Бекітемін :
«Жұлдыз» бөбекжай балабақшасы
меңгерушісі А.Аймағанбетова

« Жұлдыз» бөбекжай балабақшасы МКҚК
Вариатив компанент
« Шынықсаң шымыр боласың»
« Күншуақ » Ересек тобы 2021-2022ж

Тәрбиешілер: Д.Сейітова
З.Құлтай

	Ұйымдастырылған вариативтік жұмыс жоспарының тақырыптары	Мақсаттары	Сағат саны
1	**« Орнынды жылдам тап »**	Саппен жүру, жүгіру. Аяқты бір-біріне қатарластыра қойып жүру. Шашырай жүру, жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Қолмен әр түрлі қимыл жасай жүру	**1** **03.09.21ж**
2	**«Ұзақ жолға шығайық»**	Саппен алаңның шеттерімен жүру. Екі қатармен жылдамдықты қоса жүру. Шеңберге тұру	**1** **10.09.21ж**
3	**« Жүгіру жаттығулары»**	Саппен алаң шетімен жүру. Екі сапқа бөлініп жүру, бағыттарын өзгерте. Екі қатармен қарама қарсы бағытта жүгіру	**1** **17.09.21ж**
4	**« Допты домалату»**	Ойын жаттығуы «Допты қақпаға домалат» футбол ойынына дайындық	**1** **01.10.21ж**
5	**«Қимылды ойындар»**	Тақтайдың екі басынан бастап жүріп келе жатып, ортасына келгенде бұрылып кейін жүреді, өзініңіс-әрекетін басқа балалардың іс-әрекетімен үйлестіре біледі.	**1** **08.10.21ж**
6	**«Допты қағып ал»**	Тенис добын межеге дәлдеп лақтыру Үлкен допты қабырғаға лақтырып, қағып алу	**1** **15.10.21ж**
7	**«Жүгіру жаттығулары»**	Саппен алаң шетімен жүру. Екі сапқа бөлініп жүру, бағыттарын өзгерте. Екі қатармен қарама қарсы бағытта жүгіру	**1** **22.10.21ж**
8	**«Әдемі ұзын ленталар»**	тепе-теңдікті сақтай отырып, жыланша ирелеңдеп жүру. Леналарды ұстап жүгіру, ирелеңдеп жүру	**1** **29.10.21ж**
9	**«Футбол элементтері»**	Ойын жаттығуы «Келесі бетке допты ала жүгір» (футбол элементі)	**1** **05.11.21ж**
10	**«Кедергілер жолы»**	Үйілген қар төмпешігінен секіру Қарлы кедергілердің арасынан өту	**1** **12.11.21ж**
11	**«Шеңберді айнал»**	Саппен алаң шетімен жүру. Екі сапқа бөлініп жүру, бағыттарын өзгерте. Екі қатармен қарама қарсы бағытта жүгіру	**1** **19.11.21ж**

12	**«Кеглиге тигіз»**	Саппен алаң шетімен жүру. Екі сапқа бөлініп жүру, бағыттарын өзгерте. Екі қатармен қарама қарсы бағытта жүгіру.Кегілдерді құлату.	**1** **26.11.21ж**
13	**«Епті балалар»**	.Көлбеу заттың үстімен жоғары шығу-жүгіре, төменде жай қадаммен. .Бағытын тездете жүріп доға астынан өту	**1** **03.12.21ж**
14	**«Әртүрлі кедергілер»**	Кедергілер: -20 м жүгіру; -доға астынан өту; - тепе-теңдікті сақтай отырып, жыланша ирелеңдеп жүру	**1** **10.12.21ж**
15	**«Жолға жүкпен шығайық»**	Бір қолмен қапшықты ұзақтыққа лақтыру.Басына қап қойып , тепе-теңдік саұтай отырып, жіп бойымен жүру Ойын жаттығуы «Келесі бетке жүкті ала жүгір	**1** **24.12.21ж**
16	**«Кел билейік»**	Түрлі қимылдарды түрлі қарқында музыкалық сүйемелдеу: ырғақты жүру, жеңілжүгірумен орындай алады	**1** **31.12.21ж**
17	**«Жоғары секір»**	Екі аяқтың ұшымен итеріліп, орташа биіктікке секіруді орындауға үйрету. Сызықтан асып кетпей, адымды еркін қол қимылымен үйлестіре білуді бекіту. Алақан мен табанға сүйеніп төрттағандап еңбектеу, төзімділікті дамытуға жаттықтыру.	**1** **14.01.22ж**
18	**«Сиқырлы жіп»**	Жіптің астынан оң және сол жақ жанымен топталып өте алады. Допты бастан асыралақтырмай, алдыға-жоғарыға лақтырады және оны қос қолымен қағып алады.	**1** **21.01.22ж**
19	**«Алысқа секір»**	Екі аяғымен бір мезгілде екпінмен итеріліп алдыға қарай қос аяқпен секіре алады және жартылай бүгілген аяқтың ұшымен жерге түсе алады. Заттарды айнала оларды қағып кетпей жүгіруді бекіту(майтабанды алдын ала емдеу — жалпы табанды мықтылау). Бір-біріне допты домалатып жаттығу, көзөлшемін дамыту.	**1** **28.01.22ж**
20	**«Сен допты қағып ал»**	Допты тік төмен еденге лақтырады және оны секіргеннен кейін қос қолмен қағып алады. Қос аяқпен бірдей екпінмен	**1** **04.02.22ж**

		итеріліп және алдыға қарай секіреді. жартылай бүгілген аяқтың ұшына түсуді бекіту.Демін бөгемей, еркін демала білуін қалыптастыру.	
21	**«Менің күшім көп»**	Допты бір-біріне лақтырады, оны екі жағынан бірдей еркін қол қимылдарымен қағып ала алады.Қолдары иықта, сызықтан асып кетпей аяқтың ұшымен жүруге жаттықтыру	**1 11.02.22ж**
22	**«Ақылды қояндар»**	Балалардың қимыл-қозғалысын дамыту, денесін шынықтыру, ептілікке, шапшаңдылыққабаулу.	**1 18.02.22ж**
23	**«Текшелерден құралған кедергілер»**	Жоғары тіреуіште денесін тік ұстап жүре алады. Қолды дұрыс ұстап тартылудың тәсілдерін біледі.	**1 25.02.22ж**
24	**«Жылдам қимылда»**	Саптізбекте бір-бірден сапқа тұру, шашыраңқы жүргенде кеңістікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам таба алады. Допты тік төмен еденге лақтырады және оны секіргеннен кейін қос қолыменқағып ала алады.	**1 04.03.03**
25	**«Секіргіш қоян»**	Залдың барлық кеңістігін пайдаланып, жүру кезінде бір-біріне бөгет жасамай, сапта өзінің орнынжылдам таба біледі. Допты екпінмен лақтырады және доп қимылының бағытын сақтап лақтырады.	**1 11.03.22ж**
26	**«Сиқырлы доп»**	Арақашықтығы 1,5 м екі сапта тұрып, лақтыру күшін сап арасындағы арақашыққа сәйкес доптыбір-біріне қос қолмен бастан асырып лақтырады	**1 18.03.22ж**
27	**«Үлкен бөрене»**	Төрт тағандап бөрене бойымен еңбектей алады. 2 м арақашықтықта допты бір-біріне лақтырады, доптың ұшу бағытын бақылау және ұшып келе жатқан допты бүгілген қолдың жеңіл қимылымен тосып алабіледі.	**1 25.03.22ж**
28	**«Менің асығым»**	Бөрене бойымен төрттағандап еңбектеу. Асық ату элементтерін үйрету	**1 01.04.22ж**
29	**«Биле, биле»**	Түрлі қимылдарды түрлі қарқында музыкалық сүйемелдеуге сәйкес: өзінің айналасында айналады,жеңіл және ырғақпен секіреді . Қос аяқпен алға қарай секіруге жаттықтыру.	**1 08.04.22ж**

30	**«Орманға саяхат»**	Бірнеше сызықтардың үстінен біртіндеп секіреді, денені алға қарай еңкейтпей, аяқтың ұшыменжерге түсе алады. Допты бастан асыра қос қол тәсілімен бір-біріне лақтырады.	**1** **15.04.22ж**
31	**«Төзімді балалар»**	Қысқа адым жасап,қарқынын тездетпей және ақырындатпай қолдарын бүгіп, ырғақты жүгіру.бірьңндеп бес жіптің үстінен секіру.	**1** **22.04.22ж**
32	**«Алысқа лақтыр»**	Басындағы қабымен гимнастикалықорындық бойымен, дене бітімін сақтап жүру	**1** **29.04.22ж**
33	**«Жануарлар мекені»**	Еденде жанымен тұрған сатылардың көлденең салмаларының арасынан еңбектеуге үйрету, қол менаяқтың жұмыстарын координациялау. Доп ұстаған қолын бастың артына қарай апару, доптың ұшуына алға- жоғары қарай бүгілген қолдарды екпінді жазылуымен дұрыс траектория бере білуді бекіту.	**1** **06.05.22ж**
34	**«Көпірмен жүр»**	Аяқтың өкшесінен аяқтың ұшына ауыса жүруді біледі, қабырғалы тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтай алады	**1** **13.05.22ж**
35	**«Кім бірінші»**	Кең адым жасап, жүгіреді, қол қимылдарын үйлестіріп жылдам қарқынмен жүгіреді.	**1** **20.05.22ж**
36	**«Қимылды ойындар»**	Тақтайдың екі басынан бастап жүріп келе жатып, ортасына келгенде бұрылып кейін жүреді, өзініңіс-әрекетін басқа балалардың іс-әрекетімен үйлестіре біледі.	**1** **27.05.22ж**
Барлық сағат саны: 36			

Күні: 3.09.2021ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы « Орнынды жылдам тап »

Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім

Спорт залға келген балаларды жақсы көңіл күймен қарсы алу
Денешынықтыру жаттығуларына қызығушылық тудырту үшін, спорт залдағы атрибуттарға көңілбөледі.
Балалармен бірге жаттығулар орындайтын және ойнайтын ертегі кейіпкерін шақырады.Саптізбекке бір-бірден сапқа тұруға көмектеседі.
Спорттық ойындар мен жаттығуларға қызығушылық таныту.
Спорттық снарядтар мен атрибуттарды зерттеу (қарайды, ұстайды, ойнайды)(1-2 минут).
Келген ертегі кейіпкеріне қатынасын көрсету (қуанады, оны өзімен бірге ойынауға және жаттығуғашақырады).
Ұйымдастыру-іздестіру

Саптізбекте бағытты қалай сақтауды, саптізбектен шығып кетпеуді, өзінің орнын таба білудікөрсетеді.
Жалпы дамытушы жаттығуларды орындау үшін 2 қатар болып тұруды ұсынады.

Қозғалмалы ойын
Арқан тарту. Шартын түсіндіру
Саптізбекке бір-бірден сапқа тұру, қатардан өз орнын табады. Саптізбекте бір-бірден жүру.
Жектекші –жөндеуші
Спорттық құрал-жабдықтар мен атрибуттарды жинауды ұсынады.
Ұйымдасқан оқу іс-әрекетінің қорытындысын талдау: Бүгін не үйрендік?, Қандай жаттығу немесеәрекет ұнады? Не жасадық, ал нені жасамай қалдық?
Балалармен бірге үйренген ертегі кейіпкерімен қоштасуды ұсынады.
Тәрбиешіге көмектесу (Спорттық құрал-жабдықтарды жинайды). Сабақ қорытындысы бойыншаталқылауға қатысу (Сұрақтарға жауап береді «Мен не үйрендім, ал нені жасай алмадым?» қимылдарды еске түсіреді, ойындарды түсіндіреді, дәлелдейді).
Ойын кеіпкерлерімен қош айтысу.
Күтілетін нәтиже:
Жаңғыртады: - дені сау және күшті болуы үшін барлықтарының дене шынықтырумен біргешұғылдануларын.
Түсінеді:
сапізбекте бір-бірден жүру дағдысын;
Қолданады:
қажетті бастапқы қалыпты қабылдауды;
жұппен тұруды (қолдарынан ұстап);

Күні: 10.09.2021ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы « Ұзақ жолға шығайық»

Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім

-Сәлеметсіңдерме балалар! Дене шынықтыру бөлмесіне келген балалармен амандасу

Саптізбекке бір-бірден сапқа тұруға нұсқау беру.
-Сәлеметсізбе!(1-2 минут).
-Балалар бір қатарға сапқа тұрады
Ұйымдастыру-іздестіру

Саптізбекте бағытты қалай сақтауды, саптізбектен шығып кетпеуді, өзінің орнын таба білудікөрсетеді.

Жалпы дамытушы жаттығуларды орындау үшін екі қатар болып тұруды ұсынады.Сапқа тұру үшін бағдарды белгілейді (жалаушалар немесе кубиктер)
Жалпы дамытушы жаттығуларды орындауды ұсынады:
Қозғалмалы ойын:
«Қараторғай ұялары»
Бөлменің әрбір жеріне құрсаулар қою. Бұл – торғай ұялары.
Барлық балалар – қараторғай. Олар алаңда емін-еркін жүгіріп – ұшып жүреді. «Үйге қайтыңдар»деген сигнал бойынша барлығы ұяларға жүгіреді. Ал балалардың ішінен біреуі ұясыз қалады.
Аз қозғалмалы ойын:Сақина жасыру
Ойынды өткізуші және сақина жасырушы бала белгіленеді.Қалған ойыншылар жерге отырып тізілерінің үстіне алақандарын жаяды. Бастаушы жұмулы қолын әрбір ойыншының алақанынасалады,сақина салынған бала алақанын жаба қояды.Бастаушы бір баланың алақанына сақина
салысымен ойыншылардың ортасында тұрып -«Сақина –сақина,кел мұнда»-деп айтады.Сақинасы барбала тез шеңберден тұрып кетуі керек.Ал қасындағы бала оны жібермей ұстап қалу керек. Ойынды ұстап қалған бала жалғастыра.
-Ойынды аяқтап балаларды бір қатарға сапқа тұруға нұсқау беру.
Саптізбекке бір-бірден, бойымен сапқа тұру, қатардан өзінің орнын табады. Саптізбекте бір-бірденжүру (бірінен кейін бірі жүреді, бағытты сақтайды, саптізбектен шығып кетпеуге тырысады,
«шашырап» жүреді және белгі бойынша саптізбекте өзінің орнын табады).Балалар аз қозғалмалы ойын ойнап дене қызуын басады.
-Балалар бір қатарға сап тізбекке тұрады.
Жетекші- жөндеуші
Спорттық құрал-жабдықтар мен атрибуттарды жинауды ұсынады.
Ұйымдасқан оқу іс-әрекетінің қорытындысын талдау: Бүгін не үйрендік?, Қандай жаттығу немесеәрекет ұнады?
Нұсқаушыға көмек көрсету (Спорттық құрал-жабдықтарды жинайды). Сабақ қорытындысы бойынша сұрақтарға жауап береді «Мен не үйрендім, қимылдарды еске түсіреді, ойындарды айту.Күтілетін нәтиже:
Жаңғыртады: .Бағытты өзгерте отырып, сапта жүруді біледіТүсінеді: Сапізбекте бір-бірден жүру дағдысын; Қолданады:
саптізбекте өзінің орнын таба білуді және сақтауды;
әр түрлі бағытпен жүгіру

Күні: 17.09.2021ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы « жүгіру жаттығулары»

Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім

-Балаларды қатарға тұрғызу.
-Бүгінігі көңіл күйлерің қалай? Ұсынылған жағдаятқа қатынасын көрсету
-Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.
Ұйымдастыру-іздестіру

Саптізбекте бағытты қалай сақтауды, саптізбектен шығып кетпеуді, өзінің орнын таба білудікөрсетеді.
Жалпы дамытушы жаттығуларды орындау үшін екі қатар болып тұруға белгі береді.
Таныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді.Жалпы дамытушы жаттығуларды дұрыс жасауларын қадағалау.
Қозғалмалы ойын:
«Түлкі мен балапандар»
Ойын шарты: бір баланы «түлкі» етіп сайлап,қалған балаларды балапандар деп әрқайсысынабетперде кигізу. құралдар: түлкі мен балапандар бет перделері.

Аз қозғалмалы ойын:
«Бұл кімнің дауысы»
-Ойынды аяқтап балаларды бір қатарға сапқа тұруға нұсқау беру.
Саптізбекке бір-бірден, бойымен сапқа тұру, қатардан өзінің орнын табады. Саптізбекте бір-бірденжүру (бірінен кейін бірі жүреді, бағытты сақтайды, саптізбектен шығып кетпеуге тырысады,
«шашырап» жүреді және белгі бойынша саптізбекте өзінің орнын табады).

Жетекші –жөндеуші
Спорттық құрал-жабдықтар мен атрибуттарды жинауды ұсынады.
Ұйымдасқан оқу іс-әрекетінің қорытындысын талдау: Бүгін не үйрендік?, Қандай жаттығу немесеәрекет ұнады?

Нұсқаушыға көмек көрсету (Спорттық құрал-жабдықтарды жинайды). Сабақ қорытындысы бойынша сұрақтарға жауап береді «Мен не үйрендім, қимылдарды еске түсіреді, ойындарды айту.Күтілетін нәтиже:
Жаңғыртады: Саптізбекте бағыттарын ауыстырып жүруді біледі
Түсінеді: Түрлі бағытта төрттағандап еңбектеуді игеред
Қолданады: Аяқтарды бірге, бөлек қойып секіруді біледі, жаттығады

Күні: 01.10.2021ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы « допты домалату»

Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім

-Балаларды қатарға тұрғызу.
-Бүгінігі көңіл күйлерің қалай? Ұсынылған жағдаятқа қатынасын көрсету
-Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.
Ұйымдастыру-іздестіру

Саптізбекте бағытты қалай сақтауды, саптізбектен шығып кетпеуді, өзінің орнын таба білудікөрсетеді.

Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін екі қатарға бөлінуге нұсқау береді
Таныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді.Жалпы дамытушы жаттығуларды дұрыс жасауларын қадағалау.

Қозғалмалы ойын:
«Жұпсыз қалма»

Ойыншылар жұптармен шеңбер бойымен тұрады. Әрбіреуі өз серігін есте сақтайды. Сигнал бойынша ішкі шеңбер оңға қозғалып, сыртқы шеңбер солға қозғалады. Келесі сигналды естіген кездеөз серігін тауып шеңбер бойымен бір біріне арқаларымен қарап тұру керек. Қай жұп бірінші орындайды, сол жеңіске жетеді.

Аз қозғалмалы ойын:
«Доппен соғу»
Шарты. Допты бір-біріне көкке лақтыру арқылы береді. Допты қабылдау кезінде қателік жіберген және дұрыс бағытқа жібермеген ойыншы шеңбердің ортасына келіп отырады. Допты шеңбер бойынша жүргізіп жатқан ойыншылардың бірі, қатты ұру арқылы отырғанға соғады. Ойыншылардankелген доптың иесі ойынға қайта енеді. Егер де ойыншы допты тигізе алмаса, отырғандардың қатарына өзі де келіп қосылады.
Ереже Ойыншыларды «ату» отырғандардың бірі допты қолымен қағып алғанға шейін жалғасады, алшеңбер ортасына серіктесінің қолына допты лақтырған ойыншы келіп отырады.
-Ойынды аяқтап балаларды бір қатарға сапқа тұруға нұсқау беру.
Саптізбекке бір-бірден, бойымен сапқа тұру, қатардан өзінің орнын табады. Саптізбекте бір-бірденжүру (бірінен кейін бірі жүреді, бағытты сақтайды, саптізбектен шығып кетпеуге тырысады,
«шашырап» жүреді және белгі бойынша саптізбекте өзінің орнын табады).
Жүруідің әртүрлі қимылдарын жасап жүреді.Маршпен,аяқ ұшымен,өкшемен, секіріп.Балалар аз қозғалмалы ойын ойнап дене қызуын басады.
-Балалар шеңбер жасай айнала тұрады.
Жетекші- жөндеуші
Спорттық құрал-жабдықтар мен атрибуттарды жинауды ұсынады.Ұйымдасқан оқу іс-әрекетініңқорытындысын талдау: Бүгін не үйрендік?, Қандай жаттығу немесе әрекет ұнады?
Күтілетін нәтиже:
Жаңғыртады: Аяқты бірге және алшақ қойып секіруді біледі.
Түсінеді: Бастапқы қалпынан өкшесіне отыру арқылы бір – біріне доп домалатудыигереді (арақашықтығы 2 метр).
Қолданады :Еркін бағытта заттардың арасында жүруді біледі

Күні: 08.10.2021
Білім беру саласы : Вариативтік компонентБілім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы: «Қимылды ойындар»
Мақсаты: Тақтайдың екі басынан бастап жүріп келе жатып, ортасына келгенде бұрылып кейін жүреді, өзініңіс-әрекетін басқа балалардың іс-әрекетімен үйлестіре біледі.
Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім:
Балаларды қатарға тұрғызу. Бүгінігі көңіл күйлерін сұрау.

Ұйымдастыру-іздестіру
Саптізбекте бағытты қалай сақтауды, саптізбектен шығып кетпеуді, өзінің орнын таба білуді көрсетедіЖалпы дамытушылық жаттығуларды орындау .
Музыкалық-ырғақты қимылдар (алға қырындап жүру, секіру).
Еденге салынған тақтай бойымен тапсырманы орындай жүру — тақтайдың екі басынан бастап жүріп кележатып, ортасына келгенде бұрылып кейін жүру.
Қозғалмалы ойын
Ойын: «Қасқырларды аулау». Көңіл қоя білу, тез қимылдауды дамыту.
Балалар ойынның шартын түсініп ойнайдыҚасқыр қасқыр келіп көр
Қақпан қақпан қауып көр
Деп айтып жан жаққа қасқырдан қашады.
-Қасқырға ұсталған бала ойыннан шығып отырады.Балалар белгі бойынша бір қатарға жиналады.
Ойынды аяқтау.

Жетекші –жөндеуші

-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Балаларды мадақтау.

Күтілетін нәтиже:
Жаңғыртады:музыка әуенімен қозғалыстар жасау
Түсінеді: Тәрбиешінің сөздеріне назарларын толықтай аударуНені біледі: допты домалату жаттығуын жақсы орындайды

Күні: 15.10.2021ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шыныќсаң шымыр боласың
Тақырыбы « допты қағып ал»

Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім

Кіріспе бөлім:
-Балаларды қатарға тұрғызу.
-Бүгінігі көңіл күйлерің қалай? Ұсынылған жағдаятқа қатынасын көрсету
-Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.
Ұйымдастыру- іздестіру
Саптізбекте бағытты қалай сақтауды, саптізбектен шығып кетпеуді, өзінің орнын таба білудікөрсетеді.
Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін екі қатарға бөлінуге нұсқау береді
«Лақтыр - тосып ал»
Дайындық балалар шеңберді айнала, қолсозым қашықтық арасында тұрады .Ортаға екі балашығады.Олар арқаларын түйістіріп дәл ортада тұрады.
Бейнелеу. Нұсқаушыны белгісі арқылы, допты шеңбер бойынша – бірі оңға, ал бірі солға қарай балаларға лақтырады. Допты қағып алған бала кері ортадағы балаға лақтырады. Шеңбер бойыншадопты ең тез айналдырып үлгерген бала жеңген болып есептеледі. Ойынды осылайша бірнеше ретқайталауға болады.

-Балалар ойынның шартын түсініп ойнайды.

Допты лақтыру және қағып алу ға, допты дұрыс лақтыру және өзіне қыспай қағып ала білугежаттығады.

Жетекші – жөндеуші
Іс – әрекетті қорытындылау
-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.
Спорттық құрал-жабдықтарды жинауды ұсынады.
-Балаларға бір қатарға түзелуге белгі беріп рахмет айтып қоштасу. Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесі бойынша сұрақтарға жауап береді:Күтілетін нәтиже:
Жаңғыртады: төрт тағандап еңбектеуді біледі
Түсінеді: Тура салынған жіп бойымен жүруді игереді
Қолданы: Қос аяқпен секіру (аяғы бірге, аяғы алшақ) басынан асырып қол шапалақтауды біледі

Күні: 22.10.2021ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы   « жүгіру жаттығулары»

Балалардың іс-әрекеті
Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім

-Балаларды қатарға тұрғызу.
-Бүгінігі көңіл күйлерің қалай? Ұсынылған жағдаятқа қатынасын көрсету
-Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.
Ұйымдастыру-іздестіру
Саптізбекте бағытты қалай сақтауды, саптізбектен шығып кетпеуді, өзінің орнын таба білудікөрсетеді.

Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін екі қатарға бөлінуге нұсқау береді
Таныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді.

Қозғалмалы ойын

«Секіргішпен эстафета»

Дайындық . Әр топтың ойыншылары,аттанар сызықтары ортақ бір тізбекке орналасады. Әр топқақарама-қарсы бұрылыс тұрысы қойылады.

Балаларға дене қызуларын басып, демалу барысында ұсынылады.

Аз қозғалмалы ойын.
«Жұпсыз қалма».
Жетекші – жөндеуші
Іс – әрекетті қорытындылау
-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.
Күтілетін нәтиже:
Жаңғыртады: Сап тізбекте бір-бірден жүгіруді біледіТүсінеді: тура салынған жіптен жүруді игереді Қоладанады: Еркін бағытта допты домалатуды біледі

Күні: 29.10.2021ж

Білім беру саласы : Вариативтік компонент

Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың

Тақырыбы: «әдемі, ұзын ленталар»

Балалардың іс-әрекеті

Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім

-Балаларды қатарға тұрғызу.
-Бүгінігі көңіл күйлерің қалай?
Ұсынылған жағдаятқа қатынасын көрсету
-Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.

Ұйымдастыру-іздестіру
Саптізбекте бағытты қалай сақтауды, саптізбектен шығып кетпеуді, өзінің орнын таба білудікөрсетеді.
Жаттығуларды ленталармен жасау.

Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін екі қатарға бөлінуге нұсқау береді
Таныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді.

Қозғалмалы ойын
«Ордағы қасқыр»
Дайындық. Алаңның ортасына бір-біріне параллельді 2 сызық, аралығы 70-100 см, сызылады. Оныңаралығында 2 «қасқыр» жүреді, қалған ойыншылар «қозы», алаңның басқа жағында орналасады.
Нұсқаушының белгі беруімен «қозылар» «үйінен» шығады. Сол уақытта «қасқырлар» «қозыларды»ұстай бастайды. Ұсталып қалған қозылар шетке тұрады, кейін оларды санап, қайта ойынға қосады. 2-4 жүгірістен кейін қайта «қасқырларды» сайлайды да, ойын қайталанады. Ең көп «қозы» жинап алған «қасқыр» және керісінше бір де бір рет ұсталынбаған «қозы» жеңімпаз атанады.
Балаларға дене қызуларын басып, демалу барысында ұсынылады.
Аз қозғалмалы ойын.
«Кішкентай және үлкен аяқтар»
Балалар гимнастикалық орындықта отырады. Нұсқаушы оларға қарама-қарсы отырып, балаларға аяқтарын көрсетуді сұрайды. Балалар аяқтарын алға созып, көтереді. Нұсқаушы көңілді түрде былай дейді: «Кішкентай аяқтар жолмен жүгіріп кетті. Қараңдар олардың қалай жүгіргенін». Осыны айтадыда аяғымен бірнеше рет тез-тез жер тепкілеп: «топ,топ,топ!» - дейді. Балаларда соны істейді. Одан кейін нұсқаушы қимылын баяулатып былай дейді: «Үлкен аяқтар жолда топ-топ жүріп бара жатыр». Нұсқаушы алдымен кішкентай аяқтар, одан кейін үлкен аяқтар жөніндегі тексті осылайша бірнеше рет айтады.
Ойынды аяқтау.
Жетекші- жөндеуші
Іс – әрекетті қорытындылау
-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау
Күтілетін нәтиже:
Жаңғыртады: жатьтығуларды дұрыс орындайды
Түсінеді: Саптізбекте бір-бірден жүгіруді игереді.
Қоладанады: тура бағытта алақаны мен тізесіне сүйеніп төрт тағандап еңбектеуді біледі

Күні: 05.11.2021ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы: «Футбол элементтері»

Балалардың іс-әрекеті Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім

-Балаларды қатарға тұрғызу.
-Бүгінігі көңіл күйлерің қалай?
Ұсынылған жағдаятқа қатынасын көрсету
-Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.

Ұйымдастыру-іздестіру
Саптізбекте бағытты қалай сақтауды, саптізбектен шығып кетпеуді, өзінің орнын таба білудікөрсетеді.

Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін екі қатарға бөлінуге нұсқау береді
Таныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді
Қақпаға доп домалату (арақашықтығы 2 м). Қос аяқпен секіру (бір аяғы алда, екіншісі артта).
Қозғалмалы ойын
«Қақпаға допты дәлде»
Балаларға дене қызуларын басып, демалу барысында ұсынылады.Аз қозғалмалы ойын.
Кеглиларды құлат
Ойынды аяқтау.
Балаларды бір қатарға жинау.
Саптізбекке бір-бірден, сапқа тұру, қатардан өзінің орнын табады. Саптізбекте бір-бірден жүру (бірінен кейін бірі жүреді, бағытты сақтайды, саптізбектен шығып кетпеуге тырысады, «шашырап»жүреді және белгі бойынша саптізбекте өзінің орнын табады).
-Балалар ойынның шартын түсініп ойнайды.

Жетекші- жөндеуші
Іс – әрекетті қорытындылау
-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.
- Спорттық құрал-жабдықтарды жинауды ұсынады.
-Балаларға бір қатарға түзелуге белгі беріп рахмет айтып қоштасу. Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесі бойынша сұрақтарға жауап береді:
-Өздеріне ұнаған жаттығуларын айтады

Күтілетін нәтиже:
Қос аяқпен секіруді білді (бір аяғы алда, екіншісі артта)Қақпаға доп домалатуды игерді
Сызық арасымен жүру жаттығуын білді

Күні: 12.11.2021ж

Білім беру саласы : Вариативтік компонент

Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың

Тақырыбы: «Кедергілер жолы»

Балалардың іс-әрекеті Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім

-Балаларды қатарға тұрғызу.
-Бүгінігі көңіл күйлерің қалай?
Ұсынылған жағдаятқа қатынасын көрсету
-Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.

Ұйымдастыру-іздестіру
Саптізбекте бағытты қалай сақтауды, саптізбектен шығып кетпеуді, өзінің орнын таба білудікөрсетеді.
Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін екі қатарға бөлінуге нұсқау береді
Таныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді.Жалпы дамытушы жаттығуларды дұрыс жасауларын қадағалау.
Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді.

Қозғалмалы ойын Ойын: «Қуаласпақ»
Балаларға дене қызуларын басып, демалу барысында ұсынылады.Аз қозғалмалы ойын.
«Соқыр теке»
Санамақ арқылы бір бала «соқыр теке» болып сайланады және көзін байлап қояды
Ойынды аяқтау.
Балаларды бір қатарға жинау.
Саптізбекке бір-бірден, сапқа тұру, қатардан өзінің орнын табады. Саптізбекте бір-бірден жүру
(бірінен кейін бірі жүреді, бағытты сақтайды, саптізбектен шығып кетпеуге тырысады, «шашырап»жүреді және белгі бойынша саптізбекте өзінің орнын табады).
Балалар бір қатарға тұрады.

Жетекші – жөндеуші
Іс – әрекетті қорытындылау
-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.
- Спорттық құрал-жабдықтарды жинауды ұсынады.
-Балаларға бір қатарға түзелуге белгі беріп рахмет айтып қоштасу. Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесі бойынша сұрақтарға жауап береді:
-Өздеріне ұнаған жаттығуларын айтады
Күтілетін нәтиже: жаттығуларды дұрыс орындадыҚақпаға доп домалатуды игерді Кедергілер арасымен жүгірді

Күні: 19.11.2021ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Білім көзі Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы: «Шеңберді айлан»
Мақсаты: Шеңбер түрінде салынған жіп бойымен тепе-теңдікті сақтап жүреді. Арқанның астынанарқанға тиіп кетпей өте алады. Төрт тағандап еңбектеуде қол мен аяқ жұмысының координациясындамыту.

Балалардың іс-әрекеті Мотивациялық-қозғаушы

Кіріспе бөлім:

-Балаларды қатарға тұрғызу.
-Бүгінігі көңіл күйлерің қалай?
Ұсынылған жағдаятқа қатынасын көрсету
-Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.

Ұйымдастыру іздестіру
Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін екі қатарға бөлінуге нұсқау береді
Таныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді.Шеңбер түрінде салынған жіп бойымен жүру
40 см биіктікте көтерілген арқанның астынан еңбектеп өтумен бірге 6 метр арақашықтыққа төрттағандап еңбектеу.
Қозғалмалы ойын
Ойын: «Көбелектер, бақалар».
Ойын бейнелеріне сәйкес әрекет ете білу.
Балалар ойынның шартын түсініп ойнайды.
Қыз балалар көбелек,ұл балалар бақалар болады. Бөлмеде көбелектер ұшып,бақалар секіреді(музыкамен)
Музыка тоқтаған кезде көбелектер ұшып барып өз орындарына отыруы керек,ал бақалар олардыұстап қалуы керек.
Балалар бір қатарға тұрады.
Жетекші -жөндеуші

Іс – әрекетті қорытындылау
-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.
Күтілетін нәтиже:
Арқан астымен еңбектеуді білді
Шеңбер түрінде салынған жіп бойымен жүруді игердіТөрт тағандап еңбектеуді білді

Күні: 26.11.2021ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонентБілім көзі: Шынықсаң шымыр боласың Тақырыбы: «Кеглиге тигіз»
Мақсаты:Балалардың қимыл-қозғалысын артады, денесін шынығады.
Кіріспе бөлім:
-Балаларды қатарға тұрғызу.
-Бүгінігі көңіл күйлерің қалай? Ұсынылған жағдаятқа қатынасын көрсету
-Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.

Ұйымдастырушы– ізденушілік

Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін екі қатарға бөлінуге нұсқау береді
Таныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді.Жалпы дамытушы жаттығуларды дұрыс жасауларын қадағалау.
Қозғалмалы ойын
«Кеглиге тигіз»
-Балалар ойынның шартын түсініп ойнайды.
Допты домалату, ептілік, көз мөлшер дағдылары қалыптасадыБалалар бір қатарға тұрады
Балалар белгі бойынша бір қатарға жиналады.Ойынды аяқтау.
Жетекші -жөндеуші

Іс – әрекетті қорытындылау
-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.

Күтілетін нәтиже: Жаттығуды дұрыс орындадыДопты нысанаға дәлдей алдыОйынды қызыға ойнады

Күні: 03.12.2021ж

Білім беру саласы : Вариативтік компонент

Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың

Тақырыбы: « Епті балалар!»

Мақсаты: Заттардың арасында допты домалату бағытын ауыстыра алады. Өзінің айналасына солға,оңға бұрылуды орындауда бірмезгілде қос аяқпен итеріле секіреді.

Кіріспе бөлімі:

-Бүгінігі көңіл күйлерің қалай? Ұсынылған жағдаятқа қатынасын көрсету

-Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.

Ұйымдастырушы– ізденушілік

Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін екі қатарға бөлінуге нұсқау береді

Таныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді.Жалпы дамытушы жаттығуларды дұрыс жасауларын қадағалау.

Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді.

Бір-бірінен 1 м арақашықтықта қатар қойылған 5 заттың арасынан доп домалату.Оңға, солға бұрылып орнында секіру.

Қозғалмалы ойын

«Кептерді қуып жет»

Дайындық. Ойынды бастап жүргізетін ойыншы шеңбердің ортасында тұратын немесе отыратын

«мысық» тағайындалады. Қалған ойыншылар «кептерлер» шеңбердің сыртында болады. Бейнелеу Басқарушының белгісімен «кептерлер» шеңберге секіріп кіреді және шеңберден секіріпшығады. «Мысық» шеңберден секіріп шыға алмаған кептерді ұстап алуға тырысады. Ұсталған шеңберде ортасында отырады Мысық 3-4 «кептер» ұсталғаннан кейін ұсталмағандардан жаңа

«мысық» таңдалады. «Мысықпен» ұсталған «кептерлер» қайта ойынға қосылады. Ойын қайтабасынан басталады. Бірде бір ұсталмаған жеңеді. Ереже. 1. «Мысық» «кептерлерді» тек шеңберде ғана ұстауы мүмкін.

«кептерлер» тек бір не екі аяқпен ғана секіреді. Кім шеңбер арқылы жүгіріп өтсе, ол ұсталған болып саналады да шеңбер ортасына «мысыққа» барады. Балалар ойынның шартын түсініп ойнайды.Ойынды аяқтау.

Балалар белгі бойынша бір қатарға жиналады.

Жетекші -жөндеуші

Іс – әрекетті қорытындылау

-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:

-Қандай жаттығулар жасадық?

-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.

Күтілетін нәтиже:

Жаттығуды дұрыс орындады

Бір-бірінен 1 м арақашықтықта қатар қойылған 5 заттың арасынан доп домалатадыОйынды қызыға ойнады

Күні: 10.12.2021ж
17.12.2021ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың Тақырыбы: «Әртүрлі кедергілер»
Мақсаты: Көтерілген заттың оның астынан еңбектеп өтуде биіктігін есепке ала отырып алақан ментізеге сүйеніп, төрт тағандап еңбектеуге үйретуді жалғастыру. Допты саусақпен жеңіл итеріп және допты заттардың арасынан домалатуда бағытын өзгерте білуін бекіту.
Кіріспе бөлім:
-Балаларды қатарға тұрғызу.
-Бүгінігі көңіл күйлерің қалай? Ұсынылған жағдаятқа қатынасын көрсету
-Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.
Ұйымдастырушы– ізденушілік
Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін екі қатарға бөлінуге нұсқау бередіТаныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді.
Бір-бірінен 1 м арақашықтықта қатар қойылған 5 заттың арасынан доп домалату.
40 см биіктікке көтерілген таяқ астынан еңбектеумен қоса 8 метр арақашықтықтатөрттағандапеңбектеу.
Қозғалмалы ойын
Ұлттық ойын «Арқан тартыс»Балаларды тең екі топқа бөлу.Ойын шартын түсіндіру.
«Ұшты - ұшты»
Көңіл қою, ереже бойынша әрекет ете білу.Ойынды аяқтау.
Балалар белгі бойынша бір қатарға жиналады.
Жетекші-жөндеуші
Іс – әрекетті қорытындылау
-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.

Күтілетін нәтиже:
Жаттығуды дұрыс орындады Ойынды ұйымшылдықпен ойнады
Бір-бірінен 1 м арақашықтықта қатар қойылған 5 заттың арасынан доп домала алды

Күні: 24.12.2021ж

Білім беру саласы : Вариативтік компонент

Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың Тақырыбы: « Жолға жүкпен шығайық»

Мақсаты: Басына қап қойып, тепе-теңдікті сақтай отырып, жіптің бойымен жүреді (дене бітімібұзылуының алдын алу). Еңбектеуде, таяқтың астынан өткенде оған қол мен аяқты тигізбей еңбектеу.

Кіріспе бөлім:

-Балаларды қатарға тұрғызу.

-Бүгінігі көңіл күйлерің қалай? Ұсынылған жағдаятқа қатынасын көрсету

-Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.

Ұйымдастырушы– ізденушілік

Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін екі қатарға бөлінуге нұсқау береді

Таныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді.Басына құм салынған қапшық қойып (салмағы 400 грамм), тура салынған жіп бойымен жүру

Оңға, солға бұрылып, орнында секіру Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді.Қозғалмалы ойын

Ойын: «Шарлар мен діңгектер». Көз өлшемін дамыту.

Көңіл қою, ереже бойынша әрекет ете білу.Ойынды аяқтау.

Балаларды бір қатарға жинау.

Жетекші-жөндеуші

Іс – әрекетті қорытындылау

-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:

-Қандай жаттығулар жасадық?

-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.

Күтілетін нәтиже:

Жаттығуды дұрыс орындады Ойынды ұйымшылдықпен ойнады

Басына құм салынған қапшық қойып (салмағы 400 грамм), тура салынған жіп бойымен жүрді.

Күні: 31.12.2021ж

Білім беру саласы : Вариативтік компонент

Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың

Тақырыбы:« Кел билейік»

Мақсаты: Түрлі қимылдарды түрлі қарқында музыкалық сүйемелдеу: ырғақты жүру, жеңілжүгірумен орындай алады.

- Кіріспе бөлім:

-Балаларды қатарға тұрғызу.

-Бүгінігі көңіл күйлерің қалай? Ұсынылған жағдаятқа қатынасын көрсету

-Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.

Ұйымдастырушы– ізденушілік

Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін екі қатарға бөлінуге нұсқау береді

Таныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді.Музыкалық-ырғақты қимылдар (музыкамен жүру және жүгіру).

Басына құм салынған қапшық қойып (салмағы 400 грамм), тура салынған жіп бойымен жүру

Қозғалмалы ойындар

Ойын:«Алпауыттар мен ергежейлілер».

Көңіл қою, кең адыммен және аяқтың ұшымен жүре білу.

«Тақия тастамақ»

Көңіл қою, ереже бойынша әрекет ете білу.Ойынды аяқтау.

Балаларды бір қатарға жинау.

Жетекші-жөндеуші

Іс – әрекетті қорытындылау

-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:

-Қандай жаттығулар жасадық?

-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.

Күтілетін нәтиже:

Жаттығуды дұрыс орындады Ойынды ұйымшылдықпен ойнады

Музыкалық-ырғақты қимылдар жасауды білді

Күні: 14.01.2022ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонентБілім көзі: Шынықсаң шымыр боласың Тақырыбы:« Жоғары секір»
Мақсаты: Екі аяқтың ұшымен итеріліп, орташа биіктікке секіруді орындауға үйрету. Сызықтан асып кетпей, адымды еркін қол қимылымен үйлестіре білуді бекіту. Алақан мен табанға сүйеніп төрттағандап еңбектеу, төзімділікті дамытуға жаттықтыру.

Балалардың іс-әрекетіМотивациялық-қозғаушы
-Бүгінігі көңіл күйлерің қалай? Ұсынылған жағдаятқа қатынасын көрсету
-Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.

Ұйымдастыру іздестіру
Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін екі қатарға бөлінуге нұсқау береді . Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді. Жаттығуларды жалаушалар ұстап жасау дұрыс жасауларын қадағалау. Екі параллель сызықтың арасымен жүру (көлемі 15 см,ұзындығы 3 метр). Орнында 20 рет секіру (үзіліспен 2 рет қайталау)
Қозғалмалы ойын
«Қояндар бау-бақшада»
Дайындық. Ойынды бастаушы – «күзетші» үлкен құрсау ішінде «бау-бақшаға» тұрады. Қалғанойыншылар «қояндар» сыртында жүреді.
Бейнелеу Белгі берілгенен кейін «қояндар» бір не екі аяқпен секіріп «бау-бақшаға» кіруге талпынады. «Күзетші» құрсау сыртына шықпай, «қояндарды» ұстауға, яғни қолымен тиугеталпынады. Ұсталған «қояндар» шетке шығады.
3-5 «қоян» ұсталғанан кейін жаңа «күзетші» тағайындалады және ойын қайта басынан басталады.Балалар бір қатарға жиналып тұрады.

Рефлексивті-түзетушілік
Іс – әрекетті қорытындылау
-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.

Күтілетін нәтиже: Жаттығуды дұрыс орындады Орнында 20 рет секірді.

Күні: 21.01.2022ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонентБілім көзі: Шынықсаң шымыр боласың Тақырыбы:« Сиқырлы жіп»
Мақсаты: Жіптің астынан оң және сол жақ жанымен топталып өте алады. Допты бастан асыралақтырмай, алдыға-жоғарыға лақтырады және оны қос қолымен қағып алады.
Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім
Балаларды қатарға тұрғызу.
-Бүгінігі көңіл күйлерің қалай? Ұсынылған жағдаятқақатынасын көрсету

Ұйымдастыру іздестіру
Саптізбекте бағытты қалай сақтауды, саптізбектен шығып кетпеуді, өзінің орнын таба білуді көрсетеді.Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін екі қатарға бөлінуге нұсқау береді Таныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді.дұрыс жасауларын қадағалау. Допты жоғары қарай лақтыру және оны қос қолымен қағып алу
Жіптің астынан жанымен өту (биіктігі 40 см).
Қозғалмалы ойын
«Құстар мен мысықтар»
Координациялық қабілеттілігін және жылдамдығын дамыту.
Дайындық. 4-6 диаметрлі шеңбер сызылады. Ойынды бастап жүргізетін ойыншы шеңбердің ортасында тұратын немесе отыратын «мысық» тағайындалады. Қалған ойыншылар «торғайлар»шеңбердің сыртында болады.
Ереже. 1. «Мысық» «торғайларды» тек шеңберде ғана ұстауы мүмкін.
«Торғайлар» тек бір не екі аяқпен ғана секіреді. Кім шеңбер арқылы жүгіріп өтсе, ол ұсталғанболып саналады да шеңбер ортасына «мысыққа» барады.
Ұсталған «торғай» болып саналады, егер «мысық» оны қолымен тисе, ол шеңберде бір аяқпенболған жайдайда да.
Ойынды аяқтау.
Балаларды бір қатарға жинау.
Жетекші- жөндеуші
-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.

Күтілетін нәтиже:
Жаттығуды дұрыс орындады Ойынды ұйымшылдықпен ойнады
Жіптің астынан жанымен қырындап өту жаттығуларын дұрыс орындады

Күні: 28.01.2022ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы: « Алысқа секір»
Мақсаты: Екі аяғымен бір мезгілде екпінмен итеріліп алдыға қарай қос аяқпен секіре алады және жартылай бүгілген аяқтың ұшымен жерге түсе алады. Заттарды айнала оларды қағып кетпей жүгіруді бекіту
(майтабанды алдын ала емдеу — жалпы табанды мықтылау). Бір-біріне допты домалатып жаттығу, көзөлшемін дамыту.

МотивациялыққозғаушыКіріспе бөлім:
-Бүгінігі көңіл күйлерің қалай?
Ұсынылған жағдаятқа қатынасын көрсету
-Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.
Ұйымдастыру іздестіру
Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін екі қатарға бөлінуге нұсқау береді Таныс жаттығуларды атайды. Қатар қойылған заттарды айнала «жыланша» жүгіру
(заттардың арасында арақашықтық 1 м, қатар ұзындығы 6 м). 2 м арақашықтыққа қос аяқпен алға қарай секіру Қатарда тұрып бір біріне доп домалату
Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді.
Қозғалмалы ойын
«Қамбадағы тышқандар»
Залдың әр жеріне 4 құрсауларды қою, ол тышқандардың үйі. Залдың ортасына «мысықтың үйін орналастыру»құрсау қою.Санамақ арқылы мысық тағайындалады.
-Балалар(тышқандар) 4 құрсауға бөлінеді
Мысық болған бала қамбаны күзетіп ортадағы құрсауда отырады. Мысық ұйқыға кеткенде тышқандар қамбаға қарай келеді.Оларды байқап қойған мысық қуып, тышқандарды ұстап алады.
Ойынды аяқтау.
Балалар бір қатарға жиналып тұрады.
Жетекші-жөндеуші
Іс – әрекетті қорытындылау
-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Балаларды мадақтау.
Күтілетін нәтиже:
допты түзу бағытта домалатуды біледі
Ойынды ұйымшылдықпен ойнауды
Қатар қойылған заттарды айнала «жыланша» жүгіруді біледі

Күні: 04.02.2022ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы: «Сен допты қағып ал»
Мақсаты: Допты тік төмен еденге лақтырады және оны секіргеннен кейін қос қолмен қағып алады. Қос аяқпен бірдей екпінмен итеріліп және алдыға қарай секіреді. жартылай бүгілген аяқтың ұшына түсуді бекіту.Демін бөгемей, еркін демала білуін қалыптастыру.
Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім:
Балалармен қатарға тұрғызу. Бүгінгі көңіл күйлерін сұрау.
Ұсынылған жағдаятқа қатынасын көрсету Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.
Ұйымдастыру іздестіру
Саптізбекте бағытты қалай сақтауды, саптізбектен шығып кетпеуді, өзінің орнын таба білуді көрсетеді.Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін екі қатарға бөлінуге нұсқау береді
Таныс жаттығуларды атайды. Допты бір-біріне лақтыру және оны қос қолмен қағып алу (тәсіл: бастың үстіненқос қолмен, жұптар арасының арақашықтығы 1,5 м). 3 м арақашықтыққа қос аяқпен алға қарай секіру.
Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді.
Қозғалмалы ойын Ұлттық ойындар ойнау
«Тақия тастамақ», «Көтермек»
Ортаға екі ойыншы бала шығады.Бір-біріне арқаларын беріп тұрады. Белгі бойынша кім бірінші бірін- бірі арқада көтеріп алса,сол бала жеңіске жетедің. Жеңіске жеткен бала ойында қала береді де басқа балаларменбірге күш сынасады.
Ойынды аяқтау.
Жетекші-жөндеуші
Іс – әрекетті қорытындылау
-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.

Күтілетін нәтиже:
допты түзу бағытта домалатуды біледі
Ойынды ұйымшылдықпен ойнауды
Допты бір-біріне лақтыру және оны қос қолмен қағып алуды игерді

Күні: 11.02.2022ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы: «Менің күшім көп»
Мақсаты: Допты бір-біріне лақтырады, оны екі жағынан бірдей еркін қол қимылдарымен қағып ала алады. Қолдары иықта, сызықтан асып кетпей аяқтың ұшымен жүруге жаттықтыру.
Құралдары: доптар,аю қалпағыМотивациялық-қозғаушы Кіріспе бөлім:
-Балаларды сапқа тұрғызу.
-Бүгінігі көңіл күйлерін сұрау.
Ұсынылған жағдаятқа қатынасын көрсету
Ұйымдастыру іздестіру
Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін екі қатарға бөлінуге нұсқау береді Таныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетемін.
Допты бір-біріне лақтыру және оны қос қолымен қағып алу.
Қозғалмалы ойын
«Ұйқыдағы аю»
Бұл ойынға топ балалары 2-ге бөлініп қатысады.
Ойын шарты: Топ ішіндегі бір баланы аю қалпағын кигізіп орындыққа отырғызып қояды.Балалар орманда серуендеп келе жатып,ұйқыдағы аюды көреді.Аю болса балалардың шуылынан (дыбысынан) оянып кетіп,балаларды қуа жөнеледі.Ұстап алған баланы өз мекеніне отырғызып қояды.ойын қайта жалғасады Ойынды аяқтау.
Балалар бір қатарға жиналып тұрады.

Жетекші-жөндеуші
Іс – әрекетті қорытындылау
-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.
Күтілетін нәтиже:
Допты бір-біріне лақтыру және оны қос қолмен қағып алуды біледі
Ойынды ұйымшылдықпен ойнаудыойынды қызыға ойнайды

Күні: 18.02.2022ж

Білім беру саласы : Вариативтік компонент

Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың

Тақырыбы: «Ақылды қояндар»

Мақсаты:Балалардың қимыл-қозғалысын дамыту, денесін шынықтыру, ептілікке, шапшаңдылыққабаулу.

Балалардың іс-әрекеті Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім

-Балаларды қатарға тұрғызу.
-Бүгінігі көңіл күйлерің қалай?
Ұсынылған жағдаятқа қатынасын көрсету
-Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.
Ұйымдастыру-іздестіру

Саптізбекте бағытты қалай сақтауды, саптізбектен шығып кетпеуді, өзінің орнын таба білудікөрсетеді.
Жалпы дамытушы жаттығуларды орындау үшін екі қатар болып тұруға белгі береді.
Таныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді.Жалпы дамытушы жаттығуларды дұрыс жасауларын қадағалау.
Қозғалмалы ойын:
«Түлкі мен балапандар»
Ойын шарты: бір баланы «түлкі» етіп сайлап,қалған балаларды балапандар деп әрқайсысынабетперде кигізу. құралдар: түлкі мен балапандар бет перделері.

Аз қозғалмалы ойын:
«Бұл кімнің дауысы»
-Ойынды аяқтап балаларды бір қатарға сапқа тұруға нұсқау беру.
Саптізбекке бір-бірден, бойымен сапқа тұру, қатардан өзінің орнын табады. Саптізбекте бір-бірденжүру (бірінен кейін бірі жүреді, бағытты сақтайды, саптізбектен шығып кетпеуге тырысады,
«шашырап» жүреді және белгі бойынша саптізбекте өзінің орнын табады).

Жетекші –жөндеуші
Спорттық құрал-жабдықтар мен атрибуттарды жинауды ұсынады.
Ұйымдасқан оқу іс-әрекетінің қорытындысын талдау: Бүгін не үйрендік?, Қандай жаттығу немесеәрекет ұнады?

Нұсқаушыға көмек көрсету (Спорттық құрал-жабдықтарды жинайды). Сабақ қорытындысы бойынша сұрақтарға жауап береді «Мен не үйрендім, қимылдарды еске түсіреді, ойындарды айту.Күтілетін нәтиже:
Саптізбекте бағыттарын ауыстырып жүруді білдіТүрлі бағытта төрттағандап еңбектеуді игерді
Аяқтарды бірге, бөлек қойып секіруді біледі, жаттықты

Күні: 25.02.2022ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың Тақырыбы: «Текшелерден құралған кедергілер»
Мақсаты: Жоғары тіреуіште денесін тік ұстап жүре алады. Қолды дұрыс ұстап тартылудың тәсілдерін біледі. Құралдар: Гимнастикалық орындық, кубиктер
Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім:
Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.
Ұйымдастыру іздестіру
Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін 3 қатарға бөлінуге нұсқау береді
Таныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді. дұрыс жасауларын қадағалау. Гимнастикалық орындық бойымен қолдарын белдеріне қойып, текшелерденаттап жүру (орындық биіктігі 35 см, көлемі 20 см).
Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, қолмен тартылып еңбектеу.
Қозғалмалы ойын
«Қорықпаймын» Екі бала орындыққа отырып,алған балалар қашуға дайындалып сызықкта тұрады.Белгі бойынша балалар қашады.Ойын 2-3 рет қайталанады.
Ойынды аяқтау.

Жетекші –жөндеуші

Іс – әрекетті қорытындылау
-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.

Күтілетін нәтиже:
Аяқты биік көтеріп қолды созып жүрді.
Гимнастикалық орындыққа жатып тартылды.Гимнастикалық орындық үстімен жүре алды.

Күні: 04.03.2022ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы: « Жылдам қимылда»
Мақсаты: Саптізбекте бір-бірден сапқа тұру, шашыраңқы жүргенде кеңістікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам таба алады. Допты тік төмен еденге лақтырады және оны секіргеннен кейін қос қолыменқағып ала алады.
Құралдар:Балалар санына қарай доптар, гимнастикалық орындық, текщелер.
Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім:
Балалар белгі бойынша сап тізбекке тұрады.
Ұйымдастыру іздестіру
Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін 3 қатарға бөлінуге нұсқау береді
Таныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді.Саптізбекте бір-бірден сапқа тұру, шашырап жүру . Допты еденге лақтыру және қағып алу Қозғалмалы ойын
«Қарғалар». Төзімділік, өлеңмен қимылды үйлестіре білу.
Балалар қолдарын созып қарғалар сияқы залды айналып ұшады.Белгі бойынща қайтадан қайтып үйлеріне қонулары керек.Үлгермеген ойыншы ойыннан шығып отырады.
Ойынды аяқтау.
Балалар бір қатарға жиналып тұрады.

Жетекші –жөндеуші
Іс – әрекетті қорытындылау
-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.

Күтілетін нәтиже:
Сапта тұрып шашыраған кезде қайта орындарын таба алуды.Тепе-теңдік сақтап жүруді.
Допты еденге лақтыру және қағып алады

Күні: 11.03.2022ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы: «Секіргіш қоян»
Мақсаты:. Залдың барлық кеңістігін пайдаланып, жүру кезінде бір-біріне бөгет жасамай, сапта өзінің орнын жылдам таба біледі. Допты екпінмен лақтырады және доп қимылының бағытын сақтап лақтырады.
Құралдар:Балалар санына қарай доптар.
Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім:
Балаларды қатарға тұрғызу. Бүгінігі көңіл күйлерін сұрау.
Ұйымдастыру іздестіру
Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін 3 қатарға бөлінуге нұсқау береді
Таныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді.Орынан ұзындыққа секіру. Допты затқа тигізіп домалату.
Қозғалмалы ойын
«Соқыр теке»
Ойынға шарф қажет. Барлық қатысушылар шеңберге тұрып, қолдарынан ұстайды .санамақ арқылы «соқыртеке» белгілі болады оны шеңбер ішіне тұрғызып көзін байлап тастайды, Қалған балалар көзі байланаған адамды жан-жақтан түртеді де, ол балаларды ұстап алу керек. Егер көзі байланған адам біреуді ұстап, оны таныса, сол адам келесі соқыр теке болады.
Ойын ережесі:1 Ойыншылар шеңберден шықпау керек.
2 «Соқыр текені итеріп», аяқпен бөгет жасауға тыйым салынады. Ортаға бір бала шығады.Көзі орамалмен байланады.Ортаға шығарып 2-3 рет айналдырады. Оны айнала балалар тұрады. Соқыртекенін міндеті балаларды ұстап алу.
Ойынды аяқтау.
. Балалар бір қатарға жиналып тұрады.
Жетекші –жөндеуші

Іс – әрекетті қорытындылау
-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.

Күтілетін нәтиже:

Гимнастикалық орындық бойымен қолдарын белдеріне қойып, текшелерден аттап жүруді игерді.Секірген кезде қолмен ырғалып секірді.
Өздерінің орындарына жылдам тұрды.

Күні: 18.03.2022ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы: « Сиқырлы доп»
Мақсаты: Арақашықтығы 1,5 м екі сапта тұрып, лақтыру күшін сап арасындағы арақашыққа сәйкес допты бір-біріне қос қолмен бастан асырып лақтырады.
Құралдар:балалар санына қарай доптар

МотивациялыққозғаушыКіріспе бөлім:

Балаларды қатарға тұрғызу. Бүгінігі көңіл күйлерін сұрау.Ұсынылған жағдаятқа тұру
Ұйымдастыру -іздестіру
Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін екі қатарға бөлінуге нұсқау береді
Таныс жаттығуларды атайды.. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді.
дұрыс жасауларын қадағалау. Допты бір-біріне лақтыру және оны қос қолмен қағып алу. Орнынан ұзындыққа секіру
Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді.
Қозғалмалы ойын
«Қамбадағы тышқандар».
2-3 бала мысық болып тандалады.Қалғандары тышқан болады. Мысықтар ұйықтап жатқанда тышқандар тамақ ішіп жүгіреді. Мысық оянғанда қайта үйлеріне қашады.
Ойынды аяқтау.
Балалар бір қатарға жиналып тұрады.

Жетекші –жөндеуші
Іс – әрекетті қорытындылау
Тынысалуды қалпына келтіру.

Күтілетін нәтиже:
Допты екі қолмен қағып алу керек екенін білді. Қарама-қарсы тұрған балаға допты дұрыс лақтырды Орыннан секіруді білді.

Күні: 25.03.2022ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы: «Үлкен бөрене»
Мақсаты: Төрт тағандап бөрене бойымен еңбектей алады. 2 м арақашықтықта допты бір-біріне лақтырады,доптың ұшу бағытын бақылау және ұшып келе жатқан допты бүгілген қолдың жеңіл қимылымен тосып алабіледі.
Құралдар: Бөрене, балалар санына қарай доптар, сюжеттік маскалар
Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім:
Балаларды қатарға тұрғызу. Бүгінгі көңіл күйлерін сұрау.
Орында тұрып бұрылу жаттығуларын орындау.

Ұйымдастыру -іздестіру
Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін 2 қатарға бөлінуге нұсқау береді .Жаттығуды доппен жасайды. Таныс жаттығуларды атайды. Жаттығуларды орындау тәсілдерін көрсетеді, көрнекті үлгісін береді. Допты бір-біріне лақтыру және оны қос қолымен қағып алу .Төрт тағандап бөрене бойымен еңбектеу Қозғалмалы ойын
«Касқыр мен лақтар»
Алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру.
.-Балалар ойынның шартын түсініп ойнайды.
Лақтар далада жайылып жүреді.Қасқырлар лақтарды көріп қойып қуалайды.Ұсталынып қалған лақ қасқыр болады. Ойынды осылайша бірнеше рет қайталауға болады
Жетекші –жөндеуші
Іс – әрекетті қорытындылау
-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.
- Спорттық құрал-жабдықтарды жинауды ұсынады.Күтілетін нәтиже:
Доппен жасалатын жаттығуларды бұлжытпай орындауЕңбектеу кезінде қол мен аяқтың тұру қалпы
допты дұрыс лақтырып, қағып алуды біледі

Күні: 01.04.2022ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы: « Менің асығым»
Мақсаты: Бөрене бойымен де еңбектеуде тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту.Құралдар:Гимнастикалық орындық, бөрене, асық
Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім:
Балаларды қатарға тұрғызу. Бүгінігі көңіл күйлерін сұрау.
Орында тұрып бұрылу жаттығуларын орындау.
Ұйымдастыру-іздестіру

Жалпы дамытушы жаттығуларды орындау үшін 2 қатар болып тұруға белгі береді.Жаттығуды құрсаумен орындау. Гимнастикалық орындық бойымен қолдары белдерінде, басына қап қойып жүру.
Допты жоғары қарай лақтырып және оны қос қолмен қағып алу .Төрт тағандап бөрене бойымен еңбектеу.
Қозғалмалы ойын:
Асық кімде?
Ойын шарты:Балалар арасынан біреу таңдалып, қалғандары көздерін жұмады.таңдалған бала асықты қалаған баланың қолына ұстатады.Балалар көздерін ашып асықты іздейді.
Балалар бір қатарға сап- тізбекке тұрады.
Жетекші –жөндеуші

Спорттық құрал-жабдықтар мен атрибуттарды жинауды ұсынады.
Ұйымдасқан оқу іс-әрекетінің қорытындысын талдау: Бүгін не үйрендік?, Қандай жаттығу немесе әрекетұнады?
Балаларды мадақтау

Күтілетін нәтиже:
Жаңғыртады: Допты жоғары лақтырған кезде допты қайта қағып алуларын қадағалауТүсінеді:тепе-теңдікті дұрыс сақтай білуді
Қолданады: бөренеден еңбектеп өтіп шығады

Күні: 08.04.2022ж

Білім беру саласы : Вариативтік компонент

Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың

Тақырыбы: « Биле биле»

Мақсаты: Түрлі қимылдарды түрлі қарқында музыкалық сүйемелдеуге сәйкес: өзінің айналасында айналады,жеңіл және ырғақпен секіреді . Қос аяқпен алға қарай секіруге жаттықтыру.

Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім:

Балаларды қатарға тұрғызу. Бүгінігі көңіл күйлерін сұрау.

Орында тұрып бұрылу жаттығуларын орындау.

Ұйымдастыру-іздестіру

Саптізбекте бағытты қалай сақтауды, саптізбектен шығып кетпеуді, өзінің орнын таба білуді көрсетеді. Адымдап жүреді,аяқтың үшімен , үлкен адыммен, мысық сиқты, үйрек сиякты жүреді.

Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін 2 қатарға бөлінуге нұсқау бередіТаныс жаттығуларды атайды

Музыкалық-ырғақты қимылдар (айналу, орнында секіру).

Гимнастикалық орындық бойымен қолдары белдерінде, басына қап қойып жүру2 метр арақашықтықта қос аяқпен алға қарай секіру.

Қозғалмалы ойын Шарлар мен бағаналар Ойын шартын түсіндіру.

«Ұшты - ұшты»

Көңіл қою, ереже бойынша әрекет ете білу.

-Балалар ойынның шартын түсініп ойнайды.

-Екі топқа бөлініп доптарды алдарында тұрған бағананың ішінен өткізуге тырысады.Ойын 2-3 ретқайталанады

Ойынды аяқтау.

-Балалар аз қозғалмалы ойын ойнап дене қызуларын басып дем аладыБалалар белгі бойынша бір қатарға жиналады.

Жетекші –жөндеуші

Іс – әрекетті қорытындылау

-Қандай жаттығулар жасадық?

-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Балаларды мадақтау.

Күтілетін нәтиже:

жүріп келе жатқан кезде сапты бұзбай жүруТапсырманы орындауды

Тепе-теңдікті сақтауды үйренді

Күні: 15.04.2024ж

Білім беру саласы : Вариативтік компонент

Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың

Тақырыбы: «Орманға саяхат»

Мақсаты: Бірнеше сызықтардың үстінен біртіндеп секіреді, денені алға қарай еңкейтпей, аяқтың ұшымен жерге түсе алады. Допты бастан асыра қос қол тәсілімен бір-біріне лақтырады.

Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім:

Балаларды қатарға тұрғызу. Бүгінігі көңіл күйлерін сұрау.

«Орманға саяхат» жасайтынын түсіндіру

Ұйымдастыру- іздестіру

Саптізбекте бағытты қалай сақтауды, саптізбектен шығып кетпеуді, өзінің орнын таба білуді көрсетеді. Жануарларды бейнелеп, жүрістерімен жүру. Аю ,қоян, үйрек сияқты жүрістерімен жүргізу.

Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау.

Сызықтардың үстінен қос аяқпен секіру (бір-бірінен 1 м арақашықтықтағы 4 сызық).Музыкалық-ырғақты қимылдар (жүру, отыру).

Бір-біріне доп лақтыру және оны қос қолмен қағып алу (қос қолмен бастан асыру тәсілі, саптың арасының арақашықтығы 2 м).

Қозғалмалы ойын

«Қасқырларды аулау»

Бірлесіп әрекет ету, кеңістікте бағдарлау.

Балалардың арасынан 3 аңшы таңдалады. Қалғандары орманда жүрген қасқырлар болып саналады. Белгібойынша аңшылар аңға шығып қасқырларды аулайды.

Ойынды аяқтау.

Балаларды бір қатарға жинау.

Жетекші –жөндеуші

Іс – әрекетті қорытындылау

-балалар қайда саяхат жасадық

-Қандай аңдарды бейнеледік

-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.

Күтілетін нәтиже:

жасаған жаттығуларды айтып бередібірлесіп әрекет етуді үйрету

доппен жасалатын жаттығуларды жақсы жасайды

Күні: 22.04.2022ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы: «Төзімді балалар»
Мақсаты: Қысқа адым жасап, қарқынын тездетпей және ақырындатпай қолдарын бүгіп, ырғақты жүгіреді. Біртіндеп бес жіптің үстінен секіреді.
МотивациялыққозғаушыКіріспе бөлім:
Балаларды қатарға тұрғызу. Бүгінігі көңіл күйлерін сұрау.

Ұйымдастыру-іздестіру
-Жүру және жүгіру жаттығуларын орындау Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау
1.1 минут баяу қарқында жүгіру.
2.Жіптің үстінен қос аяқпен секіру (бір-бірінен 1 м арақашықтықтағы 5 жіп).3.Модуль үстінен өту.
Қозғалмалы ойын
«Қарлығаш»
Сап түзеп сызықтың бойында тұрады. Белгі бойынша зал бойымен қарлығаш болып ұшады. Кімде кім бір –біріне соғылып қалатын жағдайда. Сол қарлығаш орындыққа отырады.

Ойынды аяқтау.
Жетекші –жөндеуші

Іс – әрекетті қорытындылау
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.

Күтілетін нәтиже:
жүгірген кезде қолды ұстау қалпын білді секірген кезде аяқты бірге ұстауларын үйренді

Күні: 29.04.2022ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы: «Алысқа лақтыр»
Мақсаты: Басындағы қабымен гимнастикалық орындық бойымен, дене бітімін сақтай жүре алады
Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім:
Балаларды қатарға тұрғызу. Бүгінгі көңіл күйлерін сұрау.

Ұйымдастыру-іздестіру
Саптізбекте бағытты қалай сақтауды, саптізбектен шығып кетпеуді, өзінің орнын таба білуді көрсетеді.
-саптық, жүру, жүгіру жаттығуларын орындауЖалпы дамытушылық жаттығуларды орындау
Басындағы қабымен гимнастикалық орындық бойымен, дене бітімін сақтай жүредіЕденге салған тақтай бойымен қос аяқпен секіру.
Қозғалмалы ойын
«Ормандағы аюдар». Аулай және жалтара жүгіру.
Дайындық. залда «қарама – қарсы бағытта 2 үй» белгіленеді.
Уйдің ішінде 4 аңшы отырады. Орманда жүрген аюлар аң аулауға шығады. Сол кезде аңшылар үйіне тапболады. Аңшылар аюларды қуалайды. Ұсталынған аю орындыққа отырады.
Ойынды аяқтау
Жетекші –жөндеуші
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Балаларды мадақтау.
Күтілетін нәтиже:
Жаттығуларды дұрыс орындауды
ойын кезінде ептілік,икемділікті пайдаланып ойнауды
Басындағы қабымен гимнастикалық орындық бойымен, дене бітімін сақтай жүре алды

Күні: 06.05.2022ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы :« Жануарлар мекен»
Мақсаты: Еденде жанымен тұрған сатылардың көлденең салмаларының арасынан еңбектеуге үйрету, қол мен аяқтың жұмыстарын координациялау. Доп ұстаған қолын бастың артына қарай апару, доптың ұшуына алға-жоғары қарай бүгілген қолдарды екпінді жазылуымен дұрыс траектория бере білуді бекіту.
Құралдар:балалар санына қарай доптар
Мотивациялық - қозғаушылық
Балалар саппен залға кіреді. Бір қатарға түзеліп тұрады.

Ұйымдастырушылық - ізденістер
Тәрбиешінің артынан адымдап жүреді,аяқтың үшімен , үлкен адыммен, мысық сиқты, үйрек сияқты жүреді. Шеңбер бойымен айналып жүгіреді. Тынысалуды қалпына келтіреді.
Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау
Еденде жанымен тұрған сатылардың көлденең салмаларының арасынан еңбектеуТұру қалпында қос қолымен допты басынан асыра лақтыру.
Қимылды ойын
Қозғалмалы ойын
«Соқыр теке»
Ойынға шарф қажет. Барлық қатысушылар шеңберге тұрып, қолдарынан ұстайды .санамақ арқылы «соқыртеке» белгілі болады оны шеңбер ішіне тұрғызып көзін байлап тастайды, Қалған балалар көзі байланаған адамды жан-жақтан түртеді де, ол балаларды ұстап алу керек. Егер көзі байланған адам біреуді ұстап, оны таныса, сол адам келесі соқыр теке болады.
Ойын ережесі:1 Ойыншылар шеңберден шықпау керек.
2 «Соқыр текені итеріп», аяқпен бөгет жасауға тыйым салынады.

Жетекші –жөндеуші

-Балалар,сендерге қандай жаттығу ұнады?
-Көңіл - күйлерін қалай?Балаларды мадақтау Күтілетін нәтиже:
допты дұрыс қалпында ұстап, лақтыру
Ойынның шартын бұзбай,ұйымшылдықпен ойнауды.еңбектеп жүруді бұлжытпай орындайды

Күні: 13.05.2022ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы: «Көпірмен жүр»
Мақсаты: Аяқтың өкшесінен аяқтың ұшына ауыса жүруді біледі, қабырғалы тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтай алады
Құралдар: тақтай, кішкене тақтайшалар, доптар

Мотивациялық-қозғаушыКіріспе бөлім:
Балаларды қатарға тұрғызу. Бүгінігі көңіл күйлерін сұрау.
Ұйымдастыру-іздестіру
Саптізбекте бағытты қалай сақтауды, саптізбектен шығып кетпеуді, өзінің орнын таба білуді көрсетеді.
-Жүру, саптық жаттығулар, жүгіру жаттығуларын орындайды.Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау .
Еденге салынған қабырғалы тақтай бойымен жүру (көлемі 15 см, ұзындығы 2 м).Еденде салынған тақтай бойымен қос аяқпен секіру.
Қозғалмалы ойын
Ойын: «Орныңды тап»
Ойын барысында қағысып қалмай, өзінің орынын табу.Ойынды аяқтау.
Балалар белгі бойынша бір қатарға жиналады.

Жетекші –жөндеуші
Іс – әрекетті қорытындылау
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.
Күтілетін нәтиже:
Еденге салынған қабырғалы тақтай бойымен жүру (көлемі 15 см, ұзындығы 2 м).Ойынның шартын бұзбай ойнауды
Еденде салынған тақтай бойымен қос аяқпен секіру.

Күні: 20.05.2022ж
Білім беру саласы : Вариативтік компонент
Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың
Тақырыбы: « Кім бірінші?»
Мақсаты: Кең адым жасап, жүгіреді, қол қимылдарын үйлестіріп жылдам қарқынмен жүгіреді.Құралдар: Құрсаулар, қабырғалы тақтай
МотивациялыққозғаушыКіріспе бөлім:
Балаларды қатарға тұрғызу. Бүгінігі көңіл күйлерін сұрау.

Ұйымдастыру- іздестіру
Жүру жаттығулары. Жүгіру жаттығуларын орындау
Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау. Жылдам қарқынмен жүгіру. (арақашықтығы 15 м).Еденге салынған қабырғалы тақтай бойымен жүру (көлемі 15 см, ұзындығы 2 м).
Тура бағытта құрсауды домалату.
Қозғалмалы ойын
«Құстардың ұшып келуі»
Ептілікті дамыту, әр түрлі бағытта жүгіруде соқтығыса білмеу. Сызық бойымен тұрған балалар тәрбиешінің белгісін тосады. Белгі берілген соны зал бойымен жүгіреді. Орындарына тұрындар дегенде , жүгіріп барып сызық бойына тұрады.Үлгермеген бала ойыннан шығады.
Ойынды аяқтау.
Жетекші –жөндеуші
Іс – әрекетті қорытындылау
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.
Күтілетін нәтиже:
Еденге салынған қабырғалы тақтай бойымен жүрдіЖылдам қарқынмен жүгірді.
Тура бағытта құрсауды домалатуды

Күні: 27.05.2022ж

Білім беру саласы : Вариативтік компонент

Білім көзі: Шынықсаң шымыр боласың

Тақырыбы: «Қимылды ойындар»

Мақсаты: Тақтайдың екі басынан бастап жүріп келе жатып, ортасына келгенде бұрылып кейін жүреді, өзініңіс-әрекетін басқа балалардың іс-әрекетімен үйлестіре біледі.

МотивациялыққозғаушыКіріспе бөлім:

Балаларды қатарға тұрғызу. Бүгінігі көңіл күйлерін сұрау.

Ұйымдастыру-іздестіру

Саптізбекте бағытты қалай сақтауды, саптізбектен шығып кетпеуді, өзінің орнын таба білуді көрсетедіЖалпы дамытушылық жаттығуларды орындау .

Музыкалық-ырғақты қимылдар (алға қырындап жүру, секіру).

Еденге салынған тақтай бойымен тапсырманы орындай жүру — тақтайдың екі басынан бастап жүріп кележатып, ортасына келгенде бұрылып кейін жүру.

Қозғалмалы ойын

Ойын: «Қасқырларды аулау». Көңіл қоя білу, тез қимылдауды дамыту.

Балалар ойынның шартын түсініп ойнайдыҚасқыр қасқыр келіп көр

Қақпан қақпан қауып көр

Деп айтып жан жаққа қасқырдан қашады.

-Қасқырға ұсталған бала ойыннан шығып отырады.Балалар белгі бойынша бір қатарға жиналады.

Ойынды аяқтау.

Жетекші –жөндеуші

-Қандай жаттығулар жасадық?

-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.Балаларды мадақтау.

Күтілетін нәтиже:

Жаңғыртады:музыка әуенімен қозғалыстар жасау

Түсінеді: Тәрбиешінің сөздеріне назарларын толықтай аударуНені біледі: допты домалату жаттығуын жақсы орындайды