аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Бір-бірін шанамен сырғанату.Берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанату. Қимыл-қозғлыс ойыны: «хоккей» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру. Спортқа деген қызығушылықты арттыру,жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту.	Дабыл, ысқырық. қаршықтар, шана	**I. Кіріспе**. Ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Төбешіктен бір-бірлеп және екі-екіден шанамен сырғанау. Екі тізенің арасына қапшықты қысып алып секіру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «кім мерген» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Қаңтар. III апта. Күні:

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру. Спортқа деген қызығушылықты арттыру,жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту.	Дабыл, ысқырық, доп	**I. Кіріспе** Әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып жүру.Иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Пингвиндер» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру. Спортқа деген қызығушылықты арттыру,жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту.	Дабыл, ысқырық. асық	**I. Кіріспе** Ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Сапқа бір, екі, үш қатармен тұру. Бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «асық ату» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»
№5 «Балдаурен»	Кегльдердің арасымен жүру. Спортқа деген қызығушылықты арттыру,жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту.	Дабыл, ысқырық, құрсау немесе гимнастикалық таяқшалар	**I. Кіріспе**. Кегльдердің арасымен жүру. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Қолдарынан ұстап, жұптарымен айналу. Бір орында тұрып биіктікке секіру (6-8 метр) Қимыл-қозғлыс ойыны: «Қырықаяқ» **III. Қорытынды бөлім** Тыныс алу жаттығуы: «Қолды жылыту»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Қаңтар. IV апта. Күні:

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Сапта , екеуден, үшеуден жүру. Қимыл-қозғалыс тәжірибесін қалыптастыру	Дабыл, ысқырық,	**I. Кіріспе** Сапта , екеуден, үшеуден жүру.. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру. Гимнастикалық қабырғамен өрмелеу Қимыл-қозғлыс ойыны: «Пингвиндер» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру. Қимыл-қозғалыс тәжірибесін қалыптастыру	Дабыл, ысқырық, шайба, клюшка	**I. Кіріспе** Аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанату. Қимыл-қозғлыс ойыны: «хоккей» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Қимыл-қозғалыс тәжірибесін қалыптастыру	Дабыл, ысқырық, Құрсау,асық, құм салынған қапшық	**I. Кіріспе**. **.** Кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіру (арақашықтықтығы 40 сантиметр). 2–2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «асық ату» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Ақпан. І апта. Күні:

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру. Қимыл-қозғалыс тәжірибесін қалыптастыру,	Дабыл, ысқырық, құрсау немесе гимнастикалық таяқшалар	**І. Кіріспе** Сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру. **ІІ. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру. Скамейканың үстіне қойылған текшелерден аттап жүру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Допты көршіне бер» **ІІІ. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру. Қимыл-қозғалыс тәжірибесін қалыптастыру,	Дабыл, ысқырық, арқан, туннель немесе доға, конустар	**І. Кіріспе** Әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру. **ІІ. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Арқан бойымен бір қырымен тепе-теңдік сақтап жүру.Заттардың арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Арқан тарту» **ІІІ. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру. Қимыл-қозғалыс тәжірибесін қалыптастыру,	Дабыл, ысқырық, туннель немесе доға, конустар, доп,	**І. Кіріспе**. Аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру. **ІІ. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып жүру.Кедергілер арасынан еңбектеу жүру Қимыл-қозғлыс ойыны: «Баскетбол» **ІІІ. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Ақпан. II апта. Күні:

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту.	Дабыл, ысқырық, құрсау, асықтар	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру. Сапқа бір, екі, үш қатармен тұру. Бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Асық» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Гимнастикалық скамейка бойымен жүру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту.	Дабыл, ысқырық, арқан, туннель немесе доға, конустар	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Гимнастикалық скамейка бойымен жүру.Гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу. Допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Пингвиндер» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Кегльдердің арасымен жүру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту.	Дабыл, ысқырық, туннель немесе доға, конустар, доп,	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Кегльдердің арасымен жүру.Қолдарынан ұстап, жұптарымен айналу. Бір орында тұрып биіктікке секіру (6-8 метр) Қимыл-қозғлыс ойыны: «Ирелеңдеген соқпақ жол» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Ақпан. IV апта. Күні:

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
	Жіптерден аттап жүру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, құрсау, доп,жіп	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Жіптерден аттап жүру. Бірнеше заттардан еңбектеп өту. Оң және сол аяқты алмастырып секіру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Ақ серек – көк серек» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
	Кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, асық, құм салынған қапшық конустар, құрсау	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру.Бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіру (арақашықтықтығы 40 сантиметр). 2–2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Асық ату» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
	Белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 м) жүгіру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, құрсау,таяқша доп,	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 м) жүгіру. Алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 м) басынан асыра лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Баскетбол» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Наурыз. I апта. Күні:

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру. Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылықты баулу.	Дабыл, ысқырық, құрсау, доп,жіп	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру.Орнынан ұзындыққа, қысқа секіргішпен секіру.Құрсауларды бір-біріне домалату. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Ақ серек – көк серек» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылықты баулу.	Дабыл, ысқырық, асық, доп , құрсау	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру;Ұлттық қимылды ойындар. Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Асық ату» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 м) жүгіру Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылықты баулу.	Дабыл, ысқырық, құрсау,таяқша доп,	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 м) жүгіру. Алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіру.Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 м) басынан асыра лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Теңге алу» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Наурыз. II апта. Күні:

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру. Балалардың дене қалыптарының дұрыс дамуына, ұлттық қимылды ойындар өткізуге жағдайлар жасау.	Дабыл, ысқырық, құрсау, доп,асық	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Асық ату» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Ұлттық қимылды ойындар. Балалардың дене қалыптарының дұрыс дамуына, ұлттық қимылды ойындар өткізуге жағдайлар жасау.	Дабыл, ысқырық, арқан , құрсау	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Тепе-теңдік сақтап заттардан аттап жүру. Ұлттық қимылды ойындар. Арқаннан секіру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Арқан тарту» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру Балалардың дене қалыптарының дұрыс дамуына, ұлттық қимылды ойындар өткізуге жағдайлар жасау.	Дабыл, ысқырық, құрсау,таяқша доп,	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру.Әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып жүру.Иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Теңге алу» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Наурыз. III апта. Күні:

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Тізені жоғары көтеріп жүру. Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылыққы баулу.	Дабыл, ысқырық, құрсау, доп,асық	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Тізені жоғары көтеріп жүру.Заттардан аттап тепе-теңдік сақтап жүру. Төрттағандап еңбектеу (арақашықтығы 3-4 метр). Қимыл-қозғлыс ойыны: «Асық ату» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Ұлттық қимылды ойындар. Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылыққы баулу.	Дабыл, ысқырық, арқан , құрсау,доп	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіру (арақашықтықтығы 40 сантиметр),Ұлттық қимылды ойындар.Допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен қағып алу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Арқан тарту» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру. Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылыққы баулу.	Дабыл, ысқырық, құрсау,таяқша доп,	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру.Әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып жүру.Иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Теңге алу» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Наурыз. IV апта. Күні:

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
	Белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 м) жүгіру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, құрсау, доп,асық	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 м) жүгіру. Алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіру.Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 м) басынан асыра лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Асық ату» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
	Гимнастикалық скамейка бойымен жүру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, арқан , құрсау,доп	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Гимнастикалық скамейка бойымен жүру.Гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу. Допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Арқан тарту» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
	Кегльдердің арасымен жүру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, құрсау, кегльдер	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Кегльдердің арасымен жүру.Ұлттық қимылды ойындар Бір орында тұрып биіктікке секіру (6-8 метр) Қимыл-қозғлыс ойыны: «Теңге алу» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Сәуір. I апта. Күні:

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Жіптерден аттап жүру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, құрсау,жіп, туннель	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Жіптерден аттап жүру. Бірнеше заттардан еңбектеп өту. Оң және сол аяқты алмастырып секіру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Ақ серек пен көк серек» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, конустар , құрқұм салынған қапшықса, доп,	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру.Бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіру (арақашықтықтығы 40 сантиметр). 2–2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Футбол» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 м) жүгіру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, құрсау,доп	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 м) жүгіру. Алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіру.Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 м) басынан асыра лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Футбол» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы:Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Сәуір. III апта. Күні:

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру. Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылыққы баулу.	Дабыл, ысқырық, құрсау,доп	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру. Сапқа бір, екі, үш қатармен тұру. Бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Әскери дайындық» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Гимнастикалық скамейка бойымен жүру. Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылыққы баулу.	Дабыл, ысқырық, конустар , доп,	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Гимнастикалық скамейка бойымен жүру.Гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу. Допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Сап түзел» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Кегльдердің арасымен жүру. Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылыққы баулу.	Дабыл, ысқырық, кегльдер	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Кегльдердің арасымен жүру.Қолдарынан ұстап, жұптарымен айналу. Бір орында тұрып биіктікке секіру (6-8 метр) Қимыл-қозғлыс ойыны: «Сап түзел» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Сәуір. IV апта. Күні:

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Жіптерден аттап жүру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, құрсау,жіп,	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Жіптерден аттап жүру. Бірнеше заттардан еңбектеп өту. Оң және сол аяқты алмастырып секіру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Әскери дайындық» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, конустар , құм салынған қапшықты, құрсау	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру.Бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіру (арақашықтықтығы 40 сантиметр). 2–2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Сап түзел» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 м) жүгіру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, кегльдер,доп	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 м) жүгіру. Алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіру.Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 м) басынан асыра лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Сап түзел» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Сәуір. І апта. Күні:

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, конустар , доп	**І. Кіріспе** **ІІ. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру. Гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып.Допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Сап түзел» **ІІІ. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	1,5–2 минут тоқтамай жүгіру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, конустар , доп	**І. Кіріспе** **ІІ. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: 1,5–2 минут тоқтамай жүгіру.Қос аяқпен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр). Бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) допты қағып алу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Сап түзел» **ІІІ. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып жүру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, жіңішке арқан,доп	**І. Кіріспе**. **ІІ. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып жүру. Шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен тепе-теңдік сақтап жүру. Допты екі қолымен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) жүргізу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Сап түзел» **ІІІ. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: БайгутовБ.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Мамыр. II апта. Күні:

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, жіңішке арқан,доп	Кіріспе II. Негізгі бөлім 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру. Гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып.Допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Сап түзел» III. Қорытынды бөлім Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, конустар , құрқұм салынған қапшықса, доп,	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру.Бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіру (арақашықтықтығы 40 сантиметр). 2–2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Футбол» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 м) жүгіру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, құрсау,доп	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 м) жүгіру. Алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіру.Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 м) басынан асыра лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Футбол» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Мамыр. III апта. Күні:.

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Велосипед, самокат тебу. Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылыққы баулу	Дабыл, ысқырық, конустар , құрқұм салынған қапшықса, доп,	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру. Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Қимыл-қозғлыс ойыны: «велосипед тебу» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылыққы баулу	Дабыл, ысқырық, конустар , құрқұм салынған қапшықса, доп,құрсау	**I. Кіріспе** **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру.Бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіру (арақашықтықтығы 40 сантиметр). 2–2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Футбол» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 м) жүгіру. Әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға қызығушылыққы баулу	Дабыл, ысқырық, құрсау,доп	**I. Кіріспе**. **II. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 м) жүгіру. Алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіру.Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 м) басынан асыра лақтыру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Кім жылдам» **III. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М

Мектеп алды тобына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы
Ай :Мамыр. IV апта. Күні:

Топтар	Тақырыбы ҰІӘ міндеттері	Құрал-жабдықтар	ҰІӘ өту барысы
№5 «Балдаурен»	Тепе-теңдік сақтап заттардан аттап жүру. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, конустар ,құрсау, велосипед	**І. Кіріспе** **ІІ. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Тепе-теңдік сақтап заттардан аттап жүру.Иықтары мен тізелеріне сүйене отырып еңбектеу.Бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіру (арақашықтықтығы 40 сантиметр), Қимыл-қозғлыс ойыны: «велосипед тебу» **ІІІ. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Футбол элементтері. Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, конустар , доп,	**І. Кіріспе** **ІІ. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу.Екі тізенің арасына қапшықты қысып алып секіру. Қимыл-қозғлыс ойыны: «Футбол» **ІІІ. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»
№5 «Балдаурен»	Эстафеталық ойындар Негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды дамыту	Дабыл, ысқырық, құрсау,тунель немесе доға,велосипед	**І. Кіріспе**. **ІІ. Негізгі бөлім** 1.Затсыз орындалатын ЖДЖ 2.НҚҚЖ: Эстафеталық ойындар..Велосипед, самокат тебу,оңға және солға бұрылу.Әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту Қимыл-қозғлыс ойыны: «Кім жылдам» **ІІІ. Қорытынды бөлім** Қимыл-қозғалысы аз ойын: «Шар»

Әдіскер: Дене шынықтыру нұсқаушысы: Байгутов Б.М