

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2023 - 2024 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы

Білім беру ұйымы : «Жан-Нұр»бөбекжай бақшасы ЖШС

Жоспардың құрылу кезеңі: қыргүйек айы, 2023-2024 оқу жылы.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		28.08.2023ж.	29.08.2023ж.	30.08.2023ж.	31.08.2023ж.	01.09.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ 1."Қанаттарымызды қағамыз" жаттығуы. Бастапқы қалып, аяқты иық деңгейіне қоямыз. Қол белде. Алға қарай еңкейеміз. Бастапқы қалыпқа келеміз. Демді ішке тартамыз. Қолымызды төмен түсіреміз. Демді шығарамыз. Құстардың қанаттарының қимылына еліктей отырып, қолдарымызды жоғары және төмен сермейміз. (3 рет қайталау) 2."Шапалақтаймыз" Бастапқы қалып, аяқты иық деңгейіне қоямыз. Қол төменде. Бір дегенде қолымызды көтеріміз. Екі дегенде шапалақтаймыз. Бір..(балалар қолдарын көтереді) Екі..(балалар шапалақтайды) (3 рет қайталау)				
						Тыныс алу жаттығуы «Шарды үрлейміз» Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: бала шарды алып, алдымен қатты, сонан соң жаймен үрлейді.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау" (тәрбиешінің көмегімен)				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	Жазғы сауықтыру	Жазғы сауықтыру		Жазғы сауықтыру	4. Ересек топ «Көбелек» "Қатар түзеп сапқа тұру" 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Тақтайшаның үстімен адымдап жүру".
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Альтернативті бағдарлама	16.00 - 17.00	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»	3. Ортаңғы топ «Балдырған»		4. Ересек топ «Көбелек»	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»

		16.10 - 16.30 2. Кіші жас тобы «Балапан,Бөбек» 16.35 - 17.00	16.10 - 16.30 4. Ересек топ «Көбелек» 16.35 - 17.00		16.10 - 16.30 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» 16.35 - 17.00	16.10 - 16.30 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» 16.35 - 17.00
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		04.09.2023ж.	05.09.2023ж.	06.09.2023ж.	07.09.2023ж.	08.09.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ 1. "Биік үй саламыз" жаттығуы. Бастапқы қалып тік тұру, қолды төменде ұстау. 1 - қолды жоғары созып, аяқтың ұшына тұру ""Биік үй саламыз"" деп айтқызу. 2 - бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет). 2. "Кіріпшітерді қалаймыз" жаттығуы. Бастапқы қалып отырып аяқты бірге ұстау, қол тізеде. 1 - оң жаққа бұрылып, еденді текшемен ұру ""Кіріпшітерді қалаймыз"" деп айтқызу. 2 - бастапқы қалыпқа келу (сол жаққа дәл осы жаттығу қайталанады). 3. "Шеге қағамыз" жаттығуы. Бастапқы қалып тік тұру, қолды төменде ұстау. 1 - жерге отырып, текшелермен еденді ақырын тарсылдату "Шеге қағамыз" деп айтқызу. 2 - бастапқы қалыпқа келу (4-6 рет)."				
		Кіріспе жаттығулары, қайта құрылу 1. Залда еркін жүру. 2. Шеңбер бойымен бірінен соң бірі жүру; 3. Қолдары белде, аяқтарының ұшымен жүру. 4. Бірінен соң бірі жеңіл жүгіру. 5. Қолдар шынтақта бүгулі, өкшелерімен жүру. 6. Жүгіру. 7. Тыныс алуды қалпына келтіруге арналған жаттығу. 8. Залда, педагогке карап, тұрып орналасу.	Қимылды ойындар "Түлкі мен балапандар" қимыл ойыны. Ойын шарты: Бұл ойынға балалар 7- 8 ден бөлініп ойнайды. Топ ішінде бір баланы "түлкі" етіп сайлап, қалған балаларды балапандар деп әрқайсысына бетпердке кигізіп ойын ойналады.	Тыныс алу жаттығулары "Түлкіні тап" ойыны. Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Біріңнің артыңнан бірің ақырын жүріп отырып, асықпай іздейміз, түлкіні тауып алған балалар қолдарыңды жоғары көтересіңдер! едагог балаларды осылай ынталандырып, ойын түрінде тыныс алу жаттығуларын өзімен бірге орындатады.	Қозғалмалы ойындары “Құстар мен мысық”, “Қарғалар” (мөлшері 2-3рет). Мақсаты: балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру; ептілікке, шапшандыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру;	Ритмикалық жаттығулар "Отбасыда" ритмикалық жаттығуы. Мақсаты. Балаларды көркем сөздің ырғағына қимылдарды қайталап, орындауға жаттықтыру;
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Қуыршақ дене шынықтырады". 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Дана қуыршақпен сапқа тұру". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Қуыршақ Дана сапта тұр" 4. Ересек топ	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Әдемі сап түзейміз!"	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Дана қуыршақпен бірге жаттығамыз". 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Тақтай бойымен жүреміз" 4. Ересек топ «Көбелек» "Әдемі сап түзейміз!".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Құстар". 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Еңбектейміз ерінбей!" 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Сапқа тұрайық".	4. Ересек топ «Көбелек» "Сапқа тұрайық". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Төрт

		«Көбелек» "Қуыршақ Дана сапта тұр" 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Допты тез лақтырамыз".		5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Паровоз алдыға басып барады".		тағандап жүріп, допты баспен итеру".
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		11.09.2023ж.	12.09.2023ж.	13.09.2023ж.	14.09.2023ж.	15.09.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ 1 – Бастапқы қалып – негізгі тұрыс, қолды төмен түсіріп тұру. 1.1. – қолды жан-жаққа созып, жоғары көтеріп, саусақтарды қимылдатып, ""Жалауды желбірейік"" деп айту, демді ішке тарту. 1.2. – қолды төмен түсіру, демді сыртқа шығару (3 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып – аяқтарды сәл алшақ қойып, қолдарды төмен түсіріп тұру. 2.1. – басты оңға иіп, қолды екі жаққа жіберу, жалауларды желбірету. 2.2. – Бастапқы қалыпқа оралу. 2..3. – басты солға иіп, қолды сырғытып төмен түсіріп, жалаулардың басын жоғары қаратып тік ұстау. 2.4. – Бастапқы қалыпқа оралу (3 рет қайталау). 3. Бастапқы қалып – аяқтарды бірге қойып, қолдарды төмен түсіріп тұру. 3.1. – жерге отырып, қолды жанына қою, жалауларды желбірету. 3.2. – Бастапқы қалыпқа келу. 3.3. – жерге отырып, қолды алға жіберу, жалауларды желбірету. 3.4. – Бастапқы қалыпқа келу (3 рет қайталау).				
		Кіріспе жаттығулары, қайта құрылу 1. Залда еркін жүру. 2. Қуыршақтарды құрсауға отырғызу. 3. - шеңбер бойымен бірінен соң бірі жүру; - қолдары белде, аяқтарының ұшымен; - бірінен соң бірі жеңіл жүгіру; - қолдар шынтақта бүгулі, өкшелерімен жүру; 4. Қуыршақтарға қалай жүгіруге болатындығын көрсетейік. 5. Тыныс алуды қалпына келтіруге арналған жаттығу.	Қимылды ойындар "Сары күнге ұқсап" қимылды жаттығуы. Мақсаты. Балаларды айтылған сөздердің ырғағына сай қимылдауға, педагогтің көрсетуіне еліктеуге үйрету, жағымды эмоцияларға бөлену қабілеттерін қалыптастыру. - Сары күнге ұқ-сап (қол белде, басты оңға-солға шайқау), Біз жүреміз "сап-сап" (шапалақтау). Бұлт келсе қап-тап (жұдырықты кеуденің алдында айналдыру), Жаңбыр жауар "там-там" (алақанды саусақпен соғу).	Тыныс алу жаттығулары «Мақтаны ұшырайық» Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: ақ ұлпа жұмсақ мақталарды терең дем алу арқылы балалар үрлеп ұшырады .	Қозғалыс ойындары "Қояндар мен қасқыр". Мақсаты: балалардың физикалық белсенділігін дамытуды жалғастыру.	Ритмикалық жаттығулар "Құмырсқалар" ритмопластика. Мақсаты: кеңістікті бағдарлай алу қабілеттерін жетілдіру, зейінді жаттықтыру.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Мысық". 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Аюмен шеңберге тұру".	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Шеңберге өз еркімізмен тұрамыз". .	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Күшік" 2. Кіші жас тобы «Балапан. Бөбек»	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Дана мен Ая қуыршақтарға жаттығуды үйрету" 2. Кіші жас тобы	4. Ересек топ «Көбелек» "Әдемі шеңбер жасайық" 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Қанат үстімен ауыспалы

		3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Бауырсақпен шеңберге тұру" 4. Ересек топ «Көбелек» "Бауырсақпен шеңберге тұру". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Спорт - көркі өмірдің".		"Аюмен шеңберге тұру". 4. Ересек топ «Көбелек» "Шеңберге өз еркімізмен тұрамыз" 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Спорт - көркі өмірдің" пысықтау.	«Балапан. Бөбек» "Аюмен бірге шеңберге тұрайық". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Әдемі шеңбер жасайық"	қадам жасап жүру"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер:
 А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		18.09.2023ж.	19.09.2023ж.	20.09.2023ж.	21.09.2023ж.	22.09.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ 1. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты оң қолмен ұстап тұру. 1–1 екі қолды жан-жаққа созу, қайтадан допты алу. 1–2 бір қолды алға созып, допты сол қолға ауыстыру, екі қолды жан-жаққа созу, бастапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыда екі қолмен ұстап тұру. 2–1 жерге отыру, допты жерге қою. 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 2–3 жерге отыру, допты жерге қою; 2–4 бастапқы қалыпқа келу (4 рет); 3. Бастапқы қалыпаяқты алшақ қойып, допты алдыға екі қолмен ұстап тұру. 3–1 еңкею, допты жерге қою. 3–2 бастапқы қалыпқа келу; 3–3 еңкею, допты жерге қою; 3–4 бастапқы қалыпқа келу (3 рет).				
		Кіріспе жаттығулары, қайта құрылу Балаларды шеңбер бойымен оң және солға қарай аяқтың ұшымен, өкшемен, жартылай жүрелей отырып, баяу және шапшаң жүргізу, жүгірту, қоян сияқты секірту;	Қимыл-қозғалыс ойындары "Қояндар мен қасқыр". Мақсаты: балалардың физикалық белсенділігін дамытуды жалғастыру.	Тыныс алу жаттығулары «Мұрынмен дұрыс тыныста, ауызбен дұрыс дем шығар» Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: Балалар мұрынмен терең тыныс алып, ауызбен ауаны ұртқа жинамай, жәйменен дем шығарады.	Қозғалыс ойындары "Кім жылдам", "Батпырауық және тауық". Мақсаты: жүгіру, көтерілу, секіру қабілеттерін жетілдіру; реакцияны дамыту.	Ритмикалық жаттығулар "Паровоз" - Паровоз баста алға, - Бәрімізді басқар да! - Пш-пш, пш-пш! - біз кеттік, - Жүрісті біз гулеттік. - Жүрісті біз гулетіп.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Бізде қонақта орман бағбаны" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Қояндармен бірге жүгіру". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Епсіз қонжық" 4. Ересек топ	3. Ортаңғы топ «Болашақ» "Аяқтың ұшымен жүрейік". .	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Орман бағбанына қонаққа барамыз" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Қоян секілді жүгірейік". 4. Ересек топ «Көбелек» "Аяқтың ұшымен жүрейік".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Қуыршақ Дана мен күшікке қонаққа барамыз" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Бір, екі, үш! Жүгіреміз!" 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Тақтайдың үстімен бірге	4. Ересек топ «Көбелек» "Тақтайдың үстімен бірге жүрейік". 5. Мектепалды топ Қарлығаш» "Жіптің астымен тура және жанымен еңбектеп өту".

		«Көбелек» "Епсіз қонжық" 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Допты еденнен ыршытып жоғары лақтыру".		5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Сапқа тұр".	жүрейік".	
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		25.09.2023ж.	26.09.2023ж.	27.09.2023ж.	28.09.2023ж.	29.09.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ 1."Зырылдауық" жаттығуы. Бастапқы қалып: аяқ сәл алшақ, қол төмен. 1 - қолды екі жаққа созу. 2 - екі қолды кеуде тұсына әкеліп, бір-бірінен айналдырып, "р-р-р" деп айту. 3 - екі жаққа созу. 4 - бастапқы қалыпқа келіп, "төмен"деу. Бастапқы кезде қолды ақырын айналдыру, біртіндеп жылдам айналдыру (5 рет). 2. "Тізені шапалақтау" жаттығуы. Бастапқы қалып: аяқ иық деңгейінде, қол артта. 1 - 2 - оң тізеге (сол) еңкейіп, "шарт"деу. 3 - 4 - бастапқы қалып.(5 рет). 3. "Созыл" жаттығуы. Бастапқы қалып: өкшеде отыру, қол иықта. 1 - 2 рет тізеге көтерілу (тұру), қолды жоғары созу, созыла жоғары қолға қарау. 3 - 4 - бастапқы қалыпқа келу. (4-5 рет). 4. "Сағаттың тілі" жаттығуы. Бастапқы қалып: аяқты айқастыра отыру, қол белде. 1 - оңға еңкейіп "тик" деу. 2 - бастапқы қалыпқа келіп, "так" деу. 3 - солға еңкейіп,"тик" деу. 4 - бастапқы қалыпқа келіп, "так" деу. (6 рет).				
		Кіріспе жаттығулары, қайта құрылу 1. Топпен жүру және жүгіру. 2. Жүру және жүгіру (кезектесіп). 3. Залдың бүкіл аумағын пайдаланып, жүруге және жүгіру. 4. Жол бойымен жүру - екі сызық арасында (ені 35 - 30 см).	Қимылды ойын "Доға астынан" Педагог балаларды екі топқа бөледі. Педагогтің белгісінен кейін балалар доға астынан еңбектеп өтеді де, артқа қ	Тыныс алу жаттығулары «Жалаушаларды ұшыру, көкке көтеру» Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: түрлі-түсті кішкентай жалаушаларды балалар үрлеп ұшырады..	Қимылды қозғалыс ойындары "Жалауға жүгір" Мақсаты. Балаларды көрсетілген белгі жалауға қарай жүгіруді үйрету; бұлшық еттерді, кеңістікті бағдарлау қабілетін дамыту. - Балалар, жалаулармен ойнайықшы.	Ритмикалық жаттығулар Түзел, тік тұр Орнында адымда Әуенменен адымдауды бастаймыз, бастаймыз Алға аттап нық қадамдар жасаймыз, жасаймыз
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				

Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Алға Қазақстан!" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Қазақстанның туы". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Күн дидарлы Қазақстан". 4. Ересек топ «Көбелек» "Күн дидарлы Қазақстан". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Кел, күш сынасайық".	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Күндей сары дөңгелек".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Жалауды жоғары көтеріміз" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Жалауды биікке көтеріміз". 4. Ересек топ «Көбелек» "Күндей сары дөңгелек". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Кел, күш сынасайық"	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Жалаушаны жоғарыға көтеріміз" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» Текшелерді айналып жүгіремін". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Бөренемен жүреміз".	4. Ересек топ «Көбелек» "Бөренемен жүреміз". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Гимнастикалық орындықта білек пен тізеге сүйене отырып еңбектеу"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда акпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2023 - 2024 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы

Білім беру ұйымы : «Жан-Нұр»бөбекжай бақшасы ЖШС

Жоспардың құрылу кезеңі: қазан айы, 2023-2024 оқу жылы.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		02.10.2023ж.	03.10.2023ж.	04.10.2023ж.	05.10.2023ж.	06.10.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ "1. Бастапқы қалып – негізгі тұрыс. Бір-біріне қарап, қол ұстасып тұру. 1–1– қолды екі жаққа созу ""Тамаша!"" деп айту. 1–2 – қолды жоғары көтеру, аяқтың ұшымен тұру ""Күн қандай әдемі!"" деп айту, демді ішке тарту; қолды екі жаққа созу ""Тамаша!"" деп айту; бастапқы қалыпқа келу (3 рет орындау). 2. Бастапқы қалып – қолды алға созып, қашықтықта бір–біріне теріс қарап тұру, аяқ иық деңгейімен бірдей. 2–1 – қолды жібермей ұстап оңға бұрылу ""Күлейік!"" деп айту. 2–2 – солға бұрылып, ""Күлейік!"" деп айту. Бастапқы қалыпқа келу (4 рет орындау). 3. Бастапқы қалып – қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 3–1 – қолды жібермей, бір жұп секіреді ""Секіреміз доптай!"" деп айту. 3–2 – қолды жібермей, екінші жұп секіреді, ""Секіреміз доптай!"" деп айту. Бастапқы қалыпқа келу (4 рет орындау). "				
		Кіріспе жаттығулары, қайта құрылу 1. Біріңнің соңыңнан бірін жүріңдер. (жүгіріңдер). 2. Бір-біріне параллель екі сызықтың арасында тура бағытта жүру және жүгіру. 3. Таяқтың аттап өту. Тыныс алуды қалпына келтіру жаттығуы «Біздің мұрындар тыныс алады».	Қимылды ойын "Допты досына бер" Мақсаты: қимылдарды ырғақты түрде орындау қабілетін дамыту, сонымен қатар белгі бойынша допты беру, денені оңға және солға бұру, қозғалмалы нысанаға лақтыру, лақтырумен жүгіру, шеңберге салу дағдыларын бекіту.	Тыныс алу жаттығулары «Жапырақтарды ұшыр» Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: Мұрынмен терең дем алып, ауызбен дем шығару арқылы кішкентай жапырақтарды үрлеп ұшыру.	Қимылды қозғалыс ойындары "Күн мен жаңбыр" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсаты: балаларды белгі бойынша жан-жаққа шашырап жүгіруге және бір-біріне соғылмай, бір жерге жиналуға дағдыландыру; вестибуляр аппаратын, кеңістікті бағдарлау қабілетін жетілдіру; ептілікке, достыққа тәрбиелеу.	Ритмикалық жаттығулар "Қайшы" Қолымызды алшақ алып тұрамыз, қайшы болып қағаздыда қиямыз Қолды соз, шынтақты бүкте Жаттығу қиың емес, түкте Қолды соз, шынтақты бүкте Жаттығу қиың емес, түкте
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				

Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Түлкінің сыйлықтары" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Салтанатты адым". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Домалайды алмалар". 4. Ересек топ «Көбелек» "Домалайды алмалар". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Кішкентай доптар".	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Допты домалатайық".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Аюға қонаққа барамыз" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Әдемі, салтанатты адым жасайық". 4. Ересек топ «Көбелек» "Допты домалатайық". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Достарыңа көмектес".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Шуақты шалғында". 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Тізені жоғары көтеріп жүрейік". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Домалайық".	4. Ересек топ «Көбелек» "Домалайық". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Достарыңа көмектес" пысықтау.
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер:

А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		09.10.2023ж.	10.10.2023ж.	11.10.2023ж.	12.10.2023ж.	13.10.2022ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ "1. Бастапқы қалып – негізгі тұрыс. Бір-біріне қарап, қол ұстасып тұру. 1–1– қолды екі жаққа созу ""Тамаша!"" деп айту. 1–2 – қолды жоғары көтеру, аяқтың ұшымен тұру ""Күн қандай әдемі!"" деп айту, демді ішке тарту; қолды екі жаққа созу ""Тамаша!"" деп айту; бастапқы қалыпқа келу (3 рет орындау). 2. Бастапқы қалып – қолды алға созып, қашықтықта бір–біріне теріс қарап тұру, аяқ иық деңгейімен бірдей. 2–1 – қолды жібермей ұстап оңға бұрылу ""Күлейік!"" деп айту. 2–2 – солға бұрылып, ""Күлейік!"" деп айту. Бастапқы қалыпқа келу (4 рет орындау). 3. Бастапқы қалып – қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 3–1 – қолды жібермей, бір жұп секіреді ""Секіреміз доптай!"" деп айту. 3–2 – қолды жібермей, екінші жұп секіреді, ""Секіреміз доптай!"" деп айту. Бастапқы қалыпқа келу (4 рет орындау). "				
		Кіріспе жаттығулары, қайта құрылу 1. Біріңнің соңыңнан бірің жүріңдер. (жүгіріңдер). 2. Бір-біріне параллель екі сызықтың арасында тура бағытта жүру және жүгіру. 3. Таяқтың аттап өту. Тыныс алуды қалпына келтіру жаттығуы «Біздің мұрындар тыныс алады».	"Допты дәлдеп лақтыр" қимыл ойыны. Педагог балаларды екі топқа бөліп, допты белгіленген нысанаға лақтырудың негізгі нүктесін көрсетіп және қалай лақтыру керегін тағы да балалардың есіне салады. Доп лақтырушы балалар негізгі нүктеден шықпай, допты ережеге сай дәлдеп лақтырулары тиіс.	Тыныс алу жаттығулары Тыныс алу жаттығулары "Мені асықпай қуып жетіндер" ойыны. Педагог қолдарын жоғары көтеріп, төмен түсіріп, дем алу, дем шығару жаттығуларын жасайды. Сол арқылы балалар да педагогқа еліктеп, жаттығуларды қайталайды.	Қимылды қозғалыс ойындары "Күн мен жаңбыр" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсаты: балаларды белгі бойынша жан-жаққа шашырап жүгіруге және бір-біріне соғылмай, бір жерге жиналуға дағдыландыру; вестибуляр аппаратын, кеңістікті бағдарлау қабілетін жетілдіру; ептілікке, достыққа тәрбиелеу.	Ритмикалық жаттығулар Мақсаты. Балаларды мәтінді педагогтан кейін айта отырып, жаттығулар жасауға үйрету. Сағаттың тіліндей, Иіліп оңға бір, Сағаттың тіліндей Иіліп солға бір. 1, 2, 3, 4, 5 Секіреміз, Айналамыз, Жаттығу жасаймыз!
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»"Қақаға дәл көзде" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Еңбектеп жеміс жинайық". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Ғажап күздің сыйлығы". 4. Ересек топ	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Күз қандай?"	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»"Күзгі орманда". 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Құмырсқалар секілді еңбектенеміз". 4. Ересек топ «Көбелек» "Күз қандай?"	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»"Біз теп-тегіс жолмен жүреміз" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Еңбектейік, ерінбейік". 3. Ортаңғы топ «Балдырған»	4. Ересек топ «Көбелек» "Айнала алтын күз". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Қатар орналасқан таяқтардан екі аяқпен аттап секіру" сақтауды үйрету.

		«Көбелек» "Ғажап күздің сыйлығы". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш»"Бір орында екі аяқпен секіру".		5. Мектепалды топ «Қарлығаш»"Салт аттылар"	"Айнала алтын күз".	
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		16.10.2023ж.	17.10.2023ж.	18.10.2023ж.	19.10.2023ж.	20.10.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ 1. Б.қ.аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар жалаулармен беттерін жауып "тауып ал" деген сөзді айтады. 1.2. Б.қ. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Б.қ. аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, жалаулармен умаждап "жуамыз" деген сөзді айтады. 2.2. Б.қ. (дәл осы жаттығу сол жаққа қайталанады және 4 рет қайталанады). 3. Б.қ. жерде отырады, аяқ алшақ, жалаулар тізе үстінде. 3.1. Жерге шалқадан жатып, жалауларын беттерін жауып "ұйықтайық" дейді. 3.2. Б.қ. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Б.қ. аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Жалауларын көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Б.қ. (жаттығу 3 рет қайталанады).				
		Кіріспе жаттығулары, қайта құрылу Балалар музыка әуенімен бірінің артынан бірі шеңбер жасап жүреді, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен жүреді және жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіреді, жүгіріп келе жатып, жай жүріске түседі және аяқтың ұшымен денелерін тік ұстап жүреді.	"Кенгуру" қимылды ойыны Педагог балаларды екі топқа бөліп, белгіленген межеге дейін кенгуру секілді қос аяқтап секіру керегін айтады. Екі топтан бір-бір баладан шығып, орындарында 5-ке дейін санап секіріп, әрі қарай межеге жетуілер тиіс. Ойын 2-3 айналымды құрайды. Негізгі қимыл жаттығуы болатын бір орында тұрып қос аяқтап секіруді пысықтау мақсатында "Қорқақ қоян" ойыны ұйымдастырылады.	Тыныс алу жаттығулары "Шар" Қолға алып, желі жоқ әуе шарын, Үрлейміз шарымыз дәу болғанша. Дем алып, мұрынмен дем шығарып, Үрлейміз ішіне жел толғанша. Дем алып, мұрынмен дем шығарып, Үрлейміз ішіне жел толғанша.	Қимылды қозғалыс ойындары "Аңшылар мен қояндар" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсаты: балаларды ойын шартын бұзбай ойнауға дағдыландыру; мергендікке, дәлдікке, шапшаңдыққа, жылдамдыққа, қимылдардың үйлестіре білуге бейімдеу; ұйымшылдыққа тәрбиелеу.	Ритмикалық жаттығулар Аяқпенен топ – топ – топ, Алақанмен хлоп – хлоп – хлоп. Бір оңға, бір солға, Айналайық кел мұнда. Қолымызды бір сілтеп, Басымызды шайқайық. Бір оңға, бір солға Ойнайықшы кел мұнда. Секіреміз жоғары, Қиын емес секіру. Бір оңға, бір солға Секірейік кел мұнда. Бір оңға, бір солға Секірейік кел мұнда.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Нан болса - ән де болады" 2. Кіші жас тобы	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Ас - адамның арқауы".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Тышқанға дән жинаймыз" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек»	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Допты қалай домалатамыз?" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек»	4. Ересек топ «Көбелек» "Нан бар жерде ән бар". 5. Мектепалды топ

		«Балапан. Бөбек» "Нан болса, ән де болады". "Нан қадірі". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Нанның құдіреті". 4. Ересек топ «Көбелек» "Нанның құдіреті". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Пәрменмен секірейік".		"Нан болса, ән де болады". 4. Ересек топ «Көбелек» "Ас - адамның арқауы". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Үйлесімділікті сақтаймыз".	"Аттап жүгірейік". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Нан бар жерде ән бар".	«Қарлығаш» "Басына қапшық қойып, бір жақ жанымен жүру"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		23.10.2023ж.	24.10.2023ж.	25.10.2023ж.	26.10.2023ж.	27.10.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ КЕШЕНІ 1. "Допты қой" ойыны. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты оң қолмен ұстап тұру. 1 – екі қолды жан-жаққа созу, қайтадан допты алу. 2 – бір қолды алға созып, допты сол қолға ауыстыру. екі қолды жан-жаққа созу 4 – бастапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. "Допты бер" ойыны. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыда екі қолмен ұстап тұру. 1 – жерге отыру, допты жерге қою. 2 – бастапқы қалыпқа келу. 3 – жерге отыру, допты жерге қою. 4 – бастапқы қалыпқа келу (4 рет).				
		Кіріспе жаттығулары, қайта құрылу Балалар музыка әуенімен бірінің артынан бірі жүреді, педагогтің белгі беруі бойынша аяқтың ұшымен және өкшемен жүреді, жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен жүгіреді, жүгіріп келе жатып, жай жүріске түседі және аяқтың ұшымен денелерін тік ұстап жүреді.	Тыныс алу жаттығулары «Мақтаны ұшырайық» Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: ақ ұлпа жұмсақ мақталарды терең дем алу арқылы балалар үрлеп ұшырады .		Қимылды қозғалыс ойындары "Аю" қимыл ойыны. Педагог балаларды екі топқа бөліп, еңіс тақтайдың үстімен жоғары және төмен аю сияқты белгіленген межеге дейін жүру керегін айтады. Екі топтан бір-бір баладан шығып, екі қолды екі жаққа жіберіп, еңіс тақтайдың үстімен жүрер алдында аю сияқты ақырып, межеге дейін жүріп өтулері тиіс. Ойын 2-3 айналымды құрайды.	Ритмикалық жаттығулар "Құмырсқалар" ритмопластика. Мақсаты: кеңістікті бағдарлай алу қабілеттерін жетілдіру, зейінді жаттықтыру. Барысы: педагогтің шапалағымен балалар залдың айналасында ретсіз қозғала бастайды, басқа балалармен соқтығыспай және үнемі бос кеңістікті толтыруға тырысады.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Секіріп үйренеміз!" 2. Кіші жас тобы «Балапан» "Аттап жүгірейік". 3. Ортаңғы тобы «Балдырған» "Торғай секіреді". 4. Ересек топ «Көбелек»	3. Ортаңғы топ «Көбелек» "Екі аяқпен секіреміз". 5. Мектепалды топ «Ұарлығаш» "Добым, добым, домалақ" (пысықтау).		1.Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Торғай сияқты секіреміз" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Торғай секілді секірейік". "Көңілді секірейік!" 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Торғай секілді секіреміз".	4. Ересек топ «Көбелек» "Торғай секілді секіреміз". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Бір қатарға қойылған таяқтардың арасымен жүгіру".

		"Торғай секіреді". 5. Мектепалды топ «Қардығаш» "Добым, добым, домалақ"				
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2023-2024 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы : «Жан-Нұр» бөбекжай бақшасыЖШС
Жоспардың құрылу кезеңі: қараша айы, 2023-2024 оқу жылы.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		30.10.2023ж.	31.10.2023ж.	01.11.2023ж.	02.11.2023ж.	03.11.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (орамалмен). 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар орамалмен беттерін жауып, ""тауып ал"" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, орамалдарын умаждап ""жуамыз"" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып. (дөл осы жаттығу сол жаққа қайталанады және 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып: жерде отырады, аяқ алшақ, орамал тізе үстінде. 3.1. Жерге шалқасынан жатып, орамалмен беттерін жауып ""ұйықтайық"" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Орамалды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				
		Негізгі қимылдар 1) еденде тұрған тақтаймен өрмелеу; 2) алға жылжи отырып, екі аяқпен секіру.	"Орамал" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды шапшаңдыққа баулу, ойынға деген қызығушылықтарын арттыру. Балалар шеңбер құрып отырады, ал шеңбер бойымен бір бала жүгіреді, қолында орамалы болуы тиіс. Шеңбер бойынша отырған баланың біріне орамалды артына тастап кетуге тиісті. Бала артына бұрылып қарап, орамалды алып, орамал тастаған баланы қуып жетіп	Тыныс алу жаттығуы «Шарды үрлейміз» Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: бала шарды алып, алдымен қатты, сонан соң жаймен үрлейді.	Қимылды қозғалыс ойындары "Аралар мен аюлар" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: ауыспалы қадамдармен гимнастикалық сатымен өрмелеуге жаттықтыру; допты лақтыру мен қағып алуға жаттықтыру.	Ритмикалық жаттығулар Қолдарыңды көтеріңдер - бір дейік. Көп отырып, қатты шаршап жүрмейік. Қолды создық, басты бұрдық - екі деп, Қозғалыспен әрбір адам жетіледі. Алға, артқа қарадық та - үш дедік. Тағы жаңа жаттығулар істедік. Түсірейік қолды төрт пен бесті айтып,

			орамалды лақтырып тигізуі керек.			Отырайық көңілді енді марқайтып.
Ұйымдастырылған іс- әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс- әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Кел, допты лақтырайық" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Торғай секілді секірейік". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Жомарт қораз". 4. Ересек топ «Көбелек» "Кедергілерден секіру". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Мен епті баламын". үйрету.	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Қораз секілді қанат қағайық".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Паровоз". 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Домалайды алмалар". 4. Ересек топ «Көбелек» "Кедергілерден сүрінбей өтіп көр". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Мен епті баламын" пысықтау.	2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Күнге ұқсаймыз". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Өрмелейік, қане біз". .	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Аспанда ұшақ ұшып барады". 4. Ересек топ «Көбелек» "Озамын десен - зерек бол". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "5 метр қашықтықтан тік нысанаға таяқты лақтыру"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер:
 А.Досекеева.

Уақыты	Дүйсенбі				
	Сейсенбі				
Сәрсенбі					Четверг
Жұма					
7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
08.00 - 08.45	"Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен). 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар жалауларын оң жаққа сермеп, ""желбіре"" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. 1.3. Балалар жалауларын сол жаққа сермеп, ""желбіре"" деген сөзді айтады. 1.4. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын жоғары көтеріп, жалауды сермеп ""жаса"" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып: жерде отырады, аяқ алшақ, жалаулар тізе үстінде. 3.1. Жерге шалқасынан жатып, жалауды жоғары желбіретіп ""тербе"" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып: (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Жалауды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады)."				
	Негізгі қимылдар 1) таяқ астынан тізе мен саусақты жерге тіреп төрт тағандап еңбектеу; 2) алға жылжи отырып, таяқ астынан тізе мен саусақты тіреп төрт тағандап еңбектеу.	"Жыланша" қимылды ойын-жаттығуы. Мақсат-міндеттер: бастаушының және бір-бірінің соңынан бағыттарды өзгертіп, тізбекті үзбей, арақашықты сақтап, жүгіре білу қабілетін жетілдіру.	Тыныс алу жаттығулары «Мақтаны ұшырайық» Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: ақ ұлпа жұмсақ мақталарды терең дем алу арқылы балалар үрлеп ұшырады .	Қимылды қозғалыс ойындары "Ормандағы аюда" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды ойын шартын бұзбай, тақпақ сөздерін айта жүріп, қимылдарды жасауға, бір-біріне соғылмай, бір бағытта жылдам жүгіруге дағдыландыру; ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Ойынға жүргізуші бала "аю" болып тағайындалады (таңдалады), қалған ойыншылар - балалар. "Аю" алаңның бір шетінде, ұйықтаған болып, отырады.	"Жаңбыр жауғанда" фонемо-ырғақ жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларды сөздердің ырғағына сай қимылдауға баулу; жаңбырға еліктеуге ынталандыру; артикуляцияны жаттықтыру. Жау, жау жаңбыр Жау жаңбыр! Арық суы мол болсын! Өсімдіктер мол болсын! Жауған жерін шөп болсын! Тырс-тырс! Тырс-тырс! (Бір аяқпен секіру) Тарс-тұрс! Тарс-тұрс! (Екінші аяқпен секіру) Шылп-шылп! Шылп-шылп! (Екі аяқпен секіру)
08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				

09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Паровоз жүйткіп келеді". 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Домалатайық қане біз". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Машина зырылдап жүреді". 4. Ересек топ «Көбелек» "Пингвин сияқты секіру". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Мергендікті шындайық".	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Рулімізді бұрайық". 	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Аңдар балаларға қуанады". 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Көліктегі жемістер". 4. Ересек топ «Көбелек» "Сан түрлі секіре аламыз". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Түрлі нысандарды көздеп түсіру".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Паровоз жүйткіп келеді". 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Доптарды лақтырайық". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Зу-зу етіп көшеде". жетілдіру.	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Бір, екі, үш! Жүгір!" 4. Ересек топ «Көбелек» "Ойын шартын ұстанайық". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Алға жылжи отырып бір аяқпен секіру".
11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер:
 А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		13.11.2023ж.	14.11.2023ж.	15.11.2023ж.	16.11.2023ж.	17.11.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				

Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	"Жалпы дамыту жаттығулары (сылдырмақтармен). 1. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар сылдырмақтарын жоғары көтеріп, екі қолымен сылдырлатады. 1.2. Бастапқы қалып (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын оң жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.2. Бастапқы қалыпқа келу. 2.3. Қолдарын сол жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.4. Бастапқы қалып (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып жерде отырады, аяқ алшақ, сылдырмақ ұстаған қолдары екі жанында. 3.1. аяқтарын жинап, сылдырмақ ұстаған қолдарын жоғары көтеріп, сылдырлатады. 3.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Сылдырмақтарын артында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады)."				
		"Кім спортшы?" жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларды денсаулықты сақтау қағидаларына баулу; мәтінді ырғаққа сай айта жүріп, қимылдарды орындауға машықтандыру. Кім спортшы? Тек алға! (Орында адымдау) Жаттығуда адымда. Басымызды шайқаймыз, (Қол белде, басты екі жаққа бұру) Бір-екі, бір-екі. Денемізді иеміз, (Алға еңкею) Бір-екі, бір-екі. Қолымызды көтереміз, қайта төмен түсіреміз, (Қол жоғары, төмен түсіру) Денемізді созамыз. (Аяқ ұшымен тұру, керілу) Аяқты алшақ, қоямыз, (Аяқты кең ашып секіру) Бір, екі! Адымда, (Орында адымдау) Бізде бәрі тамаша! Спортшы болсаң, шаршама!	"Үшінші артық" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды ойынды зерек болып ойнауға, шапшаңдыққа, жылдамдыққа, қимылдарды үйлестіре білуге дағдыландыру; кеңістікті бағдарлай білуді, күш-жігерін дамыту; достыққа тәрбиелеу. Санамақ бойынша ойынды бастайтын екі бала таңдалынады: бірі қуғыншы, екіншісі қашады. Балалар тобының жартысы шеңберге тұрады. Қалған балалардың әрқайсысы шеңберде тұрған баланың бірінің артына тұрып, жұпты құрайды. Қуғыншы мен қашушы шеңбер сыртында, бір-бірінен алшақ тұрады. Белгі бойынша балалар шеңбер сыртында, сол шеңбер бойымен бірін-бірі қуалайды. Қашып жүрген бала (қалауы бойынша немесе шаршаған кезде) өзі қалаған жұптың алдына тұрып	Тыныс алу жаттығулары Тыныс алу жаттығулары "Мені асықпай қуып жетіндер" ойыны. Педагог қолдарын жоғары көтеріп, төмен түсіріп, дем алу, дем шығару жаттығуларын жасайды. Сол арқылы балалар да педагогқа еліктеп, жаттығуларды қайталайды.	Қимылды қозғалыс ойындары "Ақ серек, көк серек" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды ойын шарты бойынша ойнауға, мұқият және белсенді болуға; батылдыққа, жылдамдыққа, жеделдеп жүгіруге баулу; балалардың тіл байлығын жетілдіру, достық қарым-қатынастарын дамыту. Ойын ашық алаңда өткізіледі. Ойынға қатысушылар екі топқа бөлінеді.	Ритмикалық жаттығулар "Дене мүшелері" жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балалардың дене мүшелері туралы түсініктерін тиянақату; мәтінді ырғаққа сай айта жүріп, қимылдарды орындауға машықтандыру. Мынау - менің жүрегім, (Екі қолды кеудеге қою) Бәрі осыдан басталған. Мынау – басым ақылды, (Екі алақанды басқа қою, сипау) Бәрін осы басқарған. (Сұқ саусақ жоғары) Мынау – оң қолым, (Екі қолды кезек - кезек екі жаққа сермеу) Мынау – сол қолым. Барлық істі басқарған.

		(Қол шапалақтау) Аударған А. Кокенова.	алады.			(Шапалақтап)
Ұйымдастырылған іс- әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс- әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Бауырсаққа қонаққа барайық" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Допты жоғарыға лақтырайық". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Сұр көжек". 4. Ересек топ «Көбелек» "Бір жанымен, шапшаң қадаммен жүру". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Бір аяқпен кезек-кезек секіру".	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Қоян секілді секірейік". қалыптастыру.	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Гүлдерді терейік" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Аюмен жарысайық!" 4. Ересек топ «Көбелек» "Аңдардың жүрістеріне еліктейік". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Бір аяқпен кезек-кезек секіру" (пысықтау).	2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Көпірден құлап кетпейік". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Еркін жүгіреміз". .	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Біз қарларды домалатамыз" 4. Ересек топ «Көбелек» "Ойын жүргізуші". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Биіктігі 60 см кедергі заттар арқылы өрмелеп өту".
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер:

А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		20.11.2023ж.	21.11.2023ж.	22.11.2023ж.	23.11.2023ж.	24.11.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	"Жалпы дамыту жаттығулары. 1. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар сылдырмақтарын жоғары көтеріп, екі қолымен сылдырлатады. 1.2. Бастапқы қалып (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын оң жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.2. Бастапқы қалыпқа келу. 2.3. Қолдарын сол жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.4. Бастапқы қалып (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып жерде отырады, аяқ алшақ, сылдырмақ ұстаған қолдары екі жанында. 3.1. аяқтарын жинап, сылдырмақ ұстаған қолдарын жоғары көтеріп, сылдырлатады. 3.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Сылдырмақтарын артында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады)."				
		"Қане, көрсет" жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балалардың ойлау, қабылдау, зейін, елестету, пантомималық қабілеттерін дамыту; көліктер туралы түсініктерді пысықтау; ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Балаларды шеңберге немесе қатарларға тұруға ұсынуға, ырғақты әуенді қосып қоюға болады.	"Кім қапшаны алыс лақтырады?" қимылды ойын-жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларда белгі бойынша әрекет ету біліктіліктерін дамыту, оң және сол қолымен қапшықты алысқа лақтыруды, жүгіруді, түсті тануды жаттықтыру.	Тыныс алу жаттығулары "Түлкіні тап" ойыны. Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Біріңнің артыңнан бірің ақырын жүріп отырып, асықпай іздейміз, түлкіні тауып алған балалар қолдарыңды жоғары көтересіңдер!	Қимылды қозғалыс ойындары "Шеңберден шеңберге" қимылды ойын-жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларды шеңберлерге бақытты ауыстырып екі аяқпен секіруге дағдыландыру; күш-жігерін дамыту.	Ритмикалық жаттығулар "Қатарға тұрып билейік" жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларды жаттығу барысында ырғаққа сай қозғалып, сөздерді бірге айта жүріп, айтылған дене мүшелерін қозғауға машықтандыру; қабылдау, зерек болу қабілеттерін, вестибуляр аппаратын дамыту.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»	3. Ортаңғы топ «Балдырған»	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»	4. Ересек топ «Көбелек»

09.00 - 11.00		"Қысқы орманға саяхат" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Тура бағытта жүреміз". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Бауырсақ әлемі" 4. Ересек топ «Көбелек» "Арқан астынан еңбектеу". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Арақашықтықты сақтаймыз".	"Бауырсақ секілді көңілді жүрейік".	"Қысқы жолдармен жүруді үйренейік" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Қасқырдан ептіміз". 4. Ересек топ «Көбелек» "Иілгіш боламыз". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Қаппен қалай секіреді?"	"Қазақстаным, алға!" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Қасқыр мен қоян". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Жылан тәрізді болайық". .	"Қимылдарды қалай танаймыз?" 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Хоп-фитболдармен секіру". .
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		27.11.2023ж.	28.11.2023ж.	29.11.2023ж.	30.11.2023ж.	01.12.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	"Жалпы дамыту жаттығулары (алақанға шақ текшелермен). 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар қолдарын алға созып, алақандарын ашып, текшелерін көрсетіп ""міне"" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, текше ұстаған қол көкірек тұсында. 2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, текшелерін көрсетіп ""міне"" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып. (дәл осы жаттығу сол жаққа және 4 рет қайталанады). 3.Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене бос, қол төменде. 3.1. Жерге отырып, қолдарын алға созып ""міне"" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, текше ұстаған қол көкірек тұсында. 4.1. Бір орында тұрып секіру, екі қолды көкірек тұсында ұстап, алақандарын жұму. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады)."				
		"Күлімдейміз күндей" жаттығуы. Күлімдейміз күндей (қолдарын жоғары көтеріп, күннің бейнесін жасайды), Жабырқауды білмей (қолдарын жандарына жібереді). Күннен шуақ аламыз (қолдарын жоғары көтереді), Біз бақытты баламыз (қолдарын жандарына жібереді). Г. Кужагулова.	"Сызықты баспа" қимыл жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларды бір бағытта, жылжи отырып, екі аяқпен секіруге дағдыландыру. Балалардың секіру жолы бойына көлденең сызықтар салынады немесе жіптер төселінеді.	Тыныс алу жаттығулары «Жалаушаларды ұшыру, көкке көтеру» Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: түрлі-түсті кішкентай жалаушаларды балалар үрлеп ұшырады..	Қимылды қозғалыс ойындары "Қаршыға мен қарлығаш" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды ойын шартын бұзбай, белгілер бойынша ойнауға, шапшаңдыққа тәрбиелеу.	Ритмикалық жаттығулар "Ұшты, ұшты не ұшты?" ойыны. Мақсат-міндеттер: ненің ұшатынын, ненің ұшпайтынын, аңғарымпаздыққа тәрбиелейді. Ойынға қатысушыларға бастаушының сөзін қалт жібермей бағып отыру шарт.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Отанымыздың жауынгерлері"	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Қорбандаған аю".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Қазақстанның спортшылары!"	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Аққала" 2. Кіші жас тобы	4. Ересек топ «Көбелек» "Доска нені үйретемін?"

		2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Біз ептіміз". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Ұйқыдағы аю". 4. Ересек топ «Көбелек» "Еңіс тақтайдың үстімен жүру" 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» Бір, екі ... секіреміз! үйрету.		2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Секірейік, тоңбайық!" 4. Ересек топ «Көбелек» "Тепе-тендікті сақтайық". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Бір, екі ... секіреміз!" (пысықтау).	«Балапан.Бөбек» "Кенгуру ұксап секірейік". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Бағытты өзгертіп жүгіреміз".	5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Арқаннан екпінмен қарғу".
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2023-2024 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Жаннұр»бөбекжай бақшасыЖШС
Жоспардың құрылу кезеңі: желтоқсан айы, 2023-2024 оқу жылы.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		04.12.2023ж.	05.12.2023ж.	06.12.2023ж.	07.12.2023ж.	08.12.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамытушы жаттығу				

		1. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты оң қолмен ұстап тұру. 1–1 екі қолды жан-жаққа созу, қайтадан допты алу. 1–2 бір қолды алға созып, допты сол қолға ауыстыру, екі қолды жан-жаққа созу, бастапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыда екі қолмен ұстап тұру. 2–1 жерге отыру, допты жерге қою. 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 2–3 жерге отыру, допты жерге қою; 2–4 бастапқы қалыпқа келу (4 рет); 3. Бастапқы қалыпаяқты алшақ қойып, допты алдыға екі қолмен ұстап тұру. 3–1 еңкею, допты жерге қою. 3–2 бастапқы қалыпқа келу; 3–3 еңкею, допты жерге қою; 3–4 бастапқы қалыпқа келу (3 рет). (мәдени-гигиеналық дағдылар, дене шынықтыру)				
		"Аю қалай жүгіреді?" қимылды ойыны Педагог балаларды екі командаға бөліп, бір сызыққа тұрғызып, белгіленген межеге дейін сапта бірінің артынан бірі арақашықтықты сақтап, бағытты өзгертіп жүгіру керектігін айтады. Педагог жүгіру кезінде "Аю қалай жүгіреді?" дегенде балалар аюдың кейпіне түсіп, маймандап жүгіре бастайды.	"Қарды ұшырайық" тыныс алу жаттығуы (мақтаны қолдану). Мақсат-міндеттер. Балалардың тыныс алу жүйесін дамыту; қардың қасиеті жөнінде алғашқы ұғымдарды қалыптастыру; жасалып жатқан жаттығудан жағымды әсер алуға баулу. Алғашында педагог балаларға жаттығуды жасау үлгісін көрсетеді: мақта мамығын ашылған алақанға салып, үздіксіз үрлейді.	"Қорбандаған аю" қимылды ойыны. Мақсат-міндеттер: Балалардың бір бағытта бір-бірімен соқтығыспай жүру және жүгіру қабілеттерін бекіту. Барысы: балалар бір қатарда, аю болатын бала қарама-қарсы жақта тұрады. Балалар тақпақты айтып аюға қарай жүреді. Балды жақсы көреді, Аю деген жануар. Қорбандап ол жүреді, Аю деген жануар.	Тыныс алу жаттығуы: Ку - ка - ре, ку - ка - ре – ку, ку - ка - ре - ку. Табанды шынықтыру массаждары: 1. «Балапандар серуенге шықты» шик - шик - шик. 2. Табанға арналған денсаулық кілемшелерімен жүру. 3. Ілгекті жолмен жүру. 4. Тастардың үстерімен жүру. 5. Кірпі тікенектеріне ұқсас төсеніштермен жүру. 6. Табандар арқылы жүру.	"Белгіні тыңда" қимылды ойыны. Мақсат-міндеттер: жүрудің әртүрлі түрлерін жаттықтыру. Барысы: балалар қатар бойымен жүреді, педагогтің белгісі бойынша аяқтың ұшымен, өкшемен, аяқтың ішкі дағымен, сыртқы жағымен жүреді.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Отанымыздың жауынгерлері"	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Допты дәлдеп лақтыр".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Қазақстанның спортшылары!"	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Аққала" 2. Кіші жас тобы	4. Ересек топ «Көбелек» "Озаттар эстафеталары". 5. Мектепалды топ

		2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Қоян секіруге шақырады". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Жаңа доп". 4. Ересек топ «Көбелек» "Төрт тағандап еңбектеу". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» Бір, екі ... секіреміз!		2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Тәуелсіз Қазақстан". 4. Ересек топ «Көбелек» "Сапты бұзбай еңбектейміз". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Бір, екі ... секіреміз!" (пысықтау).	«Балапан.Бөбек» "Алға, Қазақстан!"	«Қарлығаш» "Арқаннан екпінмен қарғу".
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Альтернативті бағдарлама	16.00 - 17.00					
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		11.12.2023ж.	12.12.2023ж.	13.12.2023ж.	14.12.2023ж.	15.12.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен). 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар жалауларын оң жаққа сермеп, ""желбіре"" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. 1.3. Балалар жалауларын сол жаққа сермеп, ""желбіре"" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. 1.4. Бастапқы қалып: (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын жоғары көтеріп, жалауды сермеп ""жаса"" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып: жерде отырады, аяқ алшақ, жалаулар тізе үстінде. 3.1. Жерге шалқасынан жатып, жалауды жоғары желбіретіп ""тербе"" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Жалауды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				
		"Көк жалау" қимылды ойыны Мақсат-міндеттер. Намысшылдыққа, патриотизмге, ептілікке баулу. Ойын шарты. Балаларды екі командаға бөліп, бір сызықты белгілейді, екі команда екі жақтағы шекарада болу керектігін айтады. Педагогтің қолында бір жалау болады. Бір команда балалары "мемлекет", екінші команда балалары "ру" болады. "Ру"	«Ұлпақар» тыныс алу гимнастикасы (мақта) Қатты боран басылды (жаймен тырсылдатады) Күн жарқырай ашылды (қолдарымен күн жасайды) Көктен төмен әдемі ұлпақарлар шашылды. Тәулік бойы тынбайтын, Болайықшы ұлпақар. 1, 2, 3, 4, 5 Ұлпақарлар үш! (алақандарындағы ұлпақарлаға үрлейді)	"Топ-топ басайық" ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды мәтінде айтылған сөздерге сәйкес қимылдарды орындауға үйрету . Топ, топ, топ, топ басайық (шеңберге тұру) Жалаудан күн жасайық (қоладарын көтеру) Жаса, жаса, алтын күн (бір орында аяқты нық басып жүру) Жаса, жаса, алтын күн Біраз уақыттан кейін тәрбиеші: "Токта!». Балалар баяулап, тоқтайды. Ойын	Ритмикалық жаттығулар Мақсаты. Балаларды мәтінді педагогтан кейін айта отырып, жаттығулар жасауға үйрету. Сағаттың тіліндей, Иіліп оңға бір, Сағаттың тіліндей Иіліп солға бір. 1, 2, 3, 4, 5 Секіреміз, Айналамыз, Жаттығу жасаймыз!	"Кім епті?" қимылды ойыны Ойын шарты. Педагог балаларды екі командаға бөліп, бір сызыққа тұрғызып, белгіленген межеге дейін 3 м қашықтықта алға жылжи отырып, екі аяқтап секіру керектігін айтады. Педагог секірудің бір бағытта ғана болатынын балаларға түсіндіреді және қалай секіру керектігін тағы да естеріне салады. Екі

		мемлекет болуы үшін қарсыдағы мемлекеттің туын алу керек.		қайталанады.		командадағы балалардың қайсысы ережеге сай және тез секіреді, сол команда жеңген болып есептеледі.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау,залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Кел, допты домалатайық" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Тальго пойызы". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Тәуелсіз елім" 4. Ересек топ «Көбелек» "Тепе-теңдікті сақтап жүру" . 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Арқаннан тез қарғу".	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Жайна елім менің!»,	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Аққаламен футбол ойнайық" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Қалайық қардан аққала". 4. Ересек топ «Көбелек» "Шырша ойыншығын қолға ұстап". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Бағытты өзгертіп жүру".	1. Ерте жас тобы ««Құлыншақ» "Жаңа жылғы сыйлықтарды табайық" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Аққала". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Мен - чемпион". 4. Ересек топ «Көбелек» "Шеңбердегі қызықтар".	5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Биікке секіріп шығу".
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		18.12.2023ж.	19.12.2023ж.	20.12.2023ж.	21.12.2023ж.	22.12.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (доппен). 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар доптарын жоғары көтеріп, екі қолды қайшылайды. 1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын иыққа көтеріп, доптарын қояды. 2.2. Бастапқы қалып: (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып: жерде отырады, аяқ алшақ, доп ұстаған қолдары екі жанында. 3.1. Аяқтарын жинап, доп ұстаған қолдарымен құшақтайды. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4.Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Доптарын көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				
			Тыныс алу жаттығулары "Түлкіні тап" ойыны. Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Біріңнің артыңнан бірің ақырын жүріп отырып, асықпай іздейміз, түлкіні тауып алған балалар қолдарыңды жоғары көтересіңдер!	"Ақ қоян" қимылды ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды жылдамдыққа, мықтылыққа баулу. Барысы: балалар шеңбер жасап тұрады да, ал бір бала ортада қоян болып отырады. Шеңбердегі балалар қол ұстасып қоянды айнала жүріп такпақ айтады	Тыныс алу жаттығулары «Мақтаны ұшырайық» Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: ақ ұлпа жұмсақ мақталарды терең дем алу арқылы балалар үрлеп ұшырады .	«Допты кері лақтыр» қимылды ойыны Мақсат-міндеттер: допты дәл лақтыру және ұстап алу. Барысы: балалар екі қатарға тұрады. Бірінші қатардағы балалардың қолдарында бір доптан бар. Олар қарама-қарсы қатардағы балаларға доптарын лақтырады. Допты құлату саны ең аз болатын топ жеңіске жетеді.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау,залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15		3. Ортаңғы топ «_____» "Жаңа жыл, жаңа нұр!"	1. Ерте жас тобы «_____» "Сыйлықтарды Аяз атаның қабына жинайық" 2. Кіші жас тобы «_____»	1. Ерте жас тобы «_____» "Менің жаңа жылғы сыйлығым" 2. Кіші жас тобы	4. Ересек топ «_____» "Аяз-атамен ойындар жарысы". 5. Мектепалды топ «_____»

				"Қане, домалатайық!" 4. Ересек топ «_____» "Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу". 5. Мектепалды топ «_____» "Биікке секіріп шығу" (пысықтау)	«_____» "Жаңа доп". 3. Ортаңғы топ «_____» "Қош келдің, Жаңа жыл!"	"Допты оң және сол қолмен жерге кезек-кезек ұрғылап, 5 м жерді жүріп өту".
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер:
 А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		25.12.2023ж.	26.12.2023ж.	27.12.2023ж.	28.12.2023ж.	29.12.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамытушы жаттығулар 1. Бастапқы қалып аяқтың арасын алшақ қойып, атластық таспаны ұстаған қолдарды алда ұстау; 1-1 атластық таспаларды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6-8 рет қайталау); 1-2 бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып тік тұру, атластық таспаларды екі қолмен ұстау; 2-1 жерге отырып, атластық таспаларды иық тұсына қою; тұрып, атластық таспаларды алға қою (4-5 рет қайталау); 2-2 бастапқы қалыпқа келу; 3. Екі атластық таспаны бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.				
		"Қап тасиық" қимылды ойыны. Педагог балаларды екі топқа бөліп, қолдарындағы қапты бастарына қойып, ағаш егу үшін торға салу керегін айтады. Әр топтан шыққан бала ережеге сай тапсырма орындауы керек. Балалардың қайсысы ережеге сай және қапшаларды тез жеткізсе, сол топтың балалары жеңген болып есептеледі.	Тыныс алу жаттығулары "Шар" Қолға алып, желі жоқ әуе шарын, Үрлейміз шарымыз дәу болғанша. Дем алып, мұрынмен дем шығарып, Үрлейміз ішіне жел толғанша. Дем алып, мұрынмен дем шығарып, Үрлейміз ішіне жел толғанша.	"Сыйлықтар" қимылды ойыны. Педагог балаларды бір сапқа тұрғызады. Балалар кезекпен бөрененің үстінен адымдап жүру керек. Соңына жеткен кезде бөрененің екінші жағында балаларға арналған сыйлықтар тұрады. Сыйлық ретінде кішкентай доптарды пайдалануға болады. Әрі қарай ойынды күрделендіру мақсатында кішкентай доптармен ойын ұйымдастыруға болады.	Тыныс алу жаттығуы «Шарды үрлейміз» Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: бала шарды алып, алдымен қатты, сонан соң жаймен үрлейді.	"Өз үйінді тап!" қимылды ойыны. Шарты: жүргізуші сайланады. Қалған балалар алдын-ала өздеріне орын таңдайды. Ол олардың "үйі" болмақ. Олар зал ішінде музыка әуенімен секіреді, жүреді, жүгіреді. Педагогтің белгісі бойынша әр бала өз үйіне жүгіреді. Жүргізуші кез-келген бір баланың үйін кіріп алады. Үйсіз қалған бала жүргізуші болады.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Қармен ойнайық"	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Қалай сырғанайтынымызды	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Пингвиндер ұқсап секірейік"	2. Кіші жас тобы «Құлыншақ» "Дені саудың - жаны сау". Мақсат-міндеттері.	1. Ерте жас тобы «құлыншақ» "Қарға секірейік" Мақсат-міндеттер.

		2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Жаңа жылдық сыйлығым". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Допты қолдан-қолға ауыстырып жүру" 4. Ересек топ «Көбелек» "Аяз-атамен ойындар жарысы". Мектепалды топ «Қарлығаш»	көрсетейікші".	2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Допты қағып алу". 4. Ересек топ «Көбелек» "Қысқы ойындар". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Допты жерге соғу ойындары".	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Қыста дөңнен сырғанаймыз".	4. Ересек топ «Көбелек» "Қысқы эстафеталар". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Екі тобықтың арасына допты қысып жүру".
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер:

А.Досекеева

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2023-2024 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы : «Жаннұр»бөбекжай бақшасыЖШС
Жоспардың құрылу кезеңі: қаңтар айы, 2023-2024 оқу жылы.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		01.01.2024ж.	02.01.2024ж.	03.01.2024ж.	04.01.2024ж.	05.01.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (сылдырмақтармен). 1. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар сылдырмақтарын жоғары көтеріп, екі қолымен сылдырлатады. 1.2. Бастапқы қалып (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын оң жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.2. Бастапқы қалыпқа келу. 2.3. Қолдарын сол жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.4. Бастапқы қалып (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып жерде отырады, аяқ алшақ, сылдырмақ ұстаған қолдары екі жанында. 3.1. аяқтарын жинап, сылдырмақ ұстаған қолдарын жоғары көтеріп, сылдырлатады. 3.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Сылдырмақтарын артында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады).				
				"Қимылдарды қайталаймыз". Мақсат-міндеттер. Аталған ойынның тағы бір нұскасы. Педагог қандай да бір қимылды көрсетеді, ал балалар біреуінен немесе екеуінен басқа барлық қимылдарды қайталайды. Мысалы, егер жүргізуші қолын жоғары көтерсе, балалар шапалақ ұруы керек; қолдары екі жаққа созылғанда, балалар аяқтарын тыпырлатады. Кім қателесе, сол	"Стоп-кадр" пантомима жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларға жан-жануар, құстың қимылын көрсетуді және "стоп-кадр" белгісі бойынша қимылдап жатқан сол кейпінде қозғалмай, "қатып қалу" қалпын көрсете білуге дағдыландыру; вестибуляр аппаратын, зейінін, ой-қиялын дамыту. - Балалар, қазір сендер әуенді тыңдап, жан-жануарды,	Тыныс алу жаттығулары «Мұрынмен дұрыс тыныста, ауызбен дұрыс дем шығар» Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: Балалар мұрынмен терең тыныс алып, ауызбен ауаны ұртқа жинамай, жәйменен дем шығарады.

				жүргізуші атанады.	құсты немесе жәндіктің қимылдарына еліктейсіндер.	
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15			Қысқы демалыстар	Қысқы демалыстар	Қысқы демалыстар
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		08.01.2024ж.	09.01.2024ж.	10.01.2024ж.	11.01.2024ж.	12.01.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (орамалдармен). 1. Бастапқы қалып: аяқ алшак, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар орамалмен беттерін жауып, "тауып ал" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшак, дене тік, қол төменде. 2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, орамалды умаждап "жуамыз" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып. (дәл осы жаттығу сол жаққа қайталанады және 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып: жерде отырады, аяқ алшак, орамал тізе үстінде. 3.1. Жерге шалқасынан жатып, орамалмен беттерін жауып "ұйықтайық" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, кол төменде. 4.1. Орамалды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				
		«Ұлпақар» тыныс алу гимнастикасы (мақта) Қатты боран басылды (жаймен тырсылдатады) Күн жарқырай ашылды (қолдарымен күн жасайды) Көктен төмен әдемі ұлпақарлар шашылды. Тәулік бойы тынбайтын, Болайықшы ұлпақар. 1, 2, 3,4, 5 Ұлпақарлар үш! (алақандарындағы ұлпақарлаға үрлейді)	"Торғайлар мен мысық" қимылды ойыны Ойынның мақсат-міндеттер: балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру; зейіндерін, байқағыштықтарын және жүгіру дағдыларын дамыту. Ойынның шарты: жерді шеңбермен белгілеу керек.	Тыныс алу жаттығуы «О-у-м» дыбыстары Педагог балалардың назарын өзіне аударып: - Балалар, музыка ойнамас бұрын алдымен дыбыстарды айту арқылы миымызды дем алдырып алайық. - «О-о-у-у, м-м-м-м... » деп созып, дыбыстарды айту бас миының барлық бөлігіне оң әсер етеді. - Бастапқы қалыпты ұстап, еркін тұрамыз.	Қимылды ойын. Ұлттық ойын «Бәйге». (дене шынықтыру) Балаларды әртүрлі жарысқа қатысуға үйрету (кім бұрын жылжиды, кім бұрын озады сол жеңіске жетеді). Балаларды достарының жеңісіне жеткеніне қуануға үйрету.	"Бір мұрын қуысымен тыныста" тыныс алу жаттығуы. Мақст-міндеттер: балаларды тыныс алу бұлшық еттерін, жоғарғы және мұрын қуыстарындағы тыныс алу жолдарын шынықтыра білу қабілеттерін дамыту. Бастапқы қалып - отырып, тұрып, денені түзу, бос ұстау. Оң қолдың сұқ саусағымен он мұрын қуысын жауып, сол мұрын қуысымен ақырын ұзақ тыныс алу (төмен, орташа, жоғары тыныспен)
Ұйымдастырылған іс-	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау,залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				

әрекетке дайындық						
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Қысқы жолдармен жүрейік" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Тонады қардан аяқтар". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Ақшақарлар билейді". 4. Ересек топ «Көбелек» "Жыланша жорғалау". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Екі тобық арасына доп қысып алып жүруді пысықтау"	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Әдемі билейміз".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Міне, қалай қар сықырлайды" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Қыста қандай ғажап". 4. Ересек топ «Көбелек» "Қар үстіндегі жолдар". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "3 метр қашықтықтан тура бағытта доп домалату"	2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Қысқы ормандағы аңдар". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Ақшақарлар секілді билейміз".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Қарды алысқа лактырайық" 4. Ересек топ «Көбелек» "Қар атысайық". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» Доппен жаттығулар
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		15.01.2024ж.	16.01.2024ж.	17.01.2024ж.	18.01.2024ж.	19.01.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары. 1. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар сылдырмақтарын жоғары көтеріп, екі қолымен сылдырлатады. 1.2. Бастапқы қалып (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын оң жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.2. Бастапқы қалыпқа келу. 2.3. Қолдарын сол жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.4. Бастапқы қалып (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып жерде отырады, аяқ алшақ, сылдырмақ ұстаған қолдары екі жанында. 3.1. аяқтарын жинап, сылдырмақ ұстаған қолдарын жоғары көтеріп, сылдырлатады. 3.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Сылдырмақтарын артында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады).				
		"Алып және ергежейлі" тыныс алу жаттығуы. – Балалар, өзімізді "Алып" деп санап көрейік. Ол үшін демді ішке тартамыз да, аяқтың ұшымен тұрамыз. Қолымызды жоғары көтереміз. Тамаша!	Аңшылар мен қояндар" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттері. Балаларды ойын шартын бұзбай ойнауға дағдыландыру; мергендікке, дәлдікке, шапшаңдыққа, жылдамдыққа, кимылдардың үйлестеіре білуге бейімдеу; ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Балалар тобынан арасынан бір-екі бала "аңшы" болып (өз қалауларымен немесе санамақ арқылы) тағайындалады.	Тыныс алу жаттығулары "Түлкіні тап" ойыны. Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Біріңнің артыңнан бірін ақырын жүріп отырып, асықпай іздейміз, түлкіні тауып алған балалар қолдарыңды жоғары көтересіңдер! Педагог балаларды осылай ынталандырып, ойын түрінде тыныс алу жаттығуларын өзімен бірге орындатады.	"Қар ұлпалары" эстафета ойыны. Педагог балаларды екі топқа(команда) бөледі. Жерде жатқан ұлпа қарларды балалар себетке салу керек. Ең көп ұлпа қарларды жинаған топ балалары жеңіске жетеді.	"Қарды ұшырайық" тыныс алу жаттығуы (мақтаны қолдану). Мақсат-міндеттер. Балалардың тыныс алу жүйесін дамыту; қардың қасиеті жөнінде алғашқы ұғымдарды қалыптастыру; жасалып жатқан жаттығудан жағымды әсер алуға баулу. Алғашында педагог балаларға жаттығуды жасау үлгісін көрсетеді: мақта мамығын ашылған алақанға салып, үздіксіз үрлейді.

Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» " "Қысқы жолмен" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Орман аңдарының іздері". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Маубас аю". 4. Ересек топ «Көбелек» "Аңдардан ептіміз". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Доппен эстафеталар"	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Аю ұйықтағанды жақсы көреді".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Біз шеңбер құра аламыз" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Қай аңның ізі?" 4. Ересек топ «Көбелек» "Аңдарға еліктеп жүреміз, секіреміз, жорғалаймыз". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Бөрене үстімен төрт тағандап еңбектеу"	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Түзу шеңбер" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Құстарға жем шашайық". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Жануарлар қалай қыстайды?"	4. Ересек топ «Көбелек» "Аңдар туралы ойындар". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Еңбектеу жаттығулары".
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		22.01.2024ж.	23.01.2024ж.	24.01.2024ж.	25.01.2024ж.	26.01.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен). 1. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар жалаумен беттерін жауып, "тауып ал" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, жалауды умаждап "жуамыз" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып (дәл осы жаттығу сол жаққа қайталанады және 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып - жерде отырады, аяқ алшақ, жалау тізе үстінде. 3.1. Жерге шалқасынан жатып, жалаумен беттерін жауып "ұйықтайық" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып - аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Жалауды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады).				
		Негізгі қимыл жаттығулары - доптан аттап бір жанымен жүру; - жылдамдыққа, кегльдер арасымен жүре отырып, жүрумен алмастыра отырып 100-120 м қашықтыққа жүгіру; - 4 м арақашықтықтан қапшықты тік нысанаға иықтан асырып, оң қолмен лақтыру;	"Жылан тәрізді болайық" қимылды ойыны. Мақсат-міндеттер. Сылдырмаққа дейін еңбектеп баруды үйрету. Әр бала орындықта отырады. Балалардан 3-4 м жердегі сылдырмақ жатады. Есімі аталған бала педагог белгілеген жерге дейін жорғалап (еңбектеп) баруы керек. Сылдырмақты қолына алып, бір-екі рет сылдырлатады да, қайтып орнына келеді.	"Ұшты-ұшты" дидактикалық ойыны. Мақсат-міндеттер: есту зейінін дамыту. Міндеттері: балаларды ұшатын және ұшпайтын заттарды тануға үйрету. Зейінді, есте сақтауды, сөйлеуді және логикалық ойлауды дамыту. Құстарға деген құрмет сезімін тәрбиелеу.	"Мысық пен тышқан" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттері. Балаларды ойын шартына сай ойнауға, рөлді дәл атқаруға бейімдеу; зеректікке, шапшаңдыққа, жылдамдыққа, жылдам жүгіруге машықтандыру; шыдамдылыққа, ұйымшылдыққа тәрбиелеу.	"Допты қуалап ұста!" қимылды ойыны. Педагогтің қолында себетке салынған доптар. "Хоп!" деген белгімен педагог доптарды еденге домалатып жібереді. Балалар доптың артынан жүгіреді, әрбіреуі бір доптан алып себетке салады, педагог себетті баланың жоғары көтерген қолының деңгейінде ұстайды және балалар өз орындарына барады. Тапсырманы әр бала 2-3 реттен орындайды.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»	3. Ортаңғы топ «Балдырған»	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»	4. Ересек топ «Көбелек»

09.00 - 11.00		"Құстар ұшып самғайды" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Көгершінмен ойын ойнайық". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Суықторғай". 4. Ересек топ «Көбелек» "Құстардай қайраттымыз". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Еңбектеу жаттығуларын пысықтау"	"Біз құстарды аялаймыз!"	"Құстарға жем берейік" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Құстармен бірге ойнайық". 4. Ересек топ «Көбелек» "Жылдам және епті құстар". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Кедергі заттар арасымен хоп-фитболмен жүгіру"	"Орманнан шыққан дыбыстар" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Еңбектеген марғау". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Құстарға жем шашайық".	"Қамқоршылар тобы". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Кедергілерді асу жаттығулары"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		29.01.2024ж.	30.01.2024ж.	31.01.2024ж.	01.02.2024ж.	02.02.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (алақанға шақ текшелермен). 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар қолдарын алға созып, алақандарын ашып, текшелерін көрсетіп ""міне"" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, текше ұстаған қол көкірек тұсында. 2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, текшелерін көрсетіп ""міне"" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып. (дәл осы жаттығу сол жаққа және 4 рет қайталанады). 3.Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене бос, қол төменде. 3.1. Жерге отырып, қолдарын алға созып ""міне"" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, текше ұстаған қол көкірек тұсында. 4.1. Бір орында тұрып секіру, екі қолды көкірек тұсында ұстап, алақандарын жұму. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				
		Балалардың деңсаулығының нығаюына ықпал ету, күнделікті дене шынықтыру жаттығуларын жасау әдебін тәрбиелеу. Кешенді жаттығу. Сағаттың тіліндей Иіліп оңға бір, Сағаттың тіліндей Иіліп солға бір, Оң аяқ, сол аяқ Жаттығу оңай-ақ.	"Баскетбол" қимылды ойыны. Педагог балаларды екі топқа бөліп, баскетбол добына арналған торға белгіленген нысанадан аспай, допты көкірек тұсынан дәлдеп лақтыру керегін айтады. Қай топ балалары допты дұрыс және көп лақтырады, сол топ жеңеді. Ойын 2-3 айналымды құрайды.	"Қарды ұшырайық" тыныс алу жаттығуы (мақтаны қолдану). Мақсат-міндеттер. Балалардың тыныс алу жүйесін дамыту; қардың қасиеті жөнінде алғашқы ұғымдарды қалыптастыру; жасалып жатқан жаттығудан жағымды әсер алуға баулу.	"Ұстап үлгер" қимылды ойыны. Педагог балаларды 3 топқа бөледі. Әр топ шеңбер болып тұрады. Әр шеңбердің ішінде бір "жүргізуші" тұрады. Балалар допты бір-біріне лақтырады. "Жүргізуші" допты ұстап алу керек.	Ояныңдар, тұрыңдар! Мұнда мойын бұрыңдар, Жаттығулар жасайық, Терезені ашайық. Таза ауа пайдалы, Қане, биге басайық. Шынықса жас денеміз, Жылдам өсе береміз.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Қар жауса - балалар қуанады" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Доғадан еңбектеп өту".	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Сырғанаймыз шанамен".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Аюмен дос болайық" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Марғау ұқсап еңбектейміз".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Аю сырқаттап қалды" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Мен спортшы боламын!"	4. Ересек топ «Көбелек» "Доппен ойындар". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Кедергі заттар арасымен допты домалатуды

		3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Домаланған кірпі". 4. Ересек топ «Көбелек» "Допты екі қолымен лақтыру". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Кедергілерді өту эстафеталары"		4. Ересек топ «Көбелек» "Доппен жаттығулар түрлері". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Кедергі заттар арасымен допты домалату".	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Допты қақпа арқылы домалатамыз".	пысықтау".
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер : А.Доскеева.

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2023-2024 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы : «Жаннұр»бөбекжай бақшасыЖШС
Жоспардың құрылу кезеңі: ақпан айы, 2023-2024 оқу жылы.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		05.02.2024ж.	06.02.2024ж.	07.02.2024ж.	08.02.2024ж.	09.02.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (доппен). 1. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар доптарын жоғары көтеріп, екі қолды қайшылайды. 1.2. Бастапқы қалып (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын иыққа көтеріп, допты қояды. 2.2. Бастапқы қалып (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып жерде отырады, аяқ алшақ, доп ұстаған қолдары екі жанында. 3.1. Аяқтарын жинап, доп ұстаған қолдарымен құшақтайды. 3.2.Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып - аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Доптарын көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып (жаттығу 3 рет қайталанады).				
		Кешенді жаттығу. Балалардың денсаулығын нығайтуға ықпал ету, күнделікті жаттығу әдетін қалыптастыру. Ал, балалар, тұрайық, Алақанды ұрайық. Оңға қарай иіліп, Солға қарай иіліп, Бір отырып, бір тұрып, Бойымызды созайық. Белімізді жазайық.	Тыныс алу, релаксация, сөйлеу артикуляциялық жаттығулары, ойын массажы элементтерімен таңғы жаттығулар. Тобымызда күн сайын, Жаттығу орындайық. Тәртіп бойынша ғана, Жаттығу орындалады: Барлығымыз отырып, Барлығымыз тұрамыз. Оңға - солға бас бұрып, Керіліп, айналамыз. Бір - біріңе жымып, Күлімсіреп қараңдар! Ешқашан қабәқ түйіп, Достарға қарамаңдар!	"Допты домалату" аз қимылды ойыны. Педагог балалармен бір сызықтың бойында тұрады. Сызықтан 1-1,5 м қашықтықта арқан тартылады. Арқанға түрлі суреттері бар тақтайшалар бекітіледі, олардың арасындағы қашықтық 20-30 см құрайды. Педагог балалармен қандай тақтайшаларды қағып түсіретінін келіседі. Ойын барлық тақтайшалар құлатылғанға дейін жалғасады.	Тыныс алу жаттығуы Педагог балаларға қағаздан жасалған зырылаудық таратып береді. Балалар зырылдауыққа үрлеу арқылы тыныс алу жаттығуын жасайды.	"Кім тез жүгіреді?" қимылды ойыны Педагог балаларды екі командаға бөліп, бір сызыққа тұрғызып, белгіленген межеге дейін бастарын төмен түсірмей, аяқтары шалыныспай, аяқ, қол қимылын сәйкестендіріп, еркін жүгіру керектігін айтады. Педагог жүгірудің бір бағытта ғана болатынын балаларға түсіндіреді және қалай жүгіру керектігін тағы да естеріне салады.

			Тусипжанова-Шагирова А.			
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Аралар сияқты тыңбай еңбектенеміз" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Шынықсын денеміз". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Ұшқыш болам самғайтын". 4. Ересек топ «Көбелек» "Доғадан өрмелеу". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Түрлі биіктіктегі заттардан қос аяқтап секіру"	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Солдат болам кезінде".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Шашылып қалған ыдыс-аяқтар" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Біз мықты боламыз". 4. Ересек топ «Көбелек» "Жұптасып шынығайық". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Кедергі заттар арасымен допты домалату".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Құмырсқалар сияқты еңбектеймін" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Велосипед". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Аэродром".	4. Ересек топ «Көбелек» "Мықтылар жарысы". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Заттар үстіне және олардан жерге секіру эстафеталары"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		12.02.2024ж.	13.02.2024ж.	14.02.2024ж.	15.02.2024ж.	16.02.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамытушы жаттығулар 1.Бастапқы қалып: аяқтың арасын алшақ қойып, жалау ұстаған қолдарды алда ұстау; 1–1 жалауларды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6-8 рет қайталау); 1–2 бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып: тік тұру, жалауларды екі қолмен ұстау; 2–1 жерге отырып, жалауларды иық тұсына қою; тұрып, жалауларды алға қою (4-5 рет қайталау); 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 3. Екі жалауды бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.				
		Кешенді жаттығулар Бойды сергек тік ұста, Емін-еркін тыныста. Оң қолыңды соз алға, Қол ұшына қара да, Үшбұрыш сыз ауада, Сол қол босқа тұрмасын, Шеңбер жасап тынбасын.	"Кеглиді соқ" қимылды ойыны. Максат-міндеттер : балалардың спорттық ойынға деген қызығушылығын арттыру; ойынды жарыса ойнау арқылы жылдамдыққа баулу; спорттық ойындарды белсене ойнауға тәрбиелеу. Ойынның шарты : балалар ойынды кезектесіп ойнайды.	Қимыл-қозғалыс ойыны: “Менің көңілді добым...” Максаты: балаларды екі аяқпен секіруді үйрету, мәтінді мұқият тыңдау және мәтіннің соңғы сөз айтылған кезде ғана допты қуалау керек. Тыныс алу жаттығуы.	Қимылды жаттығу. "Пингвиндер ұқсап жүрейік". - Пингвиндер ұқсап жүрейік, Оңға-солға теңселейік: Топ-топ-топ, топ-топ-топ, Оңға-солға теңселейік. Ал енді, пингвиндер, тоқта! Қане, жиналыңдар сапқа! Бір-бірімізден қалмаймыз, Сапта жүріп, ай, жараймыз! Д. Ахметова	"Қатарға тұрып билейік" жаттығуы. Максат-міндеттер: балаларды жаттығу барысында ырғаққа сай қозғалып, сөздерді бірге айта жүріп, айтылған дене мүшелерін қозғауға машықтандыру; қабылдау, зерек болу қабілеттерін, вестибуляр аппаратын дамыту. Жаттығуды көңілді әуен жазбасын қосып өткізуге болады.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау,залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Поезбен орманға саяхат" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Пингвинмен жаттығу жасайық". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Үш аяқты тұлпарым	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Велосипедтер зырылдайды".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Қайық" . 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Пингвин ұқсап жүрейік". 4. Ересек топ «Көбелек»	2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Шынықсақ – шымыр боламыз!" 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Велоипед теуіп көрдіңдер ме?"	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Қоянға шынығуға көмектесейік" 4. Ересек топ «Көбелек» "Жүгірушілердің жарыстары". 5. Мектепалды топ

		(велосипед)". 4. Ересек топ «Көбелек» "Велотренажер". "Велосипед". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Гимнастикалық сатыда әртүрлі тәсілмен өрмелеу"		"Аякпен жасалатын қимылдардың түрлері". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Қалай өрмелей аласыңдар?"		«Қарлығаш» "Қалай өрмелей аласыңдар?" (пысықтау)
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер:
 А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		19.02.2024ж.	20.02.2024ж.	21.02.2024ж.	22.02.2024ж.	23.02.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамытушы жаттығулар 1. Бастапқы қалып: жерде аяқтың арасын ашып отырып, шеңберді екі қолмен ұстау; 1–1 шеңберлерді қолды бүкпей, бастан жоғары көтеру; 1–2 иыққа салып, басқа кию; 1–3 бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, құрсауларды екі қолымен төменде ұстау; 2–1 қолды жоғары көтеріп, шеңбер ұстаған қолды бетке жақындатып, басқа кигізу; 2–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: жерде отырып, аяқты бірге қою, шеңберді екі қолмен ұстап, тізенің үстіне қою; 3–1 оң жаққа бұрылып, шеңберді жерге қою; 3–2 тіктелу; 3–3 сол жаққа бұрылып, шеңберді жерге қою; 3–4 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау). 4. Бастапқы қалып: аяқты бірге қою, құрсауды екі қолмен ұстау; 4.–1 бір бағытта жеңіл секіру; 4–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау).				
		Кешенді жаттығулар Көтеріліп шаңырақ, (шеңбер құрады) Уықтары шаншылар. (қолдарын жоғары созады) Кергелер керіліп, (қолдарын жандарына созып, үлкен шеңбер жасайды) Өрімдей боп өрілер. Бәріміз жүрсек айналып (шеңбер бойымен айналады) Киіз үй боп көрінер.	"Допты қуып жет" қимылды ойыны Ойын басталмас бұрын педагог: - Балалар, бүгін қызық ойын бастайын деп тұрмыз. Қалай ойнау керектігін түсіндіремін. Педагог балаларды шеңберге тұрғызып, бір пысық баланы ортаға шығарып, ойынның шартын түсіндіреді.	"Жалауға қарай жүгір" қимылды ойын. Балалар тәрбиешіге қарама-қарсы тұрады. Тәрбиеші қолындағы жалауды жоғары көтереді. Балалар тәрбиешінің қасына жиналады. Жалауды қайта түсіргенде балалар жан-жаққа тарап кетеді. Ойын бірнеше рет қайталанған соң, бір бала жалауын көтеріп жүреді, басқа балалар соңынан еріп жүреді..	Дидактикалық ойын "Дұрыс, дұрыс емес". Мақсат-міндеттер: зейінді, есте сақтауды дамыту. Сипаттама: мұғалім әртүрлі сөз тіркестерін айтады, дұрыс және дұрыс емес. Егер сөйлем дұрыс болса, балалар шапалақтайды, егер дұрыс емес болса, аяқпен топылдатады.	"Дәрумендер" жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балалардың дене мүшелерін жетілдіру; ырғаққа сай қимылдауға, көркем сөзге ілесіп айтуға машықтандыру; жағымды эмоцияларды дамыту. Музыкалық сүйемелдеумен өткізіледі.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау,залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы	3. Ортаңғы топ	1. Ерте жас тобы	2. Кіші жас тобы	1. Ерте жас тобы

әрекет 09.00 - 11.00		«_Құлыншақ» "Бауырсақтың Денсаулық әлеміне саяхаты" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Қос аяқпен секіреміз". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Салауатты өмір". 4. Ересек топ «Көбелек» "Гимнастикалық қабырғамен өрмелеу". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Кедергілердің арасынан фитболды домалату"	«Балдырған» "Шынықсақ - шымыр боламыз".	«Құлыншақ» "Қоян Айболитке қонаққа келді" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Қоян қалай секіреді?" 4. Ересек топ «Көбелек» "Қол мен аяқтарымыз шымыр". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Фитболмен ойнайық"	«Балапан.Бөбек» "Көңілді құстар". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Кенгуру секілді секіреміз".	«Құлыншақ» "Көңілді қаздар" 4. Ересек топ «Көбелек» "Қанатпен тарту ойыны". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Бұлттар секілді қалықтаймыз"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер:
 А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		26.02.2024ж.	27.02.2024ж.	28.02.2024ж.	29.02.2024ж.	01.03.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (доппен). 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар доптарын жоғары көтеріп, екі қолды қайшылайды. 1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын иыққа көтеріп, допты қояды. 2.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып: жерде отырады, аяқ алшақ, доп ұстаған қолдары екі жанында. 3.1. Аяқтарын жинап, доп ұстаған қолдарымен құшақтайды. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Доптарын көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				
		Ұлттық ойын. Түйілген орамал Ойын жүргізуші ойынды өзі бастайды. Ең алдымен балаларды айналасына жинап алады да «1, 2, 3» - деп дауыстайды. Осы кезде балалар жан-жаққа бытырай қашады. Ал ойын жүргізушісі қолында түйілген орамалы бар баланы қуалайды. Ол орамалды басқа біреуге лақтырады, қағып алған бала қаша жөнеледі.	Қимыл-қозғалыс ойындары: "Қарғалар мен торғайлар", "Мұқият бол". Максат-міндеттер. Жан-жаққа шашырап жүгіруді, кеңістікті бағдарлауды дамыту.	Қимылды ойын. «Домалақты жерге түсіріп алма». Берілген дыбыс бойынша қасықты қолына алады. Қасыққа кішкентай домалақ шарды салып түсірмей берілген жерге жеткізу, ептілікке баулу.	Ұлттық ойын. Ақсүйек Ең алдымен, ойнаушылар өзара келісіп, жеңген топ үшін жұлде тағайындайды да, екі топқа бөлінеді. Топ басқарушылар ақсүйекті қайсысының лақтыратынын шешіп алу үшін кезектесіп таяқ ұстайды, таяқтың басына кімнің қолы бұрын шықса, сол ақсүйекті құлашы жеткенше лақтырады.	"Ритмикалық ойын. "Би билеген баламыз". Максат-міндеттер. Балаларды әуеннің ырғағына сай қимылдап, тақпақ сөздерін айтуға ынталандыру; түйсікті, эмоциялық сфераны дамыту. - Жаттығу жасап көреміз, (адымдау) Қолды көкке көтереміз, (қолдар жоғары) Түсіріп белге төмен, (қол белде) Еңкейеміз, еңкейеміз. (оң-сол жаққа еңкею)
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Көңілді торғайлар" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек»	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Қайратты боламыз". .	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Қарлығашпен кездесу" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек»	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Мерген болайық" 2. Кіші жас тобы	4. Ересек топ «Көбелек» "Түрлі жолдармен жүре аламыз".

		"Аулаға құстар ұшып келді". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Қарлығаштай қайратты". 4. Ересек топ «Көбелек» "Арқан үстімен адымдап жүру". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Шелек ұстап жүгіру"		"Құстар әлемінде". 4. Ересек топ «Көбелек» "Цирк атлеттерінің сайысы". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Кегльдер арасымен төрт тағандап еңбектеу"	«Балапан.Бөбек» "Бұлақ көрсең, көзін аш". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Биік секіреміз".	5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Кегльдер арасымен төрт тағандап еңбектеу"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2023-2024 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы : «Жаннұр»бөбекжай бақшасыЖШС
Жоспардың құрылу кезеңі: наурыз айы, 2023-2024 оқу жылы.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		04.03.2024ж.	05.03.2024ж.	06.03.2023ж.	07.03.2024ж.	08.03.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары. 1. Бастапқы қалып: негізгі тұрыс. 1.1. Екі жаққа созылған қолдарды жоғары көтеру-қолдарды түсіру. 2. Бастапқы қалып: қолды кеуде тұсында бүгіп ұстап, етпетімен жату. 2.1. Қолдарын алға созып, қарағай бүршіктерін нұсқаушыға көрсету; алға тік қарап, қарағай бүршіктерін иыққа қою. Дененің жоғарғы бөлігін қатты имеуге тырысу керек. 3. Бастапқы қалып: қолды екі жанға қойып, шалқадан жату. Қол мен аяқты бір уақытта көтеру, қолды тобыққа тигізу. 3.1 Бастапқы қалыпқа оралу. 4. Бастапқы қалып: негізгі тұрыс. 4.1. Қарағай бүршіктерін ұстап, бір орында тұрып секіру. Баяу жүру.				
		Қимылды ойын. «Жүгір-отыр-жүгір!» Белгі бойынша әрекет жасауды дамытуды жалғастыру. («Жүгір!» балалар алаңда жүгіреді, «Отыр!» отырады); жылдамдықты (бұйрықты тез орындау). Күнделікті белсенді қимыл әрекеттерін қалыптастыру.	"Жапалақ" қимылды ойыны. Ойыншылар ішінен жапалақ таңдалады. Басқа балалар құстар, қоңыздар, көбелектер болады. Жапалақ тоғайға (гимнастикалық қабырғаның бірнеше сатысына) шығады, ал қалған балалар «қанаттарын қағып», «ұша» бастайды. Педагог «Түн» деп айтқан кезде, құстар мен жәндіктер өз орындарында қозғалмай тұрып қалады.	Музыкалық-ырғақты жаттығуы. Бойды бүкпей тік ұста, Еркін тұрып тыныста. Жай оң қолды оң жаққа, Жай сол қолды сол жаққа. Екі қолды белге ұста. Алға қарай бір адым, Артқа қарай бір адым. Қос аяқтап топ – топ, Алақанды соқ – соқ.	Ұлттық ойыны. Сикырлы таяқ Ойнаушылар қол ұстасып, дөңгелене шеңбер жасап тұрады. Қолында таяғы бар ойын жүргізуші шеңбердің ортасына келеді де, ойынның тәртібін түсіндіреді. Ойнаушыларды бірден бастап түгел нөмірлеп шығады. Ойынның шарты бойынша ойын жүргізуші қолындағы таяғын шеңбердің ортасында тік ұстап тұрады да, бір нөмірді атап, таяқты қоя береді.	
Ұйымдастырылған іс-	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау,залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				

әрекетке дайындық						
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Мерген болайық" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Құстармен шалшықтан аттаймыз". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Таза бұлақ". 4. Ересек топ «Көбелек» "Қапшаларды нысанаға лақтыру". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Қамшы ұстап шоқырақтап жүру"	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Көктемгі жылғалар".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Шалшықтан аттап секірейік" 4. Ересек топ «Көбелек» "Қақпашы бола аламыз ба?" 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Кегльдер арасымен төрт тағандап еңбектеу"	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Тыныш отыр сұр қоян" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Бал бұлақ". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Таза бұлақтай таза болайық!"	
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		11.03.2024ж.	12.03.2024ж.	13.03.2024ж.	14.03.2024ж.	15.03.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (сылдырмақтармен). 1. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар сылдырмақтарын жоғары көтеріп, екі қолмен сылдырлатады. 1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын оң жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.2. Бастапқы қалып. 2.3. Қолдарын сол жаққа жіберіп, сылдырмақтарды сылдырлатады. 2.4. Бастапқы қалып. (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып - жерде отырады, аяқ алшақ, сылдырмақ ұстаған қолдар екі жақта. 3.1. Аяқтарын жинап, сылдырмақ ұстаған қолдарын жоғары көтеріп, сылдырлатады. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып - аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Сылдырмақтарды артқа ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				
		Ұлттық ойын. Киіз үй Ортаға арқалығына орамал ілінген төрт орындық қойылады. Балалар орындықты айнала жүгіріп, нұсқаушының дабылы бойынша «киіз үй» құрады: орамалдың бұрышынан ұстап жоғары көтереді."	"Орамал" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды шапшаңдыққа баулу, ойынға деген қызығушылықтарын арттыру. Балалар шеңбер құрып отырады, ал шеңбер бойымен бір бала жүгіреді, қолында орамалы болуы тиіс. Шеңбер бойынша отырған баланың біріне орамалды артына тастап кетуге тиісті.	Ұлттық ойын. Білектесу. Бір столдың шетіне қарама-қарсы отырған екі бала оң қолдарының шынтағын столға тіреп қояды да, бірінің қолын бірі алақандастыра мықтап ұстайды. Сол жақтағы қолдарын әркім өзінің оң жақ қолтығына тығып алады. Осылай ұстасып алған екі палуан бала, ойын бастаушы команда берісімен, шынтақтарын сол орнынан қозғамай, қарсыласының тіреулі қолын шалқасынан түсіруге ұмтылады.	Қимылды ойын: «Қармақ». Балалар шеңбер бойымен тұрады. Ортада тәрбиеші. Оның қолында «қармақ» (скалка) қармақты төменнен айналдырады, ал балалар «қармаққа» түсіп қалмау үшін орында тұрып жоғары секіреді. Кімге қармақ тиіп кетсе, сол ойыннан шығады.	"Хан талапай" ұлттық қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды жылдамдыққа, шапшаңдыққа баулу. Ойынға қызығушылығын арттыру. Ойынның шарты: Ойынға 5-10 балаға дейін қатыса береді. Асық көп болу керек. Көп асықтың ішінен үлкенірек біреуін алып қызыл түске бояндар. Осы асық «хан» болады. Алдымен санамақ арқылы ойын бастаушыны тағайындап алындар.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				

Ұйымдастырылған іс- әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Қазақ халқының ұлттық ойыны" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Арқан тарту". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Наурыз келді, алақай!" 4. Ересек топ «Көбелек» "Футбол ойыны". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Биікке ілінген затқа секіріп қол тигізу"	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Наурыз құтты болсын!"	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Біз шымырмыз, ептіміз, алғырмыз!" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Қазақтың ұлттық ойыны". 4. Ересек топ «Көбелек» "Аю сияқты алақан мен табанды тіреп еңбектеу". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Жүгіріп келіп жоғары секіру"	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Бізге қонаққа Алдар Көсе келді" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Түзу арқан". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Наурыз мерекесі келді".	4. Ересек топ «Көбелек» "Тауға шыққан альпинисттер". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Жүгіріп келіп жоғары секіру" (пысықтау)
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		18.03.2024ж.	19.03.2024ж.	20.03.2024ж.	21.03.2024ж.	22.03.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (кішкентай доптармен) 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қолдағы доптар төменде 1.1 - балалар доптарымен қолдарын жоғары көтеріп, оң жаққа бұрылады; 1.2 - бастапқы қалыпқа келу. 1.3 - балалар доптарымен сол жаққа бұрылады; 1.2 - бастапқы қалыпқа келу (жаттығу 5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде 2.1 - аяқтың ұшына тұрып, қолдарын жоғары көтеріп, доптарын сермейді; 2.2 - бастапқы қалыпқа келу (жаттығу 5 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып: аяқтары бірге, дене тік, доптар төменде 3.1 - жерге жартылай отырып, қолдарын жоғары көтеріп, доптарын көрсетеді; 3.2 - бастапқы қалыпқа келу (жаттығу 4 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде 4.1 - доптарын көкірек тұсында ұстап, бір орында айналып секіру (оң және сол жаққа). 4.2 - бастапқы қалыпқа келу (жаттығу 5 рет қайталанады).				
		Қимыл-қозғалыс ойындары: "Кім жылдам?", "Әрі қарай және одан жоғары". Мақсат-міндеттер. Жүгіру кезінде жаттығу, жылдамдықты дамыту; кедергіден оңай өтуге үйретуді жалғастыру.	Ұлттық ойын. Қара құлақ Ойынға 5-10 бала қатысады. Олар оңаша жерге топталып өз араларынан бір баланы қазық етіп белгілейді. Қазық тұрған жерінде қозғалмай тұрады. Басқалары әрі кетеді. Содан кейін ойынға қатысушылар қазықты алыстан қоршап бірте-бірте жақындай түседі.	"Кім спортшы?" жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларды денсаулықты сақтау қағидаларына баулу; мәтінді ырғаққа сай айта жүріп, қимылдарды орындауға машықтандыру. Кім спортшы? Тек алға! (Орында адымдау)		
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Еңбек бәрін жеңбек" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Допты қақпаға дәлдейміз". 3. Ортаңғы топ	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Айгөлек, би билейміз дөңгелеп!"	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Спорт әлемінде" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Спорт әлемінде". 4. Ересек топ		

		«Балдырған» "Кірпі қалай жүреді?" 4. Ересек топ «Көбелек» "Кімді мерген деп санаймыз?" 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Гимнастикалық бөрене үстінде жаттығу жасау"		«Көбелек» "Денеміздің тепе-теңдігін сақтайық". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Жіп арқылы бір-біріне доп лақтыру"		
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		25.03.2024ж.	26.03.2024ж.	27.03.2023ж.	28.03.2023ж.	29.03.2023ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (секіртпемен) 1.Бастапқы қалып: дене тік, аяқ алшақ, секіртпені екі бүктеп төменде ұстау. 1 - оң аяқты ұшына қойып, секіртпені жоғары көтеру; 2 - бастапқы қалыпқа келу. Жаттығуды сол аяқпен қайталау. Жаттығу 6 рет қайталанады. 2. Бастапқы қалып: дене тік, аяқ алшақ, секіртпені төменде ұстау. 1 - секіртпені жоғары ұстау; 2 - оңға бұрылу; 3 - тіктелу; 4 - бастапқы қалыпқа келу. Осы жаттығуды сол жаққа қайталау. Жаттығу 6 рет қайталанады. 3. Бастапқы қалып: аяқты алшақ ұстап, отыру, секіртпені жоғары ұстау. 1-2 - еңкейіп, секіртпені аяқтың ұшына қою; 3 - 4 - бастапқы қалыпқа келу. Жаттығу 6-7 рет қайталанады. 4. Бастапқы қалып: тіземен отырып, секіртпені төменде ұстау. 1 - 2 - оң жамбасқа отыру, секіртпені алдына шығару; 3 - 4 - бастапқы қалып. Жаттығуды сол жақ жамбасқа қайталау. Жаттығу 5-6 рет қайталанады. 5. Бастапқы қалып: жерге етпетінен жатып, бүгілген қолымен секіртпені ұстап, алдына қою. 1-2 - бүгіліп, қолдарын алдына-жоғары созу; 3-4 - бастапқы қалыпқа келу. Жаттығу 6 рет қайталанады. 6. Бастапқы қалып: дене тік, аяқ алшақ, қол төменде, секіртпе жерде. Секіртпемен айналып секіру. Жаттығуды 8-10 рет қайталау. 7. Бастапқы қалып: дене тік, аяқ алшақ, секіртпе төменде (секіртпенің екі жағынан екі қолымен ұстау). 1 - секіртпені алға қою, оң аяғын ұшына артқа қою; 2 - бастапқы қалып. Жаттығу сол жағына қайталанады. Жаттығу 6 рет қайталанады.				
			Ұлттық ойын. Хан алшы «Хан алшы» — қазақ халқының ұлттық ойындарының бірі асық ойынының бір түрі. Ойынға 5 немесе 10 бала қатысады. Көп асықтың ең ірісі қызыл түске боялады. Бұл асық «Хан асығы» болып саналады. Асықтар тізіп қойған соң, ойын бастаушы «Хан асығымен» оларды көздеп, құлатады. Құлаған асықтарды жинап алады.	Қимылды ойын: «Күн мен түн». Рөлдерде ойнағанда өзін-өзі ұстаудың мәдени дағдылары мен адамгершілік, мейірімділік, қамқорлық қасиеттерін көрсетуге ынталандыру.	Қимылды ойын. «Қоңырау». Балаларды қол ұстасып, шеңбер бойымен қозғалуды, әр тарапқа жүгіруді бекіту, гимнастикалық баспалдаққа, орындыққа мінуді үйрету (ойыншыны ұстап алғанда ғана қоңырау шалып үлгіру). Ойынға деген қызығушылықтарын арттыру.	Ұлттық ойын. Ақсүйек Ең алдымен, ойнаушылар өзара келісіп, жеңген топ үшін жүлде тағайындайды да, екі топқа бөлінеді. Топ басқарушылар ақсүйекті қайсысының лақтыратынын шешіп алу үшін кезектесіп таяқ ұстайды, таяқтың басына кімнің қолы бұрын шықса, сол ақсүйекті құлашы жеткенше лақтырады. Ақсүйек жерге түскеннен кейін ғана ойыншылар іздеуге шығады.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау,залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				

Ұйымдастырылған іс- әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15		3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Аттап секіреміз".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Тікұшақпен ұшайық" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Мергендікті шыңдаймыз". 4. Ересек топ «Көбелек» "Цирк шатыры астында". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Жіп арқылы бір-біріне доп лақтыру"	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Орманда жүрген қонжықтар" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Спорт". 3. Ортаңғы топ «Балдырған»"Өнерлі балалармыз".	4. Ересек топ «Көбелек» "Топқа ұпай жинайық". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Допты бір-бірінен асырып лақтыру жаттығуын пысықтау"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер:

А.Досекеева.

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2023-2024 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы : «Жаннұр»бөбекжай бақшасыЖШС
Жоспардың құрылу кезеңі: сәуір айы, 2023-2024 оқу жылы.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		01.04.2024ж.	02.04.2024ж.	03.04.2024ж.	04.04.2024ж.	05.04.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамытушы жаттығулар 1. Бастапқы қалып - негізгі тұрыс, қолды төмен түсіріп тұру. 1.1. Қолды жан-жаққа созып, жоғары көтеріп, саусақтарды қимылдатып, "Жалаушаны желбіретейік" деп айту, демді ішке тарту; 1.2. Қолды төмен түсіру, демді шығару (3 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып - аяқтарды сәл алшақ қойып, қолдарды төмен түсіріп тұру. 2.1. Басты оңға иіп, қолды екі жаққа жіберу, жалаушаларды желбірету; 2.2. Бастапқы қалыпқа келу 2.3. Басты солға иіп, қолды сырғытып төмен түсіріп, жалаушалардың басын жоғары қаратып, тік ұстау. 2.4. Бастапқы қалыпқа келу (3 рет қайталау). 3. Аяқтарды бірге қойып, қолдарды төмен түсіріп тұру. 3.1. Жерге отырып, қолды жанға қою, жалаушаларды желбірету; 3.2. Бастапқы қалыпқа келу. 3.3. Жерге отырып, қолды алдыға жіберу, жалаушаларды желбірету; 3.4. Бастапқы қалыпқа келу (3 рет қайталау).				
		Қимылды ойындар "Ұшақтар". Балалар ұшақтардың рөлін орындайды. Олар залдың әр жеріне тұрады. Педагог: «Ұшуға дайындал!» деген белгі берген кезде, балалар қолдарын қозғалтып, «ұшақты оталдырады». «Ұшамыз!» деген белгі берілгенде қолдарын алға созып, залды айналып шашырап жүгіреді. «Қонамыз!» деген белгі берілген кезде, ұшақтар тоқтайды, жерге қонады (балалар бір тізесін	"Ұшты-ұшты" дидактикалық ойыны. Мақсат-міндеттер: есту зейінін дамыту. Міндеттері: балаларды ұшатын және ұшпайтын заттарды тануға үйрету. Зейінді, есте сақтауды, сөйлеуді және логикалық ойлауды дамыту. Құстарға деген құрмет сезімін тәрбиелеу. Ойын барысы. Ойынды үй ішінде де сыртта да ойнауға болады. Ойынға	Ұлттық ойын. Теңге ілу Ойынға қатысушылар тепе-тең екі топқа бөлінеді. Әр қайсысы жеке- жеке шыбықтан ат мінеді. Ойын кезгі басталатын жерге сызық сызылады. Одан әрі 20- 30 метрдей жерден тереңдігі бір қарыстай екі шұңқыр қазылады. Шұңқырға он- оннан теңге салынады. Содан соң екі топтан екі сайыскер шығады. Сызыққа келіп қатарласып тұрады. Бастаушының белгісі	Тыныс алу жаттығулары "Түлкіні тап" ойыны. Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Біріңнің артыңнан бірің акырын жүріп отырып, асықпай іздейміз, түлкіні тауып алған балалар қолдарыңды жоғары көтересіңдер! Педагог балаларды осылай ынталандырып, ойын түрінде тыныс алу жаттығуларын өзімен	Ритмикалық ойын. "Би билеген баламыз". Мақсат-міндеттер. Балаларды әуеннің ырғағына сай қимылдап, тақпақ сөздерін айтуға ынталандыру; түйсікті, эмоциялық сфераны дамыту. - Жаттығу жасап көреміз, (адымдау) Қолды көкке көтереміз, (қолдар жоғары) Түсіріп белге төмен, (қол белде)

		бүгіп отырады). Ойын 5-6 рет қайталанады.	қатысушыларға бастаушының сөзін қалт жібермей бағып отыру шарт.	бойынша шыбық аттарын құйғытып, шаба жөнеледі.	бірге орындатады.	Еңкейеміз, еңкейеміз. (оң-сол жаққа еңкею)
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Ғарыш әлемінде" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Ғарышқа алыс самғайық!" 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Ғарыш деген ғажайып". 4. Ересек топ «Көбелек» "Құрсауға кіру". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Бір-біріне асырып доп лақтыру"	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Ғажайып ғарыш".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Тіземізді жоғары көтеріп, тік жүреміз" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Ғарыш әлемінде". 4. Ересек топ «Көбелек» "Құрсаумен жаттығулар". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Тепе-теңдікті сақтаймыз"	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Аюлар көгалда ойнап жүр" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Ғарыш шегіне жетейік". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Айтшы, ғарыш алыс па?" .	4. Ересек топ «Көбелек» "Құрсаумен жарыстар". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Тепе-теңдікті сақтаймыз" (пысықтау)
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		08.04.2024ж.	09.04.2024ж.	10.04.2024ж.	11.04.2024ж.	12.04.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен). 1. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар жалауларын оң жаққа сермеп, "желбіре" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. 1.3. Балалар жалауларын сол жаққа сермеп, "желбіре" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. 1.4. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын жоғары көтеріп, жалауларын сермеп "жаса" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып - жерде отырады, аяқ алшақ, жалаулар тізе үстінде. 3.1. Жерге шалқасынан жатып, жалауларын жоғары желбіретіп "тербе" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып - аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Жалауды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				
		Балаларда нық қадаммен алға, нық қадаммен артқа жүру, тізені биікке көтере отырып жүру; кимылды ойындар арқылы әртүрлі бағыттарда жүгіру; гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу дағдыларын дамыту.	Қимылды ойын: «Күн мен түн». Рөлдерде ойнағанда өзін-өзі ұстаудың мәдени дағдылары мен адамгершілік, мейірімділік, қамқорлық қасиеттерін көрсетуге ынталандыру.	Ұлттық ойын. Білектесу. Бір столдың шетіне қарама-қарсы отырған екі бала оң қолдарының шынтағын столға тіреп қояды да, бірінің қолын бірі алақандастыра мықтап ұстайды. Сол жақтағы қолдарын әркім өзінің оң жақ қолтығына тығып алады.	"Допты қуалап ұста!" кимылды ойыны. Педагогтің қолында себетке салынған доптар. "Хоп!" деген белгімен педагог доптарды еденге домалатып жібереді. Балалар доптың артына жүгіреді, әрбіреуі бір доптан алып себетке салады, педагог себетті баланың жоғары көтерген қолының деңгейінде ұстайды және балалар өз орындарына барады.	Ритмикалық жаттығу Біздер тату баламыз, (қолдарынан ұстайды) Гүлдей жайнап жанамыз. (екі қолын жоғары көтеріп гүлдің бейнесін жасайды) Жаттығулар жасасақ, Жаксы сергіп қаламыз. Орнымыздан тұрамыз, (орындарынан тұрады) Қолды белге қоямыз, (қолдарын белге қояды)
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»	3. Ортаңғы топ «Балдырған»	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»	4. Ересек топ «Көбелек»

09.00 - 11.00		"Көктемгі орманда серуен " 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Еңбектейміз ерінбей!" 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Туған жер-тұғырың". 4. Ересек топ «Көбелек» "Жермен еңбектеу". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Қолды алға-артқа сермеп, құм толтырылған қапшықты лақтыру"	"Жер-ана құшағында".	"Көктемгі жолды басып жүгіреміз" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Еңбек түбі - береке". 4. Ересек топ «Көбелек» "Жүру, еңбектеу және секіру жаттығулары". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Тепе-теңдікті сақтап, құм толтырылған қапшықты лақтыру"	"Бақалар секіргенді ұнатады" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Еңбек етсең емерсің". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Жер-Ананы қадірлейік!"	"Қимылдар тізбегін үзбе". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Тепе-теңдікті сақтап, құм толтырылған қапшықты лақтыру" (пысықтау)
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		15.04.2024ж.	16.04.2024ж.	17.04.2024ж.	18.04.2024ж.	19.04.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамытушы жаттығулар "Зырылдауық" жаттығуы. - Бастапқы қалып: аяқ сәл алшақ, қол төмен. - қолды екі жаққа созу. - екі қолды кеуде тұсына әкеліп, бір-бірінен айналдырып, "р-р-р»"деп айту. - қолды екі жаққа созу. - бастапқы қалыпқа келіп, "төмен"деу. - бастапқы кезде қолды ақырын айналдыру, біртіндеп жылдам айналдыру. "Тізені шапалақтау" жаттығуы. - Бастапқы қалып: аяқ иық деңгейінде, қол артта. 1-2- оң тізеге (сол) еңкейіп, "шарт" деу. 3-4- бастапқы қалыпқа келу. "Сипаттаймыз" жаттығуы. - Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып отыру, қолды жанға қою. - оң аяқпен сол аяқты тізеден, жоғары-төмен 3-4 рет сипау. - 4-5 рет еркін тыныс алу. "Өкшемізге қараймыз" жаттығуы. - Бастапқы қалып: тізерлеп отыру, аяқ бірге, қол белде (артта, иықта). - 1-2- оң жақпен артқа қарай бұрылып, өкшеге қарау. - 3-4- бастапқы қалыпқа келу.				
		Балалар музыка әуенімен өз бетінше сапқа тұрады, педагогтің белгі беруі бойынша шашырап жүреді, жай қалыпқа түсіп, бастарын төмен түсірмей, шалынып кетпей, аяқ-қолды бірге қозғалтып баяу қарқында жүгіреді. Жай қалыпқа түсіп, аяқтың ұшымен жүріп келе жатып, жартылай отырады, жай	Ұлттық ойыны. Сиқырлы таяқ Ойнаушылар қол ұстасып, дөңгелене шеңбер жасап тұрады. Қолында таяғы бар ойын жүргізуші шеңбердің ортасына келеді де, ойынның тәртібін түсіндіреді. Ойнаушыларды бірден бастап түгел нөмірлеп шығады.	Тыныс алу жаттығулары "Шар" Қолға алып, желі жоқ әуе шарын, Үрлейміз шарымыз дәу болғанша. Дем алып, мұрынмен дем шығарып, Үрлейміз ішіне жел толғанша. Дем алып, мұрынмен дем шығарып,	Қимылды ойын. «Құлыншақ» (ұлттық ойын). Тізесін жоғары көтеріп, шеңберді айнала отырып, алға секіре білуге үйрету. Арқашықтықты сақтай білу, белгі бойынша кері жүруге үйрету, балалардың ұйымдастырушылық қабілетін дамыту.	Ритмикалық жаттығулар "Құмырсқалар" ритмопластика. Мақсаты: кеңістікті бағдарлай алу қабілеттерін жетілдіру, зейінді жаттықтыру. Барысы: педагогтің шапалағымен балалар залдың айналасында ретсіз қозғала бастайды, басқа балалармен соқтығыспай

		қалыпқа түсіп, шеңбер құрады.		Үрлейміз ішіне жел толғанша.		және үнемі бос кеңістікті толтыруға тырысады.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Біз - кішкентай спортшылармыз" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Егейік көктем ағашын". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Талшықтай талшыбық". 4. Ересек топ «Көбелек» "Секіртпеден секіру". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Құм толтырылған қапшықты лақтыру жаттығуын пысықтау"	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Талшыбық".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Менің достарым " 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Еңбегіне қарай өнбегі." 4. Ересек топ «Көбелек» "Секіртпені игерейік". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Бір аяқты серпу арқылы орындыққа қарғып шығу"	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Жаз келсе - біз спортқа қатысамыз" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Еңбек ептілікті сүйеді." 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Талшыбықтай майысып".	4. Ересек топ «Көбелек» "Бірігіп шеңбер құрайық". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Бір аяқты серпу арқылы орындыққа қарғып шығуды пысықтау"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		22.04.2024ж.	23.04.2024ж.	24.04.2024ж.	25.04.2024ж.	26.04.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (орамалдармен) 1. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар орамалмен беттерін жауып, ""тауып ал"" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып - аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Оңға бұрылып, қолдарын созып, орамалды умаждап ""жуамыз"" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып. (дәл осы жаттығу сол жаққа қайталанады және 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып - жерде отырады, аяқ алшақ, орамалдар тізе үстінде. 3.1. Жерге шалқадан жатып, орамалмен беттерін жауып ""ұйықтайық"" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып - аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Орамалдарды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				
		Балалар музыка әуенімен сап түзеп бірінің артынан бірі жүреді, педагогтің белгі беруі бойынша шашырап жүреді, жай қалыпқа түсіп, тез ойнаған музыка әуенімен шашырап жүгіреді, бастарын төмен түсірмей, шалынып кетпей, аяқ-қолды бірге қозғалтып, еркін жүгіру қимылдарын көрсетеді. Жүріп келе жатып, шеңбер құрады және қайтадан сапқа тұрады.	Тыныс алу жаттығулары «Мұрынмен дұрыс тыныста, ауызбен дұрыс дем шығар» Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: Балалар мұрынмен терең тыныс алып, ауызбен ауаны ұртқа жинамай, жәйменен дем шығарады.	"Жаңбыр жауғанда" фонемо-ырғақ жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларды сөздердің ырғағына сай қимылдауға баулу; жаңбырға еліктеуге ынталандыру; артикуляцияны жаттықтыру. Жау, жау жаңбыр Жау жаңбыр! Арық суы мол болсын! Өсімдіктер мол болсын! Жауған жерін шөп болсын! Тырс-тырс! Тырс-тырс! (Бір аяқпен секіру) Тарс-тұрс! Тарс-тұрс! (Екінші аяқпен секіру) Шылп-шылп! Шылп-шылп! (Екі аяқпен секіру)	Қимылды қозғалыс ойындары "Күн мен жаңбыр" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер: балаларды белгі бойынша жан-жаққа шашырап жүгіруге және бір-біріне соғылмай, бір жерге жиналуға дағдыландыру; вестибуляр аппаратын, кеңістікті бағдарлау қабілетін жетілдіру; ептілікке, достыққа тәрбиелеу.	Ритмикалық жаттығулар Мақсат-міндеттер. Балаларды мәтінді педагогтан кейін айта отырып, жаттығулар жасауға үйрету. Сағаттың тіліндей, Иіліп оңға бір, Сағаттың тіліндей Иіліп солға бір. 1, 2, 3, 4, 5 Секіреміз, Айналамыз, Жаттығу жасаймыз!
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау,залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»	3. Ортаңғы топ «Балдырған»	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»	4. Ересек топ «Көбелек»

09.00 - 11.00		"Лунтикке қонаққа барайық" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Дөп-дөңгелек шаңырақ". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Достық күндей жарқырайды" 4. Ересек топ «Көбелек» "Допты қабырғаға лақтыру". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Затты 5 метр қашықтықта тұрған нысанаға көздеп лақтыру"	"Достық шеңберінде".	"Менің достарым " 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Допты лақтыру техникасы". 4. Ересек топ «Көбелек» "Доппен жаттығулар". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Затты 5 метр қашықтықта тұрған нысанаға көздеп лақтыруды пысықтау".	"Жауынгерлер ұқсап қадам басып жүрейік" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Допты лақтыру техникасын пысықтау". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Ұлттар достығы".	"Допты ұстай алған кім?" 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Кім зерек?"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2023-2024 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы : «Жаннұр»бөбекжай бақшасыЖШС
Жоспардың құрылу кезеңі: мамыр айы, 2023-2024 оқу жылы.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		29.04.2024ж.	30.05.2024ж.	01.05.2024ж.	02.05.2024ж.	03.05.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (текшелермен) Бастапқы қалып: өкшенің деңгейінде аяқтың тұрысы, текше оң қолда. 1-2-қолдарымызды екі жаққа жоғары көтереміз, текшені сол қолымызға ауыстырамыз; 3-4-бастапқы қалып. Бастапқы қалып: аяқтарын сәл ашып тұру, текше оң қолда. 1-қолдарын екі жаққа созу; 2-алға қарай еңкею, текшені сол аяқтың ұшына жақындатып қою; 3- тік түзеліп тұру, қолдарын екі жаққа созу. 4-еңкейіп текшені сол қолға алу. Дәл осылай сол қолмен орындау. Бастапқы қалып: негізгі тұрыс, текше оң қолда, 1-отыру, текшені алға созып, сол қолға ауыстыру; 2- тұру, текше сол қолда. Бастапқы қалып: тізерлеп тұру, текше оң қолда. 1- оңға бұрылу, текшені аяқтардың ұшына жақындатып қою; 2- тік түзеліп тұру, қол белде ; 3- оңға бұрылу, текшені алу; 4- бастапқы қалыпқа оралу, текшені сол қолға ауыстыру. Тура осылай сол жақпен орындау. Бастапқы қалып: негізгі тұрыс, текше еденде.Оң және сол аяқпен текше айналасында үзіліс жасап секіру. Санау "1-8" деген санмен орындалады.				
		Қимылды ойын. «Мен атаған ағашқа барыңдар». Балаларды бірге жүруге үйрету, өз ағашын табуға көмек беру. Аймақта өсетін ағаштардың аттарын есте сақтау.	Тыныс алу жаттығуы «Шарды үрлейміз» Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру.		Ұлттық ойын. Ақсерек - көксерек Бұл ойынды ойнау үшін балалар екі топқа бөлінеді, қолдарынан ұстап тұрады. Ара қашықтық 20-30 қадам.	Ритмикалық жаттығу Жолдарына үңіліп, Екі бақа жүгіріп, Секіреді, бақ-бақ, Ағаштарды аттап.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау,залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»	3. Ортаңғы топ «Балдырған»		1. Ерте жас тобы «Құлыншақ»	4. Ересек топ «Көбелек»

09.00 - 11.00		"Біздің қыздар осындай, біздің ұлдар осындай" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Спорт – өнер". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Соғамын барабанымды". 4. Ересек топ «Көбелек» "Допты ұстай алған кім?" (пысықтау) 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Кім жылдам?"	"Барабан дабылы". 4. Ересек топ «Көбелек» "Ұзындыққа екпінмен секіру"		"Маймаң аяқ аю жүр" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Біз жас ұланбыз". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Соқ, барабан!"	"Бақалар ойыны". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Арқан арқылы жанымен секіруді пысықтау"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер:
 А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		06.05.2024ж.	07.05.2024ж.	08.05.2024ж.	09.05.2024ж.	10.05.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамыту жаттығулары (заттарсыз орындалатын жалпы дамытатын жаттығулар) Бастапқы қалып - аяқтары иық деңгейінде, қолдары кеуде тұсында, шынтақтары бүгілген, саусақтары жұдырыққа түйілген. Осы күйінде қолдарын айналдыру. Қолдарын кезек айналдырады. Бастапқы қалып - аяқтары сәл ашылған, қолдары артқа қарай жіберілген. Отырып, қолдарымен тізесін құшақтау, тұру, қолдарын артқа жіберу және т.с.с. Бастапқы қалып - аяқтарын ашып отыру, қолдарын жанға жіберу. артқа жіберілген. Еңкейіп, аяқтарының ұштарына қолдарын тигізу, тік тұру, қолдарды артқа қарай жіберу, қайтадан алғашқы қалыпқа келу. Бастапқы қалып - аяқтарын тік түзеп отыру, қолдарын артқа тіреу. Оң аяқты көтеру, түсіру. Сол аяқты көтеру түсіру. Бастапқы қалып - аяқтарын қосу, қолдарын беліне қою.				
		Ритмикалық жаттығулар Бір екі, бір екі, аяқты аламыз. (марш жасайды) Адыммен бір келкі, сап түзер баламыз. (сап түзейді) Біз жауынгер баламыз. (қолдарын бас тұсына қояды) Бір екі, бір екі, жігерлі ән саламыз. (марш жасайды) Тізіліп бір келкі, ертең өсіп жеткенде (қолдарын бас тұсына қояды) Ел қорғайтын боламыз. (қолдарын бас тұсына қойып, марш жасайды)		Тыныс алу жаттығулары «Жалаушаларды ұшыру, көкке көтеру» Мақсаты: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Шарты: түрлі-түсті кішкентай жалаушаларды балалар үрлеп ұшырады..		"Көк жалау" қимылды ойыны Мақсат-міндеттер. Намысшылдыққа, патриотизмге, ептілікке баулу. Ойын шарты. Балаларды екі командаға бөліп, бір сызықты белгілейді, екі команда екі жақтағы шекарада болу керектігін айтады. Педагогтің қолында бір жалау болады. Бір команда балалары "мемлекет", екінші команда балалары "ру" болады. "Ру" мемлекет болуы үшін қарсыдағы мемлекеттің туын алу керек.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау,залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Әдемі орман алаңы" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Солдаттармыз саптағы". 3. Ортаңғы топ		1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Қоянға сәбіз берейік" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Біз Отан қорғаушылармыз". 4. Ересек топ		4. Ересек топ «Көбелек» "Кімнің адымы нық?" 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Құрсаумен жаттығулар"

		«Балдырған» "Көктемгі гүлдер". 4. Ересек топ «Көбелек» "Кенгурудың қимылдарын қызықтайық" 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Арқаннан бір қырымен секіру"		«Көбелек» "Түрлі жазықтықтарда бүйірлеп адымдау". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Құрсауды тура бағытта домалатуды пысықтау"		
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		13.05.2024ж.	14.05.2024ж.	15.05.2024ж.	16.05.2024ж.	17.05.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамытушы жаттығулар Жалпы дамыту жаттығулары (жалаулармен). 1. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 1.1. Балалар жалауларын оң жаққа сермеп, "желбіре" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. 1.3. Балалар жалауларын сол жаққа сермеп, "желбіре" деген сөзді айтады. 1.2. Бастапқы қалып. 1.4. Бастапқы қалып. (жаттығу 4-5 рет қайталанады). 2. Бастапқы қалып: аяқ алшақ, дене тік, қол төменде. 2.1. Қолдарын жоғары көтеріп, жалауларымен "жаса" деген сөзді айтады. 2.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 4 рет қайталанады). 3. Бастапқы қалып: жерде отырады, аяқ алшақ, жалаулар тізе үстінде. 3.1. Жерге шалқадан жатып, жалауларын жоғары желбіретіп "тербе" деген сөзді айтады. 3.2. Бастапқы қалып: (жаттығу 3 рет қайталанады). 4. Бастапқы қалып: аяқ бірге, дене бос, қол төменде. 4.1. Жалауды көкірек тұсында ұстап, бір орында тұрып секіру. 4.2. Бастапқы қалып. (жаттығу 3 рет қайталанады).				
		"Кім спортшы?" жаттығуы. Мақсат-міндеттер: балаларды денсаулықты сақтау қағидаларына баулу; мәтінді ырғаққа сай айта жүріп, қимылдарды орындауға машықтандыру. Кім спортшы? Тек алға! (Орында адымдау) Жаттығуда адымда.	Ұлттық ойын. Түйілген орамал Ойын жүргізуші ойынды өзі бастайды. Ең алдымен балаларды айналасына жинап алады да «1, 2, 3» - деп дауыстайды. Осы кезде балалар жан-жаққа бытырай қашады. Ал ойын жүргізушісі қолында түйілген орамалы бар баланы қуалайды.	Қимылды ойын «Кім алысқа лақтырады?» Мақсат-міндеттер. Балаларды затты алысқа лақтыруға жаттықтыру. Балалар жеребенің бір жағында сапта тұрады. Барлығы құм салынған дорбаларды алады және педагогтың белгісі бойынша оларды алысқа лақтырады. Әркім өзінің дорбасы қайда түскенін байқауы керек.	Қимылды ойын. «Домалақты жерге түсіріп алма». Берілген дыбыс бойынша қасықты қолына алады. Қасыққа кішкентай домалақ шарды салып түсірмей берілген жерге жеткізу, ептілікке баулу.	Ритмикалық жаттығу Мереке күні шар үрлеп (сап түзеп, бір орында жүру), Шығамыз ұстап көшеге (қолдарды жоғары сермеу). Шапалақтап, айналып (шапалақтау, айналу), Былай-былай би билеп (бас пен денені оңға-солға шайқау).
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Шалқан өсті"	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Гүлдей жайнап бәріміз".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Қоянмен бірге жазғы	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Жазда спортпен	4. Ересек топ «Көбелек» "Жәндіктерді бақылаймыз,

		2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Бақ-бақ гүлін бірге үрлейік". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Зырылдайды трактор". 4. Ересек топ «Көбелек» "Орындықта бүйірлік адыммен жүру". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Құрсаумен жаттығуларды пысықтау"		саябақта серуендейік" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Көк машина". 4. Ересек топ «Көбелек» "Етпетімен еңбектеу". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Құрсаумен эстафеталар"	шұғылданамыз" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Допты қақпаға дәлдейміз". 3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Көркі ғажап көктем".	еңбектейміз, жорғалаймыз". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Құрсаумен эстафеталарды пысықтау"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Альтернативті бағдарлама	16.00 - 17.00	1. Ерте жас тобы «_____» 16.10 - 16.30 2. Кіші жас тобы «_____» 16.35 - 17.00	3. Ортаңғы топ «_____» 16.10 - 16.30 5. Мектепалды топ «_____» 16.35 - 17.00	3. Ортаңғы топ «_____» 16.10 - 16.30 4. Ересек топ «_____» 16.35 - 17.00	4. Ересек топ «_____» 16.10 - 16.30 5. Мектепалды топ «_____» 16.35 - 17.00	1. Ерте жас тобы «_____» 16.10 - 16.30 2. Кіші жас тобы «_____» 16.35 - 17.00
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		20.05.2024ж.	21.05.2024ж.	22.05.2024ж.	23.05.2024ж.	24.05.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамытушы жаттығулар Жалпы дамыту жаттығулары (заттарсыз орындалатын жалпы дамытатын жаттығулар) Бастапқы қалып - аяқтары иық деңгейінде, қолдары кеуде тұсында, шынтақтары бүгілген, саусақтары жұдырыққа түйілген. Осы күйінде қолдарын айналдыру. Қолдарын кезек айналдырады. Бастапқы қалып - аяқтары сәл ашылған, қолдары артқа қарай жіберілген. Отырып, қолдарымен тізесін құшақтау, тұру, қолдарын артқа жіберу және т.с.с. Бастапқы қалып - аяқтарын ашып отыру, қолдарын жанға жіберу. артқа жіберілген. Еңкейіп, аяқтарының ұштарына қолдарын тигізу тік тұру, қолдарды артқа қарай жіберу, қайтадан алғашқы қалыпқа келу. Бастапқы қалып - аяқтарын тік түзеп отыру, қолдарын артқа тіреу. Оң аяқты көтеру, түсіру. Сол аяқты көтеру түсіру. Бастапқы қалып - аяқтарын қосу, қолдарын беліне қою.				
		Тыныс алу жаттығулары "Түлкіні тап" ойыны. Мақсат-міндеттер: тыныс алу жолдарын ретке келтіру және қалыптастыру. Біріңнің артыңнан бірің ақырын жүріп отырып, асықпай іздейміз, түлкіні тауып алған балалар қолдарыңды жоғары көтересіңдер! Педагог балаларды осылай ынталандырып, ойын түрінде тыныс алу жаттығуларын өзімен бірге орындатады.	Қимылды ойын «Мысық пен тышқандар» Мақсат-міндеттер. Балалар-тышқандар өз індерінде отырады (бөлменің қабырғасын жағалай немесе алаңның жан-жағына қойылған орындықтарға). Алаңның бір бұрышында мысық отыр. Мысықтың рөлін педагог атқарады. Мысық ұйықтап кеткенде тышқандар бөлмеде жүгіреді. Бірақ мысық оянады, керіліп-созылады, мияулайды және тышқандарды ұстай бастайды.	Ұлттық ойын. Алтыатар ойыны Көндегі кенейлердің бір шетіне түпте қалған (сақасы шықпаған)баланың сақасы тігіледі. Кенейдің арасында саңлау болмай тіркестіріле қойылады. Көннің екі жағына 1м жерден су (сызық) ал 5-6 м жерден қарақшы белгілейді. Кімде кім түптегі саканы жұлып кетсе (суданшығарса) бүкіл кенейді сол алады. Ал сақаға тимей кенейді ұшырса, оның судан шыққаны ғана соныкі болып табылады.	Ритмикалық жаттығулар Қолдарыңды көтеріңдер - бір дейік. Көп отырып, қатты шаршап жүрмейік. Қолды создық, басты бұрдық - екі деп, Қозғалыспен әрбір адам жетіледі. Алға, артқа қарадық та - үш дедік. Тағы жаңа жаттығулар істедік. Түсірейік қолды төрт пен бесті айтып, Отырайық көңілді енді марқайтып.	Музыкалық-ырғақты жаттығуы. Бойды бүкпей тік ұста, Еркін тұрып тыныста. Жай оң қолды оң жаққа, Жай сол қолды сол жаққа. Екі қолды белге ұста. Алға қарай бір адым, Артқа қарай бір адым. Қос аяқтап топ – топ, Алақанды соқ – соқ.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау,залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				

Ұйымдастырылған іс- әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Қоянмен бірге жазғы саябақта серуендейік" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Мергендікті шындаймыз". 3. Ортаңғы топ «Балдырған»"Шынығамыз жазда". 4. Ересек топ «Көбелек» "Жайдары жаздың ойындары". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Доға астынан өту кезінде топтасу"	3. Ортаңғы топ «Балдырған»"Шаршағаным ызды басайық".	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Жазда спортпен шұғылданамыз" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Шынығамыз жазда". 4. Ересек топ «Көбелек» "Қол мен аяғымызды шынықтырайық". 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Доға астынан өту кезінде топтасуды пысықтау"	1. Ерте жас тобы «Құлыншақ» "Қош келдің, жаз!" 2. Кіші жас тобы «Балапан.Бөбек» "Көпіршіктер жасаймыз". 3. Ортаңғы топ «Балдырған»"Егіншілік".	4. Ересек топ «Көбелек» "Қол мен аяғымызды шынықтырайық" 5. Мектепалды топ «Қарлығаш» "Құрсауды тура бағытта домалату"
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер: А.Досекеева.

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Четверг	Жұма
		27.05.2024ж.	28.05.2024ж.	29.05.2024ж.	30.05.2024ж.	31.05.2024ж.
Таңғы жаттығуға дайындық	7.55	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.00 - 08.45	Жалпы дамытушы жаттығулар Жалпы дамыту жаттығулары. (сылдырмақпен) Бастапқы қалып - аяқтар иықтың деңгейінде,қолдарында сылдырмақ. Сылдырмақтарды қолдарына алып, екі жаққа соғып, жоғары көтеру, сылдырлату, төмен түсіру, қайтадан алғашқы қалыпқа оралу. Бастапқы қалып - аяқтар иықтың деңгейінде, қолдарында сылдырмақтар. Еңкейіп, сылдырмақтарын аяқтың саусақтарына тигізу, тік тұру. Бастапқы қалып - аяқтар иықтың деңгейінде, сылдырмақтарды иыққа қойып тұру. Жартылай отырып, сылдырмақтарды еденге қою; қолдарын белге қойып, жартылай отыру, сылдырмақтарын алу, алғашқы қалыпқа оралу. Бастапқы қалып - отыру, сылдырмақтарды иыққа қойып ұстау. Оңға (солға) бұрылу, сылдырмақты аяқтың ұшына жаұындатып қою, оңға (солға) бұрылу, сылдырмақты көтеріп алу, алғашқы қалыпқа оралу. Бастапқы қалып - аяқтарымыз сәл ашылған, сылдырмақтар қолда, кеуде тұсында.				
		Қимылды қозғалыс ойындары "Саппен жүру жаттығуы". Балалардың сапта түзу бағытпен жүріп, екі аяқпен секіріп, алға жылжу қабілеттерін жетілдіру, тепе-теңдікті сақтау қабілеттерін дамыту, бұлшық еттерін шымыр ету.	"Қоңыздар" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсат-міндеттер. "Қоңыздар ұшты!" деген белгі бойынша немесе музыка ойнағанда балалар зал ішінде шашырай жөнеледі. Ал "Қоңыздар құлап қалды" деген белгіде немесе басқа бір музыка ойнаса не дабылдың ырғағы өзгерсе, балалар шалқалап жатып алады да, аяқтары мен қолдарын көтереді, яғни, бұл "қоңыздар тырбаңдап жатыр" дегеннді білдіреді.	Ритмикалық жаттығулар "Паровоз" - Паровоз баста алға, - Бәрімізді басқар да! - Пш-пш, пш-пш! - біз кеттік, - Жүрісті біз гулеттік. - Жүрісті біз гулетіп. - Гу-гу, гу-гу, гуілдеп - Қалып қойма бірің де - Пш-пш, пш-пш! - біз кеттік, - Жүрісті біз үдеттік.	Тыныс алу жаттығулары Тыныс алу жаттығулары "Мені асықпай қуып жетіндер" ойыны. Педагог қолдарын жоғары көтеріп, төмен түсіріп, дем алу, дем шығару жаттығуларын жасайды. Сол арқылы балалар да педагогқа еліктеп, жаттығуларды қайталайды.	Қимылды қозғалыс ойындары "Күн мен жаңбыр" қимыл-қозғалыс ойыны. Мақсаты: балаларды белгі бойынша жан-жаққа шашырап жүгіруге және бір-біріне соғылмай, бір жерге жиналуға дағдыландыру; вестибуляр аппаратын, кеңістікті бағдарлау қабілетін жетілдіру; ептілікке, достыққа тәрбиелеу.
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	08.50 - 09.00	"Атрибуттарды дайындау,залда дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)"				
Ұйымдастырылған іс-әрекет 09.00 - 11.00	09.00 - 09.15	3. Ортаңғы топ «Балдырған» "Жадырайды жанымыз".	Жазғы демалыс. (сюжетті ойындар, үстел үсті ойындар, театр қойылымдары, басқатырғыш, логикалық ойындар, қыс қызығына байланысты суреттер бояу)	Жазғы демалыс. (сюжетті ойындар, үстел үсті ойындар, театр қойылымдары, басқатырғыш, логикалық ойындар, қыс қызығына байланысты суреттер бояу)	Жазғы демалыс. (сюжетті ойындар, үстел үсті ойындар, театр қойылымдары, басқатырғыш, логикалық ойындар, қыс қызығына байланысты суреттер	Жазғы демалыс. (сюжетті ойындар, үстел үсті ойындар, театр қойылымдары, басқатырғыш, логикалық ойындар, қыс қызығына байланысты суреттер

					бояу)	бояу)
Серуен	11.10 - 12.10	Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Залдағы өзіндік жұмыс	12.15 - 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс	14.30 - 15.30	Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Альтернативті бағдарлама	16.00 - 17.00	1. Ерте жас тобы	3. Ортаңғы топ	3. Ортаңғы топ	4. Ересек топ	1. Ерте жас тобы
		«_____»	«_____»	«_____»	«_____»	«_____»
		16.10 - 16.30	16.10 - 16.30	16.10 - 16.30	16.10 - 16.30	16.10 - 16.30
		2. Кіші жас тобы	5. Мектепалды топ	4. Ересек топ	5. Мектепалды топ	2. Кіші жас тобы
		«_____»	«_____»	«_____»	«_____»	«_____»
		16.35 - 17.00	16.35 - 17.00	16.35 - 17.00	16.35 - 17.00	16.35 - 17.00
Ұйымдастырушылық сәттері	17.00 - 17.10	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

Әдіскер:
 А.Досекеева.