

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы

Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру

Қыркүйек айы. Өтпегі тақырып: «Бағабаянша»

ҰОҚ тақырыбы:»			
Күні:	2 сағат		Іапта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:	
ҰОҚ мақсаты	Балаларды бағанға кезекпен жүру және жүгіру жаттығуларын жасау гимнастикалық орындықта жүргенде дұрыс қатып қалыптастыра отырып, тұрақты теңе-теңдікті сақтауға үйрету; екі аяғымен еденнен (жерден) қатты итеру, алға секіру кезінде жаттығу; доп лақтыруға арналған жаттығулар.		
Күтілетін нәтиже:	- Балалар нұсқаушының түсіндіріп көрсетуі бойынша негізгі жаттығу түрлерін жасайды. Балалар секіру жаттығуларын ойын арқылы орындайды. Балалар белгіні естіп бір қатарға түзеледі.		
Тілідік мақсат:	Сұрақтарға толық жауап бере біледі		
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	Өткен жаттығу түрлерін атай алады.		
ҰОҚ өткізілу барысы			
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет		Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру. 2 - 3минут	-санқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Санға қалыпты тұруды және түзуленуді меңсереу: бағанда бірінен соң бірін қалпына келтіру, баған бойынша аяқ ұшымен бірінен соң бірі жүру, қолды белге қою (тізеңізді бүкпеңіз); бағанда бір-бірден жүгіру; педагог белгісі бойынша , шашырап жүру; шашырап жүгіру; бір-бірден колоннада қалыпқа келіп тұру.		Жұарты топқа арналған 2 гимнастикалық орындық (бүйкітігі 30-35 см), 8-10 текше (бүйкітігі 6 см), доптар (диаметрі 10-12 см).
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс 12 - 14 минут	2 бөлім. Жалпы дамыту жаттығулары. 1. Бастапқы қатып (бұдан әрі - б.қ) - аяқтың еніне параллель тіреу, қолды төмен түсіру. Қолдарын жанға жоғары көтеру, қолдарын шатаптақтау. Қолды жанға төмен түсіру, бастапқы күйге оралу 2. Б.қ - аяқ шық деңгейінде, қол белде. Оңға бұрылу, оң қолды жанға бұру, бастапқы күйге оралу. Дәл сол сияқты басқа жаққа бұру. 3. Б.қ - аяқтың шық деңгейінде, қол төмен. Отыру, қолды алға қою, алдыға қолды шатаптақтау, тұру, бастапқы күйге оралу. 4. Б.қ - аяқты алшақ қою, қолдар арқадда. Қолыңызды жанға көтеру; алға иігіп, екі арасында саясаттың ұшын еденге тигізу. Қолды жанға созып, керілу, бастапқы күйге		Музыкалық сүйемелеу

	оралу. 5. Б. қ - аяқтың алшақ қою, қол белде. Жүру кезегімен ауысып, орында екі аяқпен секіру. Тыныс алу жаттығуы. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Б. қ келу Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Тене-мендік жаттығулары - жүру және екі сызық арасында жүгіру (ені 15 см, ұзындығы 3 м) Жаяу жүргенде, қолдар белде. Жүгіру кезінде қолдар бүгілген тене-мендікті сақтай алады. Жүгіру мен жүгірудің кезектесуі: ең бастысы - бауларды баспау. 2. Секіру - орнында екі аяғымен шеңберді оңға және солға кезекпен қысқа кідіріспен серту (3-4 рет). Бағалар бір-біріне қарама-қарсы екі жолда тұрады (сызықтап арасындағы қашықтық кемінде 3 м). Мұғалім ар жолдың алдында шнурлардан жолдарды қойып, талсырманы түсіндіреді - соңымен жүріп бара жатып асықпау, басты және арқаны түзу ұстау, серуендеудің соңында өз сызыққа бару. Бағалар жаттығуды 2 рет аяқтағаннан кейін, олар тірек бойымен жүгіре бастайды. Тене-мендік жаттығуларының соңында мұғалім бауларды шешіп, бағаларды артүрлі бағытта шақырауға шақырады. Шашырау кезінде бағалар екі аяқпен секірулерді орындайды, қояндарды бейнелейді, екі бағытта шеңберге бұрылады, секіру сериялары арасында кішкене кідіріспен кезектеседі. Секіру секіріс дабыл немесе музыкалық сүйемелдеу арқылы орындалады. 3 бөлім. Қым ойын: ойын "өзіңізге жұп табу" ойын үшін сізге екі түсті орамалдар қажет (бағалар саны бойынша) (бір түсті орамалдардың жартысы, қалғандары-басқа). Әр ойыншы бір орамал алады. Тәрбиешінің сигналы бойынша барлық бағалар залдың (аияның) бүткіл аумағын алуға тырысады. "Жұп тап!" немесе музыкалық шығарманың дыбысының басталуы бірдей түсті шарфы бар бағалар жұптасып тұрады. Ойын 2-3 рет қайталанатын. 20-бетті қараңыз. Ойын 2-3 рет қайталанатын.	
IV. УОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия 2-3 минут	-Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесін талдайды: -Бағалармен бірге ойнаған және жаттықтықан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Бағаларға рахмет айтып қоштасу	- Спорттық құрал-жабдықтарды жинауды ұсынады.

Мерселия! Аман

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Қыркүйек айы. Өтпелі тақырып: «Балабақша»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	I сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды бір-бірімен жүру және жүгіру жаттығуларымен айналысу; төмендегілген тірек аймағында тұрақты мене-мендікті сақтауға үйрету; еденнен (жерден) екі аяғымен күшті итеру және секіру кезінде жұмсақ қону.	
Күтілетін нәтиже:	Қозғалыс арқылы өз көңіл күйін білдіру. Залда белгілі сызықтан шықпай қозғалу. Жаттығу орындау кезінде маукегелдікті азайту. Біріккен жұмыс кезінде әлеуметтік дағдылар пайдалану.	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сипқа тұрағызу -сәлемдесу	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	I бөлім. Түзу, тұрақтуды тексеру (әдетте кейбір сілтеменер қолданылады - шнурлар, квадраттар және т.б.) Сигнал беріледі тарбиеші залды айналып өтіп, көшбасшыдан кейін бағанда жүру үшін (бұбен немесе музыкалық сүйемелдеу бойынша) беріледі. Келесі сигналда жүгіреді. Жүру және жүгіру жаттығулары кезектесіп өтеді.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс 15 минут	2 бөлім. Жалпы дамыту жаттығулары. 1. Бастапқы қалып (бұдан әрі - Б.Қ.) – аяқты алшақ қою, қолды төмен түсіру. Қолдарын жанынан жоғары көтеру, қолдарыңын шапалақтау. Қолды бүйірден төмен түсіру, бастапқы күйге оралу. 2. Б.Қ. - аяқ иық деңгейінде, қол белде. Оңға бұрылу, оң қолды жанға бұру, бастапқы күйге оралу. Дәл сол сияқты 3. Б.Қ. – аяқ алшақ, қол төмен. Отыру, қолды алға қойып шапалақтау, тұру.	

	бастапқы күйге оралу 4. Б.қ. - аяқты атып, ұстау, қолдар артта. Қолды екі жаққа көтеру; алға иіліп, еденге сауақтарды тигізу. Тікелей, қолды екі жаққа созу, бастапқы күйге оралу. 5. Б.қ. – аяқ атып, қол белде. Жүру кезегімен ауысып, орнында екі аяқпен секіру Тыныс алу жаттығуы Аранның дыбысын салу. -3-3-3 Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Екі сызық арасында жүру (ені 20 см). Ол бірінен соң бірі үздіксіз түрде екі бағанда жүзеге асырылады. Барлық бағалар екі сызықтан өтіп болғаннан кейін жүгіру туралы сипат беріледі, осылайша 3-4 рет кезекпен. 2. Екі аяғымен секіру, кубқа алға, 3-4 м қашықтыққа қарай жүру. 2 рет қайталау. 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Өзіңе жұт ізде» ойыны Ойын үшін сізге екі түсті орамал қажет (бағалар санына сәйкес) (бір түсті орамалдың жарымы, екіншісі қалған). Әр ойыншыға бір орамал беріледі. Педагогтің белгісі бойынша барлық бағалар шашырап, залдың (алдыңғы) бүкіл аумағын алуға тырысады. «Жұтты тап!» Деген сөзге немесе музыкалық шығарманың дыбысының басталуы, бірдей түсті орамалдары бар бағалар екі-екіден тұрады. Ойын 2-3 рет қайталанады. Бағанаға орамалды бір-бірілеп серуендеп кезек-кезек жүру.	Нұсқаушыға көмек көрсету иешін таныту
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия 5 минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды; -Қандай жаттығулар жасады? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Түсіндіріледі! Алаш

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы

Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру

Қыркүйек айы. Өтпегі тақырып: «Бағабұша»

ҰОҚ тақырыбы:»			
Күні:	2 сағат		2-апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:	
ҰОҚ мақсаты	Балаларға секіре отырып, объектіге жету кезінде еденді қатты итеріп, иілген аяққа қонуға үйрену; допты домалату жаттықтыруы.		
Күтілетін нәтиже:	Зал кеңістігінде бағдарлай алу. Шашыраңқы жүгіру кезінде кеңістікті бағдарлай алады		
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:		
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойыңған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап		
ҰОҚ өткізілу барысы			
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет		Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату Ұйымдастыру: 5 минут	-саяқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Мұғалімнің белгісі бойынша аялдамамен бірінен соң бірі колоннада жүру және жүгіру. Педагог тапсырманы түсіндіреді; жүріп бара жатқанда : «Қояндар!» дейді, балалар тоқтап, орнында екі аяғымен секіреді, содан кейін жүре береді. Жүргеннен кейін жүгіруге ауысу. Кезектесіп жүру және жүгіру. Үш бағанда қайта құру.		
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Жалаушалармен жалпы дамыту жаттықтырулары. «Мама, нана, мен спортшымын» 1. Б.қ. – аяқтар ашақ, Жалау төмен. Жалаушаларды алға, жозары көтеру, жалаушаларға қарау, оларды түсіру, бастапқы орнына оралу. (5-6 рет). 2. Б.қ. – аяқты ашақ ұстау, Жалау шықта. Отыру, еденге жалаудың ұшын тигізу, тұру, бастапқы күйге оралыңыз (5-6 рет). 3. Б.қ. - аяқ иық деңгейінде, жалау төмен. Оңға (солға), жалаушаларды жан-жаққа бұру, бастапқы күйге оралу. (5-6 рет). 4. Б.қ - отыру, аяқтар ашақ, жалаулар кеудеде. Алға қарай иілу, аяқты ашыл сауақтарды еденге тигізу, бастапқы күйге оралу (5-6 рет). 5. Б.қ - аяқтар сәл ашақ, жалаулар бүктемін, сауақтардың жанында жатады. Екі		

	аяқпен секіру, жүрумен кезектесіп (1-8 санау), 3 рет қайталау. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. «Затқа жету» секіру - орында екі аяқпен серіліу. Ол қатарынан 3-4 секіру серіісімен орындалады, содан кейін кідіріс және мұзгалінің белгісі бойынша қайтадан секіреді (3-4 рет). 2. Доттарды бір-біріне домалату (арақашықтық 2 м). Әдіс – тізemen отыру, өкшемен отыру (әр топқа 10-12 рет). 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Ұшақ» ойыны. Бағалар залдың ар жағында бірнеше бағанда тұрады. Әр бағаның орны затпен белгіленеді (текше, түіреліш, дәрілік шар). Ойыншылар - ұшқыштар. Мұзгалінің белгісі бойынша: «Ұшуға!» - бағалар қолды кеуде алдында бүгін дөңгелек қимылдар жасайды - «қозғалтқыштарды іске қосу». Келесі сиснал: «Үш!» - бағалар қолдарын екі жаққа көтерін жүгіреді - залда «ұшу» ар түрлі бағытта. Сиснал бойынша: «Қону!» - бағалар - «ұшақтар» өз орындарын табады (текшелерінің жанында) және бағаларға салынған. Бір-бірден бағанда жүру.	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия 2-3 минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Мексепіміз: Астана

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Қыркүйек айы. Өтпелі тақырып: «Балабақша»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	1 сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларға секіре отырып, объектіге жету кезінде еденді қатты итеріп, иілген аяққа қолға үйрену; домалты домалату жаттығулары	
Күтілетін нәтиже:	Қозғалыс кезінде қимылды үйлестіру дағдыларын пайдаланады. Жағдайдың өзгеруіне қарай бағытты бұрып саппен жүре алады.	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқыларға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру: 3-5 минут	-саяқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Педагогтың белгісі бойынша аялдамамен бірінен соң бірі колоннада жүру және жүгіру. Педагог танырманы түсіндіреді: жүріп бара жатқанда ол: «Қояндар!» дейді, балалар тоқтап, орнында екі аяғымен секіреді, содан кейін жүре береді. Жүргеннен кейін жүгіруге ауысыңыз. Кезектесіп жүру және жүгіру. Үш бағанда қайта құру.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Жалаушалармен жалпы дамыту жаттығулары. «Мама, папа, мен спортшымын» 1. Б.қ. – аяқтар ашақ, жалау төмен. Жалаушаларды алға, жоғары көтеру, жалаушаларға қарау, оларды түсіру, бастапқы орнына оралу. (5-6 рет). 2. Б.қ. – аяқты ашақ ұстау, Жалау ықта. Отыру, еденге жалаудың ұшын тигізу, тұру, бастапқы күйге оралу (5-6 рет).	Әр балаға екі жалауша Доптар, кубиктер

	3. Б.Қ - аяқ иық деңгейінде, жалау төмен. Оңға (солға), жалаушаларды жан-жаққа бұру, бастапқы күйге оралу. (5-6 рет). 4. Б.Қ - отыру, аяқтар ашаң, жалаулар кеудеде. Алға қарай иілу, аяқты ашыл саусақтарды еденге тигізу, бастапқы күйге оралу (5-6 рет). 5. Б.Қ - аяқтар сәл ашаң, жалаулар бүкметін, саусақтардың жанында жатады. Екі аяқпен секіру, жүрумен кезектесіп (1-8 санау), 3 рет қайталау. Тыныс алу жаттығулары: «Әтеш» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Екі аяқпен жозғарыға секіру - «Затқа жету» (4-5 секіру). Жаттығу алдыңғы немесе кезекпен екі қатарда орындалады (3-4 рет). 2. Доттарды бір-біріне домалату (орындау тәсілін және аяқтың бастапқы қалпын өзгерту). Әр топтан 10-15 рет. 3. Тікелей сызықпен төрт аяғымен қозғалу (қашықтық 5 м) екі жолмен белгіленген жерге (тірек нүктесі - куб, доп) дейін орындалады. 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Ұшақ» ойыны. Балалар залдың ар жағында бірнеше бағанда тұрады. Әр бағанның орны затпен белгіленеді (текше, түйреуіш, дәрілік шар). Ойыншылар - ұшқыштар. Мұғалімнің белгісі бойынша: «Ұшуға!» - балалар қолды кеуде алдында бүгін дөңгелек қимылдар жасайды - «қозғалтқыштарды іске қосу». Келесі сигнал: «Ұш!» - балалар қолдарын екі жаққа көтеріп жүгіреді - залда «Ұшу» ар түрлі бағытта. Сигнал бойынша: «Қону!» - балалар - «ұшақтар» өз орындарын табады (текшелерінің жанында) және бағандарға салынған. Бір-бірден бағанда жүру.	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдас­ты­рыл­ған оқу іс-­д­ре­ке­ті­нің нәти­же­сін та­ла­дай­ды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Тексерілді:
Мамат

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Қыркүйек айы. Өтпелі тақырып: «Бағабаян»

ҰОҚ тақырыбы:»			
Күні:	2 сағат		
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:	Занна
ҰОҚ мақсаты	Балаларды бағанмен серуендеп, кезекпен ташыраңқы жаттығулар жасау (кезектесіп 2-3 рет қайталау); допты домалату, шнурдың астына өрмелеу жаттығулары.		
Күтілетін нәтиже:	Екіден, бірден қайта сап құра отырып жүру; бау екіпмен жүгіру, педагогтің бұйрығы бойынша жылдам шеңберге тұру дағдыларын біледі.		
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқыларға қатысу - сұрақтарға жауап береді:		
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттықтыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап		
ҰОҚ өткізілу барысы			
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет		Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сатқа тұрғызу -сәлемдесу		
Ұйымдастыру. 3-5 минут	1 бөлім. Баған бойынша жүру, бір-бірден екі жолдың арасында жүру; сиритинг (кезектесіп 2-3 рет қайталау). Бағанда бірінен соң бірі және жол бойымен (ені 20 см) жүргеннен кейін мұғалім заңда ташырап жүгіру туралы белгі береді. Жүру және жүгіру тапсырмалары қайталанды. Педагог ар бағаны доп алуда шақырады (доптар алдын ала орындықтарда немесе орындықтарда қойылды). Шеңберде қалпына келтіру.		
ҰОҚ-нің ортасы	2 бөлім. Доппен жалпы дамыту жаттығулары. «Әже бағында» 1. Б. қ. - аяқ ыңқ деңгейінде, доп екі қолда төменде. Допты алға, жоғары көтеру, оған қарау, алға және төмен түсіру, бастапқы орнына оралу. 2. Б. қ. – өкшемен отыру, доп екі қолда алдыда. Тізеге тұру, допқа тұру; бастапқы қалыпта оралу 3. Б. қ. - өкшелерде отыру, екі қолда доп алдында. Допты қолмен итеріп, айналада оңға		
III. Тақырып бойынша жұмыс минут	Бала санына қарай доптар		

	(солға) айналыру 4. Б.Қ. - шалқасынан жатып, дөп екі қолмен бастың артында. Тіздегі бүктелген аяқты көтеру, дөптен тигізу, түзу, бастапқы күйге оралу 5. Б.Қ. - отыру, аяқты ашақ қою, дөп сенің алдыңда. Дөпті жоғары көтеру, еңкею, дөптен еденге мүмкіндігінше тигізу, түзу, бастапқы орнына оралу 6. Б.Қ.-аяқтарды сәл ашақ ұстау, дөп еденде. Дөптен жүру кезектесіп екі аяқпен секіру Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен ашақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «Үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Дөпті екі қолмен бір-біріне домалату (бастапқы қатып - тізерлеп отыру). Сызықтардың арақашықтығы 2м. Әр топ дөпті 10-12 рет домалайды. 2. Сымның астына қолымен еденге тигізбей жылжу (бүйкітегі еден деңгейінен 50 см). Жалпы дамыту жаттығуларын аяқтағаннан кейін балалар дөптарды мұғалім көрсеткен жерге қояды (үлкен себет, қоран). Екінші топтағы балалар үшін дөптар олардың қолында қалады. Мұғалім жол түрінде екі шұруды созады - олар балаларды құруға бағыттаушы болып табылады. 3 бөлім. Ашық ойын «Қыыр, қыыр ...». Залдың бір жағында мұғалім (қақпан), екінші жағында балалар. Олар қақпанға екі аяғымен секіру арқылы жақындайды. Мұғалім: Қыыр, қыыр, Бұл мақсатқа бармау Онда тышқан тіршілік етеді Ол сенің құйрығыңды тістеп алады. Балалар әдеттегі сызықтан тыс қашады, ал мұғалім оларды қуып жетеді. Мұғалім мәтінді осындай ырғақта айтады, балалар әр сөз үшін екі рет секіре алады. Бағанда бірінен соң бірін жүру; сауақпен жүру, қолдың әр түрлі позицияларымен, қалыпты жүрумен кезектесіп -Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан құнды қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту
--	---	---

IV. ҰОК-нің қорытындысы.
Рефлексия
..... минут

*Тіркелімі!
Аманжол*

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Өтпелі тақырып: «Бағабакша» Апталық тақырып: «Менің бағабакшам»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	I сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды бағанмен серуендеп, кезекпен ташыраңқы жаттығулар жасау (кезектесіп 2-3 рет қайталау); допты домалату, шпурдың астына өрмелеу жаттығулары.	
Күтілетін нәтиже:	Тізені көтеріп жүгіру, аяқ ұшымен, өкшемен жүру, кедергілерден өтіп ирелеңдеп жүгіру; мимикалық жаттығуларды орындау дағдыларын біледі	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-саяқа тұрғызу -сәлемдесу I бөлім. Баған бойынша жүру, бір-бірден екі жолдың арасында жүру; спринтинг (кезектесіп 2-3 рет қайталау). Бағанада бірінен соң бірі және жол бойымен (ені 20 см) жүргеннен кейін мұзгалим заңда ташырап жүгіру туралы белгі береді. Жүру және жүгіру талпырмалары қайталанайды. Педагог ар баланы доп алғаша шақырады (доптар алдын ала орындықтарда немесе орындықтарда қойылады). Шенберде қалпына келтіру.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Доппен жалпы дамыту жаттығулары. «Әже бағында» 1. Б.Қ. - аяқ ыық деңгейінде, доп екі қолда төменде. Допты алға, жоғары көтеру, оған қарау, алға және төмен түсіру, бастапқы орнына оралу. 2. Б.Қ. – өкшемен отыру, доп екі қолда алдыда. Тізеге тұру, доңқа тұру; бастапқы қалыпқа оралу 3. Б.Қ. - өкшелерде отыру, екі қолда доп алдында. Допты қолмен итеріп, айналада оңға	

	(солға) айнадыру 4. Б.Қ - шапқасынан жатып, дөп екі қолмен бастың арттында. Тіздегі бүктелген аяқты көтеру, дөптен тигізу, түзу, бастапқы күйге оралу 5. Б.Қ - отыру, аяқты ашақ қою, дөп сенің алдыңда. Дөпті жозары көтеру, еңкею, дөптен еденге мүмкіндігінше тигізу, түзу, бастапқы орнына оралу 6. Б.Қ-аяқтарды сәл ашақ ұстау, дөп еденде. Дөптен жүру кезектесіп екі аяқпен секіру Тыныс алу жаттығуы. Ауа жұту шығыршықты кеуде тұсына аяқпін, мұрынымен дем шығару Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Дөпті жозары лақтыру және оны екі қолмен ұстап алу (10-12 рет). Жаттығу мұғалімнің бұйрығымен орындалады: «Лақтыр!», Балалар дөпті кездейсоқ ұстайды. 2. Доғаға көтерілу екі бағанда салтық дөіспен орындалады (бір-бірінен 1 м қашықтықта 3-4 доға). Доғаның астына көтерілу кезінде «кесекке» топтасып, доғаның астынан жозарғы шетін тигізбей өту керек. 3. Бір қатарға екіншісінен 0,5 м қашықтықта орналасқан текшелер (түйреуіштер) арасындағы екі аяқпен секіру. Арақашықтық 3-4 м. 3 бөлім. Ашық ойын «Қыз, қыз ...». Залдың бір жағында мұғалім (жаппан), екінші жағында балалар. Олар қақпанға екі аяғымен секіру арқылы жақындайды. Мұғалім: Қыз, қыз, Бұл мақсатқа бармау Онда тышқан тіршілік етеді Ол сенің құйрығыңды тістеп алады. Балалар әдеттегі сызықтан тыс қашады, ал мұғалім оларды қуып жетеді. Мұғалім мәтінді осындай ырғақта айтады, балалар әр сөз үшін екі рет секіре алады. Бағанда бірінен соң бірін жүру, сәусәкпен жүру, қолдың әр түрлі позицияларымен, қалыпты жүрумен кезектесіп.	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Балалармен бірге ойнаған және жаттықтыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Инспектор
Аманжол

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Қыркүйек айы. Әтпесі тақырып: «Бағабайқа»

ҰОҚ тақырыбы:		
Күні:	2 сағат	4 апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Жұру кезінде мұғалімнің нұсқауы бойынша балаларға тоқтауға үйренуді жетілдіру; шұрудың астына көтерілгенде тоқтатыру қабілетін бекіту; қысқартылған тіреу аймағында жүру кезінде тұрақты теңе-теңдікті сақтау жаттығулары.	
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқыларға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқыларға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттықтыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	

ҰОҚ өткізілу барысы

Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сатқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Мұғалімнің: «Торғайлар!» Деген белгісі бойынша бағанда бір-бірден жүру. - тоқтап. «Чик-чирик» деп айту, содан кейін жүре беру; шапырау. Жүру және жүгіру кезектесіп орындайды. Үш бағанда қалыптастыру.	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	2 бөлім. Шағын құрсаумен жалпы дамыту жаттығулары. 1. Б.Қ. - аяқ ыңқ деңгейінде, тіреуіш төмен. Шеңберді алға, жоғары, төмен алға, төмен көтеру, бастапқы күйге оралу 2. Б.Қ. - тізерлен, құрсаумен екі қолмен кеудеге. Оңға (солға) бұрылыңыз, құрсаумен бүйірге, қолды түзу ұстау; түзету, бастапқы қалыпқа оралу 3. Б.Қ. - отыру, аяқты ашақ ұстау, құрсауда екі қолмен кеудеде тұру. Сақинаны жоғары көтеру, алға еңкей және саусақтардың арасындағы еденге тигізу, құрсауды жоғары көтеру; бастапқы қалыпқа оралу 4. Б.Қ. - отыру, аяқтар тізеге бүгіліп, құрсаумен, қолдар артта тіреу. Аяқты екі жаққа жаю, бастапқы күйге оралыңыз 5. Б.Қ. - арқамен жатып, құрсау бастың артында түзу қолмен. Тіздегі ішпен	Құрсаулар
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут		

аяқтарды көтеру, тізе құрсауының жиегіне тигізу; аяқты түзеу, бастапқы күйге оралу

6. Б.Қ - аяқ сәл алшақ тұрады, қолдар дененің бойымен еркін, құрсау еденде. Құрсау бойымен екі аяқпен секіру (қолдың толқынның пайдаланып, әр бағытта 3 рет жүрумен кезектесіп).

Тыныс алу жаттығулары:

шайнектік дыбысын салу(ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығару.

Қозғалыстардың негізгі түрлері.

1. Топқа еденге тигізбей сызық астына көтерілу

2. Еденде жатқан тақтада аяқтың ұшымен жүру
3 бөлім.

«Аю орманда» ашық ойын. Залдың (учаскесінің) бір жағына сызық салынған - бұл орманның шеті. Сызықтың артында, 2-3 адым қашықтықта аюға арналған орын көрсетілген. Залдың қарама-қарсы шетінде бағалардың «үйі» деген жолмен белгіленген. Мұғалім аю ретінде ойнайтын ойыншылардың бірін тағайындайды (сану рифммен таңдауға болады), қалған ойыншылар бағалар, олар үйде.

Мұғалім: «Қыдыру» дейді. Бағалар орманның шетіне шығады, саңырауқұлақ тереді - олар тиісті қимылдарға еліктеп:

«Ормандағы аю

Мен саңырауқұлақтар, жидектер,

Ал аю отыр

Бізге қарсылайды ».

Аю ырылдап көтеріледі, бағалар қашады. Аю оларды ұстап алуға тырысады (түрту). Ол ұсталған бағаны үйіне апарды. Ойын қайта жалғасады. Аю 2-3 бағаны ұстап алғаннан кейін басқа аю тағайындалады немесе таңдалады. Ойын қайталанады.

Төмен қозғалыстың ойыны «Сіз қайда қазып алдыңыз?» 28-бетті қараңыз

-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:

-Қандай жаттығулар жасадық?

-Бағалармен бірге ойнаған және жаттығуқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.

IV. ХОҚ-нің
қорытындысы.
Рефлексия
..... минут

Нұсқаушыға көмек
көрсету ниетін
таныту

Шеңберіміз! Аяқ

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Қыркүйек айы. Өтпелі тақырып: «Бағабакша»

ҰОК тақырыбы:»		
Күні:		
ТОП:	1 сағат	
ҰОК мақсаты	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
Күтілетін нәтиже:	Балаларды жүру кезінде тарбиешінің сигналы бойынша тоқтауға үйретуді жалғастыру; баудың астына өрмелеу кезінде тоқтау бөлігін бекіту; тіреудің кішірейтілген ауданы бойынша жүру кезінде тұрақты теңе-теңдікті сақтауға жаттығу. Бір-бірден тізбекке тұрып бағытты өзгерте отырып жүру және жүгіруді біледі. Қозғалыс кеңістігінде топпен заң кеңістігінде бағдарлай алады, ырғақты жаттығуларды орындауға үйрену..	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОК-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОК өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-саяқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Мұғалімнің: «Торғайлар!» Деген белгісі бойынша бағанда бір-бірден жүру. - тоқтап: «Чик-чурик» деп айтыңыз, содан кейін жүре беріңіз; шашырау. Жүру және жүгіру кезектесіп орындалады. Үш бағанда қалыптастыру. 2 бөлім. Шатын құрсаумен жалпы дамыту жаттығулары. 1. Б.қ. - аяқ иық енінде, тіреуіш төмен. Шенберді алға, жоғары, төмен алға, төмен көтеру, бастапқы күйге оралу. 2. Б.қ. - тізерлен, құрсаумен екі қолмен кеудеге. Оңға (солға) бұрылу, құрсаумен бүйірге, қолды түз ұстау; түзету, бастапқы қалыпқа оралу 3. Б.қ. - отыру, аяқты алшақ ұстау, құрсауда екі қолмен кеудеде тұру. Сақинаны жоғары көтеру; алға еңкею және сауақтардың арасындағы еденге тиегізу, құрсауды жоғары көтеру; бастапқы қалыпқа оралу 4. Б.қ. - отыру, аяқтар тізеге бүгіліп, құрсаумен, қолдар артта тіреу. Аяқты екі жаққа жаяу, бастапқы күйге оралу 5. Б.қ. - арқамен жатып, құрсау бастың артында тұзу қолмен. Тізедегі иілген аяқтарды көтеру, тізе құрсауының жиегіне тиегізу; аяқты түзету, бастапқы күйге оралу.	

6. Б.Қ - аяқ сал атып тұрады, қолдар дененің бойымен еркін, құрсау еденде. Құрсау бойымен екі аяқпен секіру (қолдың толқынның пайдасын, ар бағытта 3 рет жүрумен кезектесті).

Тыныс алу жаттықтыруы:

араның дыбысын салу (3-3-3), мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару;
Бастапқы қалыпқа келу.

Козгалыстардың негізгі түрлері.

1. Төне-теңдік: еденде жатқан мақтамен жүру, текшелермен (3-4 текше немесе 3 дәрі доп) басып, белдікте қолдар (немесе еркін теңгеру).
2. Саттың (доғаның) астына алақан мен тізгеге сүйеніп көтерілу. Доғалар бір-бірінен 1 м қашықтықта орналасқан
3. Белгіленген жерге (қуб, доп) алға жылжып, екі аяқпен секіру.
3 бөлім.

«Аю орманда» ашық ойын. Заңдың (учаскенің) бір жазғына сызық салынған - бұл орманның шеті. Сызықтың артында, 2-3 адым қашықтықта аюға арналған орын көрсетілген. Заңдың қарама-қарсы шетінде балалардың «үйі» деген жолмен белгіленген. Мұғалім аю ретінде ойнайтын ойыншылардың бірін тағайындайды (санарифммен таңдауға болады), қалған ойыншылар балалар, олар үйде.

Мұғалім: «Қыдыру» дейді. Балалар орманның шетіне шығады, санғырауқұлақ тереді - олар тиісті қимылдарға еліктеп:

«Ормандағы аю

Мен санғырауқұлақтар, жидектер,

Ал аю отыр

Бізге қарсылайды ».

Аю ырылдан көтеріледі, балалар қашады. Аю оларды ұстап алуға тырысады (түрту). Ол ұсталған баланы үйіне апарды. Ойын қайта жалғасады. Аю 2-3 баланы ұстап алғаннан кейін басқа аю тағайындалады немесе таңдалады. Ойын қайталанайды.

Төмен козгалыстың ойын «Сіз қайда қағып алдыңыз?» 28-бетті қараңыз

-Ұйымдастырылған оқу іс-арекетінің нәтижесін талдайды:

-Қандай жаттығулар жасадық?

-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл козгалыстарын еске түсіру.

IV. ҰОҚ-нің қорытындысы.
Рефлексия
..... минут

Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Қазан айы. Өтпелі тақырып: «Менің отбасым»

ҰОҚ тақырыбы:»

Күні:

2 сағат

1 апта

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Қазан айы. Өтпелі тақырып: «Менің отбасым»

ҰОҚ тақырыбы:»		Опшесіп тақырып: «Менің отбасым»	
Күні:	2 сағат		1 апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:	
ҰОҚ мақсаты	Балаларды күшейтілген тіреуішпен жүру кезінде тұрақты теңе-теңдікті сақтауға үйрету; еденнен (жерден) қатты итеріп жаттығу және алға секіру кезінде иілген аяқтарға жұмсақ қону.		
Күтілетін нәтиже:	Педагогтің нұсқауы бойынша бір-бірінің артына және қатарынан тізбекке тізілу, шеңбер құру; заттар арасымен секіру дағдыларын меңгереді		
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:		
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру; Сұрақ-жауап		
ҰОҚ өткізілу барысы			
Жоспарланған уақыт		Жоспарланған іс-әрекет	
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-санқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім.		Ресурстар
Ұйымдастыру: 3-5 минут	Мұғалімнің пармені бойынша бағанда бірінен соң бірі жүру, бауларды басып өтіп жүруге ауысу (баулар арасындағы қашықтық 40 см). Содан кейін адымдау (секіру) жаттығулары жүгіруде орындалады (баулар арасындағы қашықтық 60 см). Заддың бір жағында мұғалім жаяу және жүгірудегі адымның ұзындығына сәйкес адымдау үшін, ал екінші жағынан секіру үшін шұңқарды созады.		
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Өрілген жіппен жасалны дамыту жаттығулары (немесе қысқа сыммен). «Қарағайлы орманда» 1. Б.қ - аяқты бір-бірінен ашақ қою, жіп төмен . Өрілген жіпті алға, жоғары, алға, төмен көтеру, бастапқы күйге оралу 2. Б.қ – аяқ ашақ , жіп төмен. Өрілген жіпті алға қарай көтеру, отыру; қолды түзу ұстау, тұру, бастапқы күйге оралу. 3. Б.қ - тізе бүгіп, жіп төмен. Оңға (солға) бұрылу, жіпті бүйірге, қолды түзу алу; бастапқы қалыпқа оралу. 4. Б.қ - отыру, аяқтар ашақ, тізде . Өрілген жіпті жоғары көтеру, алға еңкею және еденге жіпті тигізу. Жіпті жоғары, бастапқы күйге оралу. 5. Б.қ - аяғы сәл ашақ, қолдар ерікті, еденде жіп.. Екі аяғымен секіру. Тыныс алу жаттығулары:		

1 – 2, 3 - 4 есебінде танудың ар тесіінен кезек - кезек демді ішке тартады;
1 – 10 есебінде дем алуды бөзеп, сыртқа шығарады.

Қозғалыстардың негізгі түрлері...

1. Теге-теңдік - гимнастикалық орындықта жүру. Белдіктегі қолдар, орындықтың ортасында, отырыңыз. Қолдарды екі жаққа қоя, тұру, орындықтың соңына дейін жүру және секірмей тұру.

2. Екі аяқпен секіру, алға қарай затқа қарай (куб, штыр), 3 м қашықтықта (қайталау).

Мұғалім екі гимнастикалық орындықты бір-біріне параллель қояды, орындықтар алдында бағаларды екі қатарға орналастырады және бағаларды (ар қатардан бір баға) жаттығуды көрсетуге шақырады.

Спортзалға арналған орындықтар алынып тасталады. Залдың бір жағында бастапқы сызық шұрмен белгіленіп, одан екі текше 3-4 м қашықтықта орналастырылған. Бағалар екі бағанға тұрып, мұғалімнің бұйрығымен екі аяғымен текшеге секіруді орындайды, содан кейін оны айналып өтіп, өз бағанына қайта оралады. Секіру тапсырмасын қайталамас бұрын, бұл қысқа демалыс.

3 бөлім.

Ашық аспан астындағы «Мысық пен тышқан» ойыны. Залдың бір жағында тақтаишалар еденнен 50 см биіктікте созылған шұрмен орындықтарға немесе стөндтерге орналастырылған - бұл тышқандар үйі. Тышқандар үйінен біраз қашықтықта мысықты орындыққа жатқызады (мысық шұртасындағы баға).
Мұғалім:

Мысық тышқандарды күзетеді

Ұйықтап жатқандай кейін танытты

Бағалар итарқа (немесе шұрлар) астына кіріп, орындарынан тұрып жүгіреді.
Мұғалім:

Тыныштықтар, шу шығармандар

Мысықты оятуға болмайды.

Бағалар - «тышқандар» оңай, шу шығармауға тырысып, залды айнала жүгіреді. 20-25 секундтан кейін мұғалім: «Мысық ояу!» Жүргізуші - «мысық», айқайлайды: «Мәу!» Бағандарда бір-бірден сауақтардың үстімен жүріп, тышқандар сияқты «мысықтың» артынан жүру.

-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:

-Қандай жаттығулар жасадық?

-Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.

IV. ҰОҚ-нің қорытындысы.
Рефлексия
..... минут

Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Мас сұрылу! Ақыл

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру

Қазан айы. Өтпелі тақырып: «Менің отбасым»

ҰОҚ тақырыбы:»		Өткізіліп тақырып: «Менің отбасым»	
Күні:			
ТОП:	Ересек топ	І сағат	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды күшейтілген тірелуінен жүру кезінде тұрақты дене-теңдікті сақтауға үйрету; еденнен (жерден) қатты итеріп жаттығу және алға секіру кезінде иілген аяқтарға жұмсақ қону.		
Күтілетін нәтиже:	Тансырма мазмұнын толық есте сақтады. Жаңа білімді түсінеді		
Тілдік мақсат:	Дене жаттықтыруға арналған тансырмаларды орындай алады		
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді: -Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап		
ҰОҚ өткізілу барысы			
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет		Ресурстар
І. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру: 3-5 минут	-саңқа тұрғызу -сәлемдесу І бөлім. Колоннада бір-бірінен жүру, тәрбиешінің бұйрығымен шнурлардан өтіп, жүруге көшу (шнурлар арасындағы қашықтық - 40 см). Содан кейін секіру (секіру) жаттығулары жүргіруде өткізіледі (шнурлар арасындағы қашықтық 60 см). Залдың бір жағында мұзғалым секіру үшін сымдарды, ал екінші жағында жүру және жүгіру қадамының ұзындығына сәйкес секіруге арналған сымдарды қояды. 2 бөлім. Өрілген жіпнен жалпы дамыту жаттығулары (немесе қысқа сыммен). «Қарағайлы орманда» 1. Б.қ - аяқты бір-бірінен ашақ қоя, жіп төмен . Өрілген жіпті алға, жоғары, алға, төмен көтеру, бастапқы күйге оралу 2. Б.қ – аяқ ашақ , жіп төмен. Өрілген жіпті алға қарай көтеру, отыру, қолды түзу ұстау, тұру, бастапқы күйге оралу. 3. Б.қ - тізе бүгіп, жіп төмен. Оңға (солға) бұрылу, жіпті бүйірге, қолды түзу алу; бастапқы қалыпқа оралу. 4. Б.қ - отыру, аяқтар ашақ, тізде . Өрілген жіпті жоғары көтеру, алға еңкею және еденге жіпті тигізу. Жіпті жоғары, бастапқы күйге оралу. 5. Б.қ - аяғы сәл ашақ, қолдар ерікті, еденде жіп.. Екі аяғымен секіру.		
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут			

	Қозғалыстың негізгі түрлері. 1. Тене-теңдік-гимнастикалық орындыққа басына, қолына белбеуіне (3-4 рет) сәмкемен жүру. 2. Пізтейізге екі аяқпен секіру, одан секіру, содан кейін бағананың соңына өту. 4 м қашықтық 2 рет қайталау. Таыныс алу жаттығулары: «Ботқа пісімі» мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қатыпқа келу: 3 бөлім. "Мысық пен тышқан" мобилді ойыны. Зағдың бір жазғында орындықтарға рельстер қойылады немесе еден деңгейінен 50 см биіктікте созылған сыммен тіректер қойылады - бұл тышқандардың үйі. Орындықтағы тышқандар үйінен біршама қашықтықта мысық (мысықтың қақпағындағы бала) орналастық. Тәрбиеші айтады: Мысық тышқандарды күзетеді, Притворилс, меніңше, ұйықтайды Балалар рельстердің (немесе сымдардың) астына түсіп, тұрып, шашырап жүзгіреді. Тәрбиеші үкім шығарады: Тыныш, тышқандар, шу шығармау Және мысықты оятпандар. Балалар - "тышқандар" оңай, шу шығармауға тырысады, бүкіл зағда жүзгіреді. 20-25 секундтан кейін мұғалім: "Мысық оялды!" Ояңған-"мысық", бақырады: "Мәу!" және ол "тышқандардың" артынан жүзгіреді, ал олар "құмыраларға" тығылады (олар рельстердің астына көтеріліп, мұздатылмаған бөлік арқылы құмыраларға түседі).. "Мысықтың" артында тышқан сияқты шулықта бір-бірінен жүру. -Ұйымдастырылған оқу іс-арекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут		

Шисербергелі: Алау

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Қазан айы. Өтпелі тақырып: «Балабақша»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	2 апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды күшейтілген тіреуішпен жүру кезінде тұрақты тепе-теңдікті сақтауға үйрену; еденнен (жерден) қатты итеріп жаттығу және алға секіру кезінде шілген аяқтарға жұмсақ қону.	
Күтілетін нәтиже:	Бүгінгі жаттығу түрлерін біледі. - Балалар нұсқаушының түсіндіруі бойынша негізгі жаттығу түрлерін жасайды.	
Тілілік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді.	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
І. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-санқа тұрғызу -сәлемдесу	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	І бөлім. Колоннада бір-бірден жүру, тарбөңішінің бұйрығымен шнурлардан өтіп, жүруге көшу (шнурлар арасындағы қашықтық - 40 см). Содан кейін секіру (секіру) жаттығулары жүгіруде өткізіледі (шнурлар арасындағы қашықтық 60 см). Залдың бір жағында мұзалим секіру үшін сымдарды, ал екінші жағында жүру және жүгіру қадамның ұзындығына сәйкес секіруге арналған сымдарды қояды.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Өрілген жіпнен жалпы дамыту жаттығулары(немесе қысқа сыммен). «Қарағайлы орманда» 1. Б.қ - аяқты бір-бірінен ашақ қоя, жіп төмен . Өрілген жіпті алға, жоғары, алға, төмен көтеру, бастапқы күйге оралу 2. Б.қ – аяқ ашақ , жіп төмен. Өрілген жіпті алға қарай көтеру, отыру, қолды түзу ұстау, тұру, бастапқы күйге оралу. 3. Б.қ - тізе бүгін, жіп төмен. Оңға (солға) бұрылу, жіпті бүйірге, қолды түзу алу; бастапқы қалыпқа оралу. 4. Б.қ - отыру, аяқтар ашақ, тізде . Өрілген жіпті жоғары көтеру, алға еңкею	

	және еденге жіпті тигізу. Жіпті жоғары, бастапқы күйге орау. 5. Б.Қ - аяғы сәл ашық, қолдар еркін, еденде жіп. Екі аяғымен секіру. Қозғалыстың негізгі түрлері. 1. Төпе-теңдік-гимнастикалық орындыққа басына, қолына белбеуіне (3-4 рет) сәлеммен жүру. 2. Пізгелікке екі аяқпен секіру, одан секіру, содан кейін бағананың соңына өту. 4 м қашықтық 2 рет қайталау. Тыныс алу жаттығулары: «Әнеші» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. 3 бөлім. "Мысық пен тышқан" мобилді ойыны. Заңды бір жазында орындықтарға рельстер қойылды немесе еден деңгейінен 50 см биіктікте созылған сыммен тіректер қойылды - бұл тышқандардың үйі. Орындықтағы тышқандар үйінен біршама қашықтықта мысық (мысықтың қақпағындағы баға) орнатасқан. Тәрбиеші айтады: Мысық тышқандарды күзетеді. Притворился, меніңше, ұйықтайды Бағалар рельстердің (немесе сымдардың) астына түсіп, тұрып, шашырап жүзгіреді. Тәрбиеші үкім шығарады: Тыныш, тышқандар, шу шығармау Және мысықты оятпандар. Бағалар - "тышқандар" оңай, шу шығармауға тырысады, бүкіл заңда жүзгіреді. 20-25 секундтан кейін мұғалім: "Мысық оялды!" "Ояңған- "мысық", бақырады: "Мху!" және ол "тышқандардың" артынан жүзгіреді, ал олар "құмыраларға" тығылады (олар рельстердің астына көтеріліп, мұздатылмаған бөлік арқылы құмыраларға түседі).. "Мысықтың" артында тышқан сияқты шұңықта бір-бірден жүру. -Ұйымдастырылған оқу іс-арекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету нәтижесін таныту
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут		

Директор: Аманжол

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Қазан айы. Өтпелі тақырып: «Менің отбасым»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:		
ТОП:	I сағат	
ҰОҚ мақсаты	Ересек топҚатысқан балалар саны:	
Күтілетін нәтиже:	Допты торға лақтыра отырып, елтілік пен көзді дамытатын жаттығу; төмендеміген тіреу аймағында жүру және жүгіру кезінде тұрақты теңе-теңдікті сақтау.	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді.	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-саяқа тұрғызу -сәлемдесу I бөлім. Колоннада бір-бірінен жүру; жол бойымен жүру және жүгіру (ені 15-20 см): ең бастысы - сызыққа баспау; тәрбиешінің сигналы бойынша тоқтай отырып, шепте жүру және жүгіру. Жауу жүру және жүгіру кезектесіп жүргізіледі.	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	2 бөлім. Ойын жаттығулары. "Доп сым арқылы (тор)". Алдыңғы ортасында екі тіреудің немесе ағаштардың арасына баланың қолы жоғары көтерілген (топтағы бойынның орташа) бүйіктікте бау тартылды. Балалар қатарлармен баудың екі жағында орналасады. Бір қатардағы балалардың қолында үлкен диаметрлі доптар бар. Мұғалім бірінші қатардағы балаларға белгіленген сызықта тұруды ұсынады (сымнан 2 м қашықтықта). Педагогтың сигналы бойынша: "таспадай!", балалар допты сымнан лақтырады, ал екінші қатардағы балалар допты жерден секіргеннен кейін ұстап алады. Мұғалім екінші қатардағы балалар үшін бірдей команда береді және олар бірнеше рет қатарынан доп лақтырады.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	"Кешіге кім тез жетеді". Сайттың бір жағында мұғалім бастау сызығын белгілейді-ол сым салады. Сөре сызығынан 3 м қашықтықта екі затты қояды (бір-бірінен жарты метр, бір сызықта). Балалар екі бағанмен, жұпта екі аяғымен секіреді - "кім текшеге тез жетеді!". Мұғалім әр жұпта жеңімпазды атап өтеді. 3 бөлім.	

IV. УОК-нің қорытындысы. Рефлексия минут	Ашық ойын " өз түсін тап! » (п. и. Э. я. Степаненковтың жинағын қараңыз, 50 бет) -Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттығуған құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту
---	--	---

Мисердінов
Азамат

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денешынықтыру

Қазан айы. Өтпелі тақырып: «Менің отбасым»

ҰОҚ тақырыбы:»			
Күні:			
ТОП:	2 сағат	3 апта	
ҰОҚ мақсаты	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:	
	Балаларды серуендеп, жүргізілгеннен кейін сәтте өз орындарын табуға үйрену; обрұчтан обрұчқа секіру кезінде иілген аяқтарға қону жаттығулар; қымыл бағытының дәлдігін дамыта отырып, допты бір-біріне домалату қабілетін бекіту		
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесі бойынша сұрақтарға жауап береді: -Өздеріне ұнаған жаттығуларын айтады		
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:		
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан қымыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап		
ҰОҚ өткізілу барысы			
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет		Ресурстар
І. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-сәтқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Турадау. Педагог балаларды кім кімнің жапында екенін мұқият қарауға, кез-келген бағдарларды есте сақтауға шақырады. Бағанда бір-бірілеп жүру парменін береді. Келесі парменге: «Орындарға!» - балалар сәтте өз орындарын алуға тырысады. Жауу жүру және шапырау жүгіру. Үй бағанда қалыптастыру. 2 бөлім. Жалпы дамыту жаттығулары... «Серуендеуге кйіну» 1. Б.қ - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, қол төмен. Қолды екі жаққа, жоғары көтеру, қолдың үстінен шапалақтау; қолды екі жағынан төмен түсіру, бастапқы күйіне оралу (5-6 рет). 2. Б.қ - аяқтарын алшақ ұстау, қолдар белде. Алға еңкею, алдыда қолды шапалақтау, түзу, бастапқы күйге оралу (5-6 рет). 3. Б.қ-тізедө тұру, қол белде. Оңға (солға) бұрылып, сауақтармен еденге тигізу, бастапқы күйге оралу (5-6 рет). 4. Б.қ - шапқасынан жатып, қол дене бойымен. Оң (сол) аяқты жоғары көтеру, аяқты түсіру, бастапқы күйге оралу (5-6 рет). 5. Б.қ - аяқ сәл алшақ, қол дене бойымен. Мұзгелімінің есебінен орнында екі аяқпен секіру немесе дабыл қағу. Бірнеше секіруден кейін орнында жүру (3-4 рет).		
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут			

	Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Секіру-салғыштан шеңберге екі аяқпен секіру (2-3 рет). 2. Домалау домтар бір-біріне (10-12 рет). Тыныс алу жаттығулары: «Отын» - бағалар ағаш шауып жатқан тәрізді болады. мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыңқа кету. 3 бөлім. Ашық ойын «Түрлі-түсті машиналар». «Машиналар гаражға қарай жүрді» (бағанға бірінен соң бірі).	
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды. -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттығққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Директор
А.А.А.А.

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денешынықтыру
Қазан айы. Өтпелі тақырып: «Менің отбасым»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	I сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды серуендеп, жүзгіргеннен кейін салта өз орындарын табуға үйрету; обрұчтан обрұчка секіру кезінде иілген аяқтарға қону жаттығулары; құмыл бағытының дәлізін дамыта отырып, домты бір-біріне домалату қабілетін бекіту.	
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесі бойынша сұрақтарға жауап береді: -Өздеріне ұнаған жаттығуларын айтады	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан құмыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-салқа тұрғызу -сәлемдесу I бөлім.	
Ұйымдастыру: 3-5 минут	Турайтұ. Педагог балаларды кім кімнің жанында екенін мұқият қарауға, кез-келген балаларды есте сақтауға шақырады. Бағанда бір-бірімен жүру парменін береді. Келесі парменге: «Орындарға!» - балалар салта өз орындарын алуға тырысады. Жауу жүру және шащырау жүгіру. Үш бағанда қалыптастыру.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Жалпы дамыту жаттығулары... «Күзгі орманда» 1. Б.қ - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, қол төмен. Қолды екі жасаққа, жоғары көтеру, қолдың үстінен шалпақтау; қолды екі жазынан төмен түсіру, бастапқы күйіне оралу (5-6 рет). 2. Б.қ - аяқтарын алшақ ұстау, қолдар белде. Алға еңкею, алдыда қолды шалпақтау, түзу, бастапқы күйге оралу (5-6 рет). 3. Б.қ-тіздеде тұру, қол белде. Оңға (солға) бұрылып, сауақтармен еденге тиісізу, бастапқы күйге оралу (5-6 рет). 4. Б.қ - шалқасынан жатып, қол дене бойымен. Оң (сол) аяқты жоғары көтеру, аяқты түсіру, бастапқы күйге оралу (5-6 рет). 5. Б.қ - аяқ сал алшақ, қол дене бойымен. Мұғалімнің есебінен орнында екі аяқпен секіру немесе дабыл қағу. Бірнеше секіруден кейін орнында жүру (3-4 рет).	

	Тыныс алу жаттықтырулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен ашақ ұстайды, қолды бастан асыра көтерін, «Үйшік» сыяқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады. Бастапқы қалыпқа келу. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Екі аяқпен құрсаудан шеңберге секіру (құрсау бір-бірінен 0,25 м қашықтықта) сатта орындалады (3-4 рет). 2. Допты бір қатарға бір-бірінен 1 м қашықтықта орналастырылған 4-5 заттың (текшелер немесе дәрілік шартар) арасында домалату. Допты домалату, оны екі қолмен бүктеп-дөңсестіріп «совок». 3 бөлім. Ашық ойын «Түрлі-түсті машиналар». (мақалалар жинағы мен № 50 бетті қараңыз және Е.Я. Степаненков) «Машиналар гаражға қарай жүрді» (бағанға бірінен соң бірі).	
IV. ҰОК-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттығуға қатысқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Ахметов
Ахметов

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Қазан айы. Өтпелі тақырып: «Менің отбасым»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	I сағат	4 апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды серіліуге арналған арту рлі тапсырмалармен жаттығу жасау, сигнал бойынша әрекет ету қабілетін бекіту	
Күтілетін нәтиже:	Сапта жүрпн келе жатып екі қатарға бөлініп тұрады. Теңеседі нұсқаушынның түсіндірпн көрсетуі бойынша негізгі жаттығу түрлерін жасайды.	
Тілідік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сапқа тұрғызу -сәлемдесу I бөлім.	
Ұйымдастыру: 3-5 минут	Бағандарды бір-бірден қалыптастыру, бір-бірден бағанмен жүру және жүргізу. Тәрбиешінің белгісі бойынша балалар жүру кезінде келесі тапсырмаларды орындайды: қолдар бүйірлеріне, белдеуде; қол шапалақтау Кәдімгі жүгірумен ауысып саусақтармен жүгіру.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Ойын жаттығулары. 1. «Лақтыру - Ұстау».. 2. «Кім жылдам» (эстафета). 2-3 рет қайталаңыз. 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Ұстау» ойыны... Балалар залдың бір жазғында шартты сызықтан тыс орналастықан. Оларға тапсырма беріледі: залдың дәл ортасында орналастықан жүргізуші ешкімді ренжітуге уақыты болмауы үшін келесі шартты сызыққа (залдың екінші жазғына) жүгіру. Мұғалімнің сөзінен кейін: «Бір, екі, үш - жүгірі!». - балалар қарсы бетке өтіп кетеді. Кімде-кім қақпанға тиген болса, ол ұстады деп саналады және алыстайды. Екі жүгіруден кейін ұсталғандар саналады және басқа жүргізуші таңдалады. Бір-бірден бағанда жүру. Алда ең елті тұзақ бар.	

IV. ҰОК-нің қорытындысы. Рефлексия Міндет	-Ұйымдастырылған оқу іс-арекетінің нәтижесін талдайды; -Қандай жетістіктер жасады? -Бағалармен бірге ойнаған және жетістікқан құнды қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету нәтижесін таныту
--	---	--

Телесбергін
Аманжол

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызметі циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызметі түрі: Дене шынықтыру
Қазан айы. Өтпелі тақырып: «Менің отбасым»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сәуат	4 апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Бағанмен жүруді бір-бірден қайталаңыз, шпингалардан өткенде көз бен ырғақты дамыту; допты алға қарай домалату, доға астына көтерілу жаттығулары.	
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқыларға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқыларға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-саяхат тұрғызу -сәлемдесу I бөлім.	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	Бағаның екі адымына қойылған бағаналармен бір-бірден жүру, шпингаларды айтпа өту. Педагог балаларға оң және сол аяғымен кезек-кезек шпингаларды айтпа өту керектігін ескертеді. Бағандағы соңғы бала жаттығуды аяқтағаннан кейін зал бойынша шақырып жүгіру бұйрығы беріледі. Жүру және жүгіру жаттығулары кезектесіп өтеді. Шеңберде қалыптастыру.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Доппен жағғы дамыту жаттығулары... «Бағатырлар» 1. Б. қ – аяқ алшақ, доп екі қолда төмен. Допты алға, жоғары көтеру; допты төмендету, бастапқы орнына оралу. 2. Б. қ. - аяқ ық деңгейінде, доп екі қолда кеудеде. Иігу, допты оңнан солға қарай айналдыру, жоғары көтеру; бастапқы орнына оралу. 3. Б. қ - отыру, аяқтары бөлек, доп екі қолында алдында. Иігу, еденге допты мүмкіндігінше әрі қарай тисізу, түзелу, бастапқы орнына оралу. 4. Б. қ - тізерлеп отырып, өкшеге отырып, доп екі қолында алдында. Допты қолмен айналдыра отырып, оңға және солға айналдыру.	

	Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу(и-и-и). Терең тыныс алып, демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Қозғалыстардың негізгі түрлері... 1. Дөпті ала айналындыру 2. Еденге қолмен тигізбей, шнурдың астына көтерілу (3-4 рет). 3 бөлім. «Аю орманда» ашық ойын. Төмен қозғалысшылық ойыны «Ол қайда жасырылғанын тап.» -Ұйымдастырылған оқу іс-арекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия Минут		Нұсқаушыға көмек көрсету иемін таныту

*Тексерілді:
Ахмет*

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Қараша айы. Өтпелі тақырып: «Дені саудың жаны сау»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	
ТОП:	Ересек топ	1 апта
ҰОҚ мақсаты	Бағанмен жүруді бір-бірінен қайталау, штангалардан өткенде көз бен ырғақты дамыту; допты алға қарай домалату, доға астына көтерілу жаттығулары.	
Күтілетін нәтиже:	Тансырма мазмұнын толық есте сақтады. Жаңа білімді түсінеді Дене жаттықтыруға арналған тансырмаларды орындай алады	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
І. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-санға тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім.	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	Бағаның екі адымына қойылған бағаналармен бір-бірінен жүру, штангаларды басып өту. Педагог бағаларға оң және сол аяғымен кезек-кезек штанганы басып өту керектігін ескертеді. Бағандағы соңғы баға жаттығуды аяқтағаннан кейін зал бойынша ташырап жүгіру бұйрығы беріледі. Жүру және жүгіру жаттығулары кезектесіп өтеді. Шеңберде қалыптастыру.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Доппен жалпы дамыту жаттығулары... «Батырлар» 1. Б.қ – аяқ алшақ, доп екі қолда төмен. Допты алға, жоғары көтеру; допты төмендету, бастапқы орнына оралу. 2. Б.қ - аяқ иық деңгейінде, доп екі қолда кеудеде. Илу, допты оңнан солға қарай айналдыру; жоғары көтеру, бастапқы орнына оралу. 3. Б.қ - отыру, аяқтары бөлек, доп екі қолында алдында. Илу, еденге доппен	

	мүмкіндігінше әрі қарай тигізу, түзеу, бастапқы орнына орату. 4. Б.Қ - тізеріен отырып, өкісеге отырып, доп екі қолында алдында. Допты қолмен айналадыра отырып, оңға және солға айналадыру. Тыныс алу жаситтығулары: Шеңбер бойымен тұрып араның дыбысын салу (3-3-3), мұрымен дем атып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Қозғалыстардың негізгі түрлері... 1. Екі бағанмен сатта (3-4 рет) доғаның астына көтерілу (4-5 доға). 2. 4-5 сызық арқылы екі аяқпен секіру (3-4 рет). 3. Допты екі қолмен лақтыру (шарлар 2-3 үлкен диаметрлі құрсауда). 3 бөлім. «Аю орманда» ашық ойын. Төмен қозғалыттық ойынны «Ол қайда жасырылғанын тап.» -Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаситтығулар жасады? -Бағалармен бірге ойнаған және жаситтыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут		

Тексерілді,
А.Жанды

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денешынықтыру

Қараша айы Өтпелі тақырып: «Дені саудың жаны сау»

ҰОҚ тақырыбы:»		Отпелі тақырып: «Делі сәудің жалпы сәу»	
Күн:			
ТОП:	Ересек топ	1 сағат	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Бағанмен жүруді бір-бірден қайталау, итангалардан өткенде көз бен ырғақты дамыту; допты алға қарай домалату, доға астына көтерілу жаттығулары.		
Күтілетін нәтиже:	-Жалпы дамытушы жаттығуларды орындау(қажетті бастапқы қалыпты қабылдайды, нұсқаушының көрсетуімен жаттығуларды жасайды -Бүгінгі жаттығу тұлғерін біледі. - Балалар нұсқаушының түсіндіруі бойынша негізгі жаттығу тұлғерін жасайды.		
Тілідік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:		
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап		
ҰОҚ өткізілу барысы			
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет		Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-сатқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Баланың екі адымына қойылған бағаналармен бір-бірден жүру, итангаларды басып өту. Педагог балаларға оң және сол аяғымен кезек-кезек итанганы басып өту керектігін ескертеді. Бағандағы соңғы бала жаттығуды аяқтағаннан кейін зал бойынша шашырап жүгіру бұйрығы беріледі. Жүру және жүгіру жаттығулары кезектесіп өтеді. Шеңберде қалыптастыру.		
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Доппен жалпы дамыту жаттығулары... «Батырлар» 1. Б.қ – аяқ алашақ, доп екі қолда төмен. Допты алға, жоғары көтеру; допты төмендету, бастапқы орнына оралу. 2. Б.қ - аяқ ыық деңгейінде, доп екі қолда кеудеде. Илу, допты оңнан солға қарай айналдыру, жоғары көтеру, бастапқы орнына оралу. 3. Б.қ - отыру, аяқтары бөлек, доп екі қолында алдында. Илу, еденге доппен мүмкіндігінше әрі қарай тигізу, түзету, бастапқы орнына оралу.		

4. Б. қ - тізерлеп отырып, өкшеге отырып, дөп екі қолында алдында. Дөпті қолмен айналдыра отырып, оңға және солға айналдыру.

Тыныс алу жаттығулары:

шәйнектік дыбысын салу(и-и-и). Терең тыныс алып, демді шығару.

Қозғалыстардың негізгі түрлері...

1. Екі бағанмен сатпа (3-4 рет) доғаның астына көтерілу (4-5 доға).
2. 4-5 сызық арқылы екі аяқпен секіру (3-4 рет).
3. Дөпті екі қолмен лақтыру (шарлар 2-3 үлкен диаметрлі құрсауда).

3 бөлім.

«Ұстап алушылар» ойыны (ленталармен). балалар шеңбер бойымен құрастырылған; арқайысында белдің артқы жағына бекітілген түрлі-түсті лента бар. Шеңбердің ортасында қақпан бар. Педагогтың белгісі бойынша: «Бір, екі, үш - ұста!» - балалар ойын алаңының айналасына шашырайды. Ұстаушы лентаны біреудің қолынан тартып алуға тырысып, ойыншылардың соңынан жүзгіреді. Педагогтың белгісі бойынша: «Бір, екі, үш - шеңберге тез жүгірі!» - барлығы шеңбер бойымен тұрады. Педагог лентаны жоғалтқандарға, қолдарын көтеруді ұсынады және оларды санайды. Ұстаушы ленталарды балаларға қайтарды, ал ойын жаңа жүргізушімен қайталанады.

Қимылды ойын

«Кетті, кетті орамал». Ұстап алушының рөлін ойнайды.

IV. ХОҚ-нің қорытындысы.

Рефлексия

..... минут

-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:

-Қандай жаттығулар жасадық?

-Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.

Нұсқаушыға көмек

көрсету ниетін

таңыту

Әлкен ерлігі!
Jadmed

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Өтпелі тақырып: «Дені саудың жаны сау»

ҰОҚ тақырыбы:			
Күні:	2 сәзгіт	2 апта	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:	
ҰОҚ мақсаты	Балаларды заттар арасында жүру және жүгіру жаттығуларын жасау; екі аяқпен секіру кезінде, жоғарылатылған тірекпен жүру кезінде тұрақты теңе-теңдікті сақтау қабілетін бекіту.		
Күтілетін нәтиже:	Жүрудің артурлі қимылдарын жасап, маршрутпен, аяқ ұшымен, өкшемен, секіріп жүреді. Сапта жүріп келе жатып үш қатарға бөлініп тұрады. Тенеседі		
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:		
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттығққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап		

ҰОҚ өткізілу барысы

Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сапа түрғызу -сәлемдесу	
Ұйымдастыру: 3-5 минут	I бөлім. Бір-біріне және мекешелерге қол тигізбеуге тырысып, залда кездейсоқ орналастырылған мекешелер арасында жүру және жүгіру. 2-3 рет қайталаңыз. Мекешелер айналасында құрылыс.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Кубпен жалпы дамыту жаттығулары. 1. Б.қ. – аяқ ашақ, оң қолында мекше. Қолды жоғары қарай көтеру, мекшені сол қолға беру, қолды төмен түсіру. Қолдың бүйірлерінен жоғары көтеріп, мекшені солдан оң қолға (4-5 рет) жіберу. 2. Б.қ. – аяқты ашақ, ұстау, оң қолында мекше. Отыру, мекшені еденге қою, орнынан тұру, қолды белдікке қою. Отыру, мекшені алу, түзу, бастапқы күйге оралу (5-6 рет). 3. Б.қ. - тізерлеп отыру, оң қолына куб. Оңға (солға) бұрылып, мекшені сауақтардың аяғына қою, түзу, бастапқы күйге оралу (әр бағытта 3 рет). 4. Б.қ. - отыру, аяқтар ашақ, оң қолда куб. Алға еңкею, оң (сол) аяғыңыздың сауағына мекшені қойыңыз, түзіңіз, қолыңызды белгіізге қойыңыз. Алға еңкейіп,	

	текшені алу, бастапқы күйіне оралу (5-8 рет). 5. Б.Қ. - аяқтар сәл ашаң, қолдар кездейсоқ, текше еденде. Қысқа үзіліспен кезектесіп екі бағытта клубты екі бағытта айнала секіру. Тыныс алу жаттығулары: «Әмеш» дыбысын салу, «қу-қа-ре-қу» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Тене-теңдік - гимнастикалық орындықта жүру, баланың екі адымында орнатылған текшелерден өту (2-3 рет). 2. Екі аяқпен секіру, қатарға орналастырылған текшелер арасында 0,5 м қашықтықта алға жылжу (2-3 рет). 3 бөлім. «Құрсуды ұста», балалар бастапқы сызықта екі жолаға тұрады, арқайсысы бір шеңберден тұрады. Педагогтің белгісі бойынша бірінші деңгейдегі балалар құрсуды бір қолмен итеріп, сайттың екінші жағына өтіп, құрсуды қолдарына алып, екінші қатарға шығады. Тассырманы келесі топша орындайды. Педагог құрсудан түспеген және мараға тез жеткен балаларды белгілейді.	
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды. -Қандай жаттығулар жасадық? -Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан құнды қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Дексертілеі: А.Медет

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Қараша айы. Өтпегі тақырып: «Дені саудың жаны сау»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:		
ТОП:	1 сәуат	
ҰОҚ мақсаты	Қатысқан балалар саны:	
Күтілетін нәтиже:	Балаларды заттар арасында жүру және жүгіру жаттығуларын жасау; екі аяқпен секіру кезінде, жоғарылатылған тірекпен жүру кезінде тұрақты теңе-теңдікті сақтау қабілетін бекіту.	
Тілідік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-сатқа тұрғызу -сәлемдесу I бөлім. Бір-біріне және текшелерге қол тигізбеге тырысын, залда кездейсоқ орналастырылған текшелер арасында жүру және жүгіру. 2-3 рет қайталаңыз. Текшелер айналасында құрылыс.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Күбіен жалпы дамыту жаттығулары. 1. Б.қ. – аяқ ашақ, оң қолында текше. Қолды жоғары қарай көтеру, текшені сол қолға беру, қолды төмен түсіру. Қолдың бүйірлерінен жоғары көтеріп, текшені солдан оң қолға (4-5 рет) жіберу. 2. Б.қ. – аяқты ашақ ұстау, оң қолында текше. Отыру, текшені еденге қою, орнынан тұру, қолды белдікке қою. Отыру, текшені алу, түзу, бастапқы күйге оралу (5-6 рет). 3. Б.қ. - тізерлеп отыру, оң қолына куб. Оңға (солға) бұрылып, текшені сұрақтардың аяғына қою, түзу, бастапқы күйге оралу (әр бағытта 3 рет).	

	4. Б.Ғ. - отыру, аяқтар ашау, оң қолда құб. Алға еңкею, оң (сол) аяғыңыздың сауағына текшені қойыңыз, түзіңіз, қолыңызды белгіізге қойыңыз. Алға еңкейіп, текшені алу, бастапқы күйіне оралу (5-8 рет). 5. Б.Ғ. - аяқтар сәл ашау, қолдар кездейсоқ, текше еденде. Қысқа үзіліспен кезектесіп екі бағытта құбыты екі бағытта айнала секіру. Тыныс алу жаттығулары: «Ботқа пісіну» мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыңқа келу. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Тене-теңдік - гимнастикалық орындықта жүру. баланың екі адымында орынатылған текшелерден өту (2-3 рет). 2. Екі аяқпен секіру, қатарға орынатылған текшелер арасында 0,5 м қашықтықта алға жылжу (2-3 рет). 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Салки» ойыны. Төмен қозғалыштық ойыны «Тыныш және үнсіз».	
IV. УОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттығуған құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Тексерілді:
А.Ә.Ә.

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Қараша айы. Өтпегі тақырып: «Дені саудың жаны сау»

ҰОҚ тақырыбы:»		Қараша айы. Өтпелі тақырып: «Дені саудың жаны сау»	
Күні:	2 сәуір		
ТОП:	Ересек топ	3 апта	
ҰОҚ мақсаты	Шеңберде жүру және жүгіру, шұлықпен жүру және жүгіру; секірде жергілікті бүгіген аяқтарға қону; Допты домалату.		Қатысқан балалар саны:
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу іс-арекетінің нәтижесі бойынша сұрақтарға жауап береді: -Өздеріне ұнаған жаттығуларын айтады		
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:		
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап		
ҰОҚ өткізілу барысы			
Жоспарланған уақыт		Жоспарланған іс-арекет	
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-саяхат туралы -сәлемдесу I бөлім. Бағанда бірінен соң біріні жүру; мұғалімнің белгісі бойынша қарсы бағытта бұрылыспен шеңбер бойымен жүру және жүгіру. Жүру және жүгіру; сауақтармен жүру, «тышқандар сыяқты», қатылты жүруге көшу.		Ресурстар
Ұйымдастыру: 3-5 минут			
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Жаңы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, қол төмен. Қолдарыңызды жоғары қарай көтеріңіз, қолдарыңыздың үстінен шапалақтаңыз; төменгі қолдар, бастапқы қалыпқа оралу 2. б. қ. - аяқ иық енінде, қол белде. Отырыңыз, қолдарыңыз алға, қолдарыңызды шапалақтаңыз; түзету, бастапқы қалыпқа оралу 3. б. қ. - отыру, аяқтар ашақ, қолдар белде, қолдар бүйірге, алға еңкейіп, сауақтарыңызбен сауақтарыңызбен ұстаңыз. Тікелей, қолды екі жаққа созыңыз, бастапқы күйге оралыңыз 4. б. қ. - арқаңызда жатып, қолдарыңыз түзу бастарыңызда. Тізеңізді бүгіп, қолдарыңызға ораның. Түзу, бастапқы күйіне оралу 5. б. қ. - аяқтар сал ашақ, дене бойымен кездейсоқ қолдар. Екі аяқпен секіру - аяқты		

	алшақ, қолды бүйірге, бастапқы қатыпқа оралу - 1-8 есебінен. Секіру сериалары арасындағы қысқа үзіліспен 2-3 рет қайталаңыз. Козгалыстардың негізгі түрлері. 1. 5-6 сызық арқылы екі аяқпен секіру (баулар), 2-3 рет қайталаңыз. 2. Дөңгілдерді бір-біріне домалату (бастапқы қатып - тізерлеу), 10-12 рет. Тыныс алу жаттығуы . Ыстық сүт (шай) ішейік. Біз сүтті өте ыстық болғандықтан бірден іше алмаймыз. Сондықтан оны тез суыту үшін көпіршіктерін (бетіндегі қаймағын) итере үрген ішеміз. Кәне, ыстық сүтті үрлейік. Жаттығу 2-3 рет қайталаңдар. 3 бөлім. «Ұшақтар» ойыны. Балалар үш бөлімге бөлініп, заңдың ар түрлі бұрыштарына орналастырылады. Әр сілтеме алдында - белгілі бір түстің құбы (нүктесі). Нұсқаушының бұйрығымен: «Ұшуға дайындалыңыз!» - балалар - «Ұшқыштар» қолдарымен айналады қозғалыстар жасайды - қозғалтқыштарды іске қосады. «Ұш!» - дейді мұғалім. «Ұшқыштар» қолдарын екі жаққа көтеріп, заңда ар түрлі бағытта жүгіреді. Пармен бойынша: «Қону!» - балалар қайтып келеді, және әр сілтеме текшенің жанында орын алады. Мұғалім қай сілтеме тезірек салынғанын атап өтеді. Ойын қайталанған кезде басқа жігіттер ұшу командирі болып тағайындалады. Бағанда бірінен соң бірі, «Ұшақтар» ойынын жеңген сілтеменің алдында жүру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-арекетінің нәтижесін талдайды; -Қандай жаттығулар жасадық? -Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Тексерілді:
А.А.А.

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Қараша айы. Өтпелі тақырып: «Дені саудың жаңы сау»

ҰОҚ тақырыбы:		
Күні:	I сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Шеңберде жүру және жүгіру, шұлықпен жүру және жүгіру; секіруде жартылай бүгілген аяқтарға қону; Допты домалату.	
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесі бойынша сұрақтарға жауап береді: -Өздеріне ұнаған жаттығуларын айтады	
Тілік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	

ҰОҚ өткізілу барысы

Жоспарланған уақыт		Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-саяқа түрғызу -сәлемдесу		
Ұйымдастыру: 3-5 минут	I бөлім. Бағанда бірінен соң біріні жүру: мұғалімнің белгісі бойынша қарсы бағытта бұрылыспен шеңбер бойымен жүру және жүгіру. Жүру және жүгіру; сауақтармен жүру: «тышқандар сияқты», қалыпты жүруге көшу. 2 бөлім. Жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, қол төмен. Қолдарыңызды жоғары қарай көтеріңіз, қолдарыңыздың үстінен шапалақтаңыз; төменгі қолдар, бастапқы қалыпқа оралу 2. б. қ. - аяқ иық енінде, қол белде. Отырыңыз, қолдарыңыз алға, қолдарыңызды шапалақтаңыз; түзету, бастапқы қалыпқа оралу 3. б. қ. - отыру, аяқтар алшақ, қолдар белде, қолдар бүйірге, алға еңкейіп, сауақтарыңызбен сауақтарыңызбен ұстаңыз. Тікелей, қолды екі жаққа созыңыз, бастапқы күйге оралыңыз 4. б. қ. - арқаңызда жатып, қолдарыңыз түзу бастарыңызда. Тізеңізді бүгіп, қолдарыңызға оралыңыз. Түзу, бастапқы күйіне оралу 5. б. қ. - аяқтар сәл алшақ, дене бойымен кездейсоқ қолдар. Екі аяқпен секіру - аяқты		
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут			

	алшақ, қолды бүйірге, бастапқы қалыпқа оралу - 1-8 есебінен. Секіру сериалары арасындағы қысқа үзілістен 2-3 рет қайталаңыз. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. 5-6 сызық арқылы екі аяқпен секіру (баулар), 2-3 рет қайталаңыз. 2. Дөңгелек бір-біріне домалату (бастапқы қалып - тізгелеу), 10-12 рет. Тыныс алу жаттықтыруы Көбелекті ұшырамыз. қағаздан кішігірім көбелектер үлгісін дайындау, оны жіпке бекітеді. жаттықтырудың қалай орындалатынын түсіндіреді. Бағалар жіп ұстаған қолдарын жоғары көтеріп, көбелекті ерін деңгейінде ұстайды. Сол мезгілде мұрын арқылы ауа жұтып, ауа азымын көбелекке қарай, оны «ұшыру» үшін бағыттайды. Жаттығу 1-2 рет қайталанады 3 бөлім. «Ұшақтар» ойыны.Бағалар үш бөлімге бөлініп, заңдың әр түрлі бұрыштарына орналастырылады. Әр сілтеме алдында - белгілі бір түстің құбы (нүктесі). Нұсқаушының бұйрығымен: «Ұшуға дайындалыңыз!» - бағалар - «Ұшқыштар» қолдарымен айналымы қозғалыстар жасайды - қозғалыстарды іске қосады. «Ұш!» - дейді мұғалім. «Ұшқыштар» қолдарын екі жаққа көтеріп, заңда әр түрлі бағытта жүгіреді. Пармен бойынша: «Қону!» - бағалар қайтып келеді, және әр сілтеме текшенің жанында орын алады. Мұғалім қай сілтеме тезірек салынғанын атап өтеді. Ойын қайталанған кезде басқа жгіттер ұшу командирі болып тағайындалады. Бағанда бірінен соң бірі, «Ұшақтар» ойынын жеңген сілтеменің алдында жүру.	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Тексерілді:
Аманжол

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Қараша айы. Өтпелі тақырып: «Дені саудың жаны сау»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	4 апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Шеңберде жүру және жүгіру, шұлықпен жүру және жүгіру; секіруде жартылай бүгілген аяқтарға қону; Дотты домалату.	
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесі бойынша сұрақтарға жауап береді: -Өздеріне ұнаған жаттығуларын айтады	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-санқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Бағанда бірінен соң бірін жүру; мұзгілімнің белгісі бойынша қарсы бағытта бұрылыспен шеңбер бойымен жүру және жүгіру. Жүру және жүгіру; сәуесқатрмен жүру, «тышқандар сияқты», қалыпты жүруге көшу.	
Ұйымдастыру: 3-5 минут	2 бөлім. Жалпы дамыту жаттығулары. 1. б.қ - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, қол төмен. Қолдарыңызды жоғары қарай көтеріңіз, қолдарыңыздың үстінен шапалақтаңыз; төменгі қолдар, бастапқы қалыпқа оралу 2. б.қ - аяқ шық енінде, қол белде. Отырыңыз, қолдарыңыз алға, қолдарыңызды шапалақтаңыз; түзету, бастапқы қалыпқа оралу 3. б.қ - отыру, аяқтар алшақ, қолдар белде, қолдар бүйірге, алға еңкейіп, сәуесқатрыңызбен сәуесқатрыңызбен ұстаңыз. Тікелей, қолды екі жаққа созыңыз, бастапқы күйге оралыңыз 4. б.қ - арқаңызда жатып, қолдарыңыз түзу бастарыңызда. Тізеңізді бүгіп, қолдарыңызға ораныз. Түзу, бастапқы күйіне оралу 5. б.қ - аяқтар сәл алшақ, дене бойымен кездейсоқ қолдар. Екі аяқпен секіру - аяқты	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут		

	алшақ, қолды бүйірге, бастапқы қатылқа оралу - 1-8 есебінен. Секіру сериялары арасындағы қысқа үзілістен 2-3 рет қайталаңыз. Тыныс алу жаттығулары Сабын көпіршігін ұшырайық. Сабын көпіршігін елестетіп, болмаса, дайын сабын көпіршігін қолдануға болады. Жаттығу 3-4 рет орындалады Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Заттар арасында алға жылжып, екі аяқпен секіру (текшелер, толтырылған ишарлар, кескілтер). Қашықтық 3 м. Ол екі бағанда сәттік тәртіпте 2-3 рет жүзеге асырылады. (Назар аударыңыз - еденнен итеріп, қолды сермеу). 2. Дипти бір-біріне лақтыру (қатарда бір-бірінен 1,5 м қашықтықта тұрып) екі қолмен төменнен. 3-бөлім. Ашық аспан астындағы «Ұшақтар» ойыны. Бағалар үш бөлімге бөлініп, заңдың ар түрлі бұрыштарына орналастырылады. Әр сілтеме алдында - белгілі бір түстің қуы (нүктесі). Нұсқаушының бұйрығымен: «Ұшуға дайындалыңыз!» - бағалар - «ұшқыштар» қолдарымен айналаты қозғалыстар жасайды - қозғалыстарды іске қосады. «Ұш!» - дейді мұғалім. «Ұшқыштар» қолдарын екі жаққа көтеріп, заңда ар түрлі бағытта жүзгереді. Пармен бойынша: «Қону!» - бағалар қайтып келеді, және әр сілтеме текшенің жанында орын алады. Мұғалім қай сілтеме тезірек салынғанын атап өтеді. Ойын қайталанған кезде басқа жігіттер ұшу командирі болып тағайындалады. Бағанда бірінен соң бірі, «Ұшақтар» ойынын жеңген сілтеменің алдында жүру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту
IV. УОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттықтыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушы: Шәуір

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Қараша айы. Өтпелі тақырып: «Дені саудың жаны сау»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	1 сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды қозғалыс бағытын өзгерте отырып, жаяу және жүгіруге жаттығу; допты жерге лақтырып, екі қолмен ұстап алуда; төрт аяғынан қайтадан жорғалаңыз	
Күтілетін нәтиже:	Талпырма мазмұнын толық есте сақтады. Жаңа білімді түсінеді Дене жаттықтыруға арналған талпырмаларды орындай алады	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-саяқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Мұғалімнің бағытын өзгерту туралы (қозғалыста бұрылу) белгісі бойынша бағанда бір-бірімен жүру; колоннада тізгелеріңізді жоғары көтеріп, белдікке бір-бірімен жүру; қалыпты жүруге көшу, шапшаңдық жүгіру.	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	2 бөлім. Доппен жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, доп екі қолда төмен. Допты саусақтарыңызбен жоғары көтеріңіз, созыңыз, допты төмен түсіріңіз, бастапқы орнына оралыңыз (4-5 рет). 2. б. қ. - аяқтың енінде аяқ, тіреуде доп. Отырыңыз, допты алға қарай көтеріңіз, көтеріңіз, бастапқы қалыпқа оралыңыз (5-6 рет). 3. I. б. - отыру, аяғы бөлек, доп оның алдында иілген қолдарда. Бүткеніз, допты бір аяғыңыздан екінші аяғыңызға айналыдырыңыз, түзіңіз, бастапқы қалыпқа оралыңыз (6 рет). 4. б. қ. - шалқасынан жатып, допты түзу қолмен бастың артында. Тізеңізді бүгіп, доппен тигізіңіз, түзіңіз, бастапқы күйге оралыңыз (5-6 рет).	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут		

	5. б. қ. - аяғы сәл ашық, қолдар ерікті, дөп еденде. Екі аяқпен екі бағытта секіреді (3-4 рет), секіру сериалары арасында кішкене кідіріспен. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Допты жерге лақтырып, екі қолмен ұстап алу (10-12 рет). Бағалар бұкіл бөлмеде кездейсоқ орналасады. 2. Гимнастикалық орындықта алақан мен тізеге сүйеніп жүру. 3-бөлім. Ашық аспан астындағы «Түлкі мен тауықтар» ойыны. Заңдың бір жағында «тауық қорасы» орналасқан (гимнастикалық орындықты пайдалануға болады), «Тауық қорасында» «қоразда» «тауықтар» отырады. Заңдың қарсы жағында түлкінің шұңқыры орналасқан. Барлық бос кеңістік - бұл аула. Ойыншылардың біреуі түлкі болып тағайындалады, ал қалған бағаландар, Тарбейшінің белгісі бойынша «бағаландар» қорадан секіріп, аулағы айналып жүгіреді, қанаттарын қағып, дөңді дақылдарды ұрады. Сигнал бойынша: «Түлкі!» - «тауықтар» қашып кетеді. Түлкі тауықтарды аулауға тырысады. Ол шұңқырына қашып үлгермеген «тауықты» аңрады. Ойын қайта жасаласады. «Түлкі» 2-3 «тауықты» аулағанда, тағы бір «түлкі» таңдалады. Бір-бірден бағанда жүру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттығқан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Әкімсеріміз
Аманжол

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Желтоқсан айы. Өтпегі тақырып: «Менің Қазақстаным»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	1 апта
ТОП:	Ересек топҚатысқан балалар саны:	
ҰОҚ мақсаты	Балаларды қозғалтыс бағытын өзгерте отырып, жазу және жүгіруге жаттығу; допты жерге лақтырып, екі қолмен ұстап алуда; төрт аяғынан қайтадан жорғалаңыз	
Күтілетін нәтиже:	Жүрудің артүрлі қимылдарын жасап мартпен,аяқ ұшымен, өкшемен, секіріп жүреді. Сапта жүріп келе жатып үш қатарға бөлініп тұрады. Теңеседі	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сапқа тұрғызу -сәлемдесу	
Ұйымдастыру: 3-5 минут	I бөлім. Мүғалімнің бағытын өзгерту туралы (қозғалыста бұрылу) белгісі бойынша бағанда бір-бірден жүру; қолоннада тізгелеріңізді жозары көтеріп, белдікке бір-бірден жүру; қалыпты жүруге көшу, шаптыраңқы жүгіру.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Доппен жаттығу жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, доп екі қолда төмен. Допты сұрақтарыңызбен жозары көтеріңіз, созыңыз, допты төмен түсіріңіз, бастапқы орнына оралыңыз (4-5 рет). 2. б. қ. - аяқтың енінде аяқ, тіреуде доп. Отырыңыз, допты алға қарай көтеріңіз, көтеріңіз, бастапқы қалыпқа оралыңыз (5-6 рет). 3. I. б. - отыру, аяғы бөлек, доп оның алдында шілген қолдарда. Бүкпеңіз, допты бір аяғыңыздан екінші аяғыңызға айналыдырыңыз, түзіңіз, бастапқы қалыпқа оралыңыз (6 рет). 4. б. қ. - шалқасынан жатып, допты түзу қолмен бастың артында. Тізеңізді бүгіп, допмен тисізіңіз, түзіңіз, бастапқы күйге оралыңыз (5-6 рет). 5. б. қ. - аяғы сал алшақ, қолдар ерікті, доп еденде. Екі аяқпен екі бағытта секіреді	

	(3-4 рет), секіру сериялары арасында кішкене кідіріспен. Тыныс алу жаттығулары Гүлдерді ішкелейміз Коззатыстардың негізгі түрлері. 1. Дөңгелек бір қолмен еденге лақтырып, екі қолмен ұстап алу сериілігімен кейін қолдар (10-12 рет). 2. Алақан мен аяққа сүйеніп, алға қарай бағытта қатармен қозғалу- «күшіктер сияқты». Қашықтық 3 м 3. Заттар арасында екі аяқпен секірубір қатарға орналастырылған.Қашықтық 3м. 3-бөлім. Ашық аспан астындағы «Түлкі мен тауықтар» ойыны.Залдың бір жағында «тауық қорасы» орналасқан (цимнастикалық орындықты пайдалануға болады). «Тауық қорасында» «қоразда» «тауықтар» отырады. Залдың қарсы жағында түлкінің шұңқыры орналасқан. Барлық бос кеңістік - бұл аула. Ойыншылардың біреуі түлкі болып тағайындалады, ал қалған балаландар. Тарбейшінің белгісі бойынша «балаландар» қорадан секіріп, ауланы айналып жүгіреді, қанаттарын қағып, дөңді дақындарды ұрады. Сигнал бойынша: «Түлкі!» - «тауықтар» қашып кетеді. Түлкі тауықтарды аулауға тырысады. Ол шұңқырына қашып үлгермеген «тауықты» аңирады. Ойын қайта жалғасады. «Түлкі» 2-3 «тауықты» аулағанда, тағы бір «түлкі» таңдалады. Бір-бірден бағанда жүру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту
IV. ҰОК-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-арекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қоззатыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Дексертінді: Дәулет

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Желтоқсан айы . Өтпелі тақырып: «Менің Қазақстаным»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күн:	I сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды жүру және жүгіру кезінде мұғалімнің белгісі бойынша тоқтудымен жаттығу; күш пен ептілікті дамыта отырып, гимнастикалық орындыққа асқанмен жоралағанда; тұрақты теңе-теңдікті сақтау үшін тапсырманы қайталаңыз.	
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауда қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Тілдік мақсат:	Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	ҰОҚ өткізілу барысы	
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сәтқа тұрғызу -сәлемдесу I бөлім.	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	Бағанда кезек-кезек жүру және жүгіру; жүгіру және шапырау - мұғалімнің белгісі бойынша тоқтап, кез-келген позаны алыңыз (2-3 рет қайталау).	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Жағдайлармен жалпы дамыту жаттығулары. 1. б.қ. - аяқтың енінде, тіреулер төменде. Жағдайлар жазары, айқасу, түсіру, бастапқы күйіне оралу (5-6 рет). 2. б.қ. - аяқ иық енінде, тіреулер ықпал. Оңға (солға) бұрылыңыз, оң қолды жағдайшаны бүйірге қойыңыз, жағдайыға алыңыз, бастапқы күйге оралыңыз (әр бағытта 3 рет). 3. б.қ. - аяқ иық енінде, тіреулер артта. Жағдайларды екі жаққа көтеріңіз; алға еңкейіп, жағдайларды оңға және солға сермеңіз. Тұзу, бастапқы күйіне оралу (4-5 рет). 4. б.қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, жағдайлар төмен. Отырыңыз, жағдайларды алға қарай көтеріңіз; көтерілу. Бастапқы қалыпқа оралу (4-5 рет).	

	5. б.к. - аяқтар сәл алыс, жағалулар төмен. Орында жүрумен кезектесіп екі аяқпен секіру (3 рет). Тыныс алу жаттығуы «Аралар дыбысы» Козгалыстардың негізгі түрлері... 1. Асқазандағы гимнастикалық орындықта жүру, екі қолмен жоғары көтеру, орындықтың бүйірінен қолды ұстау (2-3 рет). 2. Тене-теңдік - гимнастикалық орындықта бүйірлік адыммен жүру, қолды белбеумен ұстау (басыңызды және арқаңызды тік ұстаңыз). «Түрі-түсті машиналар» мобильді ойыны. 3-бөлім. «Түрі-түсті машиналар» мобильді ойыны. Бір-бірден бағанда жүру.	
IV. УОК-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру:	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Мексфинов
Мейіс

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Өтпейі тақырып: «Менің Қазақстаным»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	2 апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды жүру және жүгіру кезінде мұғалімнің белгісі бойынша тоқтаммен жаттығу; күш пен емптілікті дамыта отырып, гимнастикалық орындықта асқазанмен жорғалағанда; тұрақты теңе-теңдікті сақтау үшін талпырманы қайталаңыз.	
Күтілетін нәтиже:	Саптізбекке бір-бірден, санқа тұру, қатардан өзінің орнын табады. Жүрудің артүрлі қимылдарын жасап жүреді сұрақтарға жауап береді:	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-санқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім.	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	Бағанда кезек-кезек жүру және жүгіру; жүгіру және шашырау - мұғалімнің белгісі бойынша тоқтам, кез-келген позаны алыңыз (2-3 рет қайталау).	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Жалғаштармен жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың енінде, тіреулер төменде. Жалғаштар жоғары, айқасу, түсіру, бастапқы күйіне оралу (5-6 рет). 2. б. қ. - аяқ шық енінде, тіреулер шықта. Оңға (солға) бұрылыңыз, оң қолды жалғашаны бүйірге қойыңыз, жазғыңызға алыңыз, бастапқы күйге оралыңыз (әр бағытта 3 рет). 3. б. қ. - аяқ шық енінде, тіреулер артта. Жалғаштарды екі жаққа көтеріңіз; алға еңкейіп, жалғаштарды оңға және солға серменіз. Түзу, бастапқы күйіне оралу (4-5 рет). 4. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, жалғаштар төмен. Отырыңыз.	

	жалаушаларды алға қарай көтеріңіз; көтеріңіз. Бастапқы қалыпқа оралу (4-5 рет). 5. б. қ. - аяқтар сәл алшақ, жалаулар төмен. Орында жүрумен кезектесіп екі аяқпен секіру (3 рет). Тыныс алу жаттығулары «Шайнек қайнайды» Қозғалыстардың негізгі түрлері... 1. Тене-теңдік - қосымша қадыммен гимнастикалық орындықта бүйірмен жүру: орындықтың ортасында отырыңыз, қолыңызды алға қойыңыз, содан кейін түзіліп, жүре беріңіз; орындықтың соңында алға және төмен қарай адымдаңыз. Қолдардың орналасуы әр түрлі болуы мүмкін - белдікте, бүйірге, бастың артында. 2 рет қайталаңыз. 2. Гимнастикалық орындыққа алақан мен тізеге сүйеніп жүру (2-3 рет). 3. Екі аяқпен сүйекке секіру (немесе кегеліттер) 3 м қашықтықта (2 рет). 3-бөлім. «Түрлі-түсті машиналар» мобильді ойыны. Бір-бірден бағанда жүру.	
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды; -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Тас серігері Аманжол

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денешынықтыру
Өтпелі тақырып: «Бағабәкіш» Аппалық тақырып: «Менің бағабәкішам»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	I сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Жаяу және жүгіру кезінде тапсырмаларды орындау кезінде балалардың назарын дамыту; қысқартылған тіреу аймағында жүру кезінде тұрақты мене-теңдікті сақтау жаттығулары; кедергіден секіру кезінде ептілік пен қимылдарды үйлестіруді дамыту.	
Күтілетін нәтиже:	Салтпзбекте бір-бірден жүруді, бағытты сақтап білуді, салтпзбектен шығып кетпеуді, -Бүгінгі жаттығу түрлерін біледі. - Балалар нұсқаушының түсіндіруі бойынша негізгі жаттығу түрлерін жасайды	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сапқа тұрғызу -сәлемдесу I бөлім. Бағанмен кезек-кезек жүру және жүгіру, задың бұрыштарындағы бұрылыстарды көрсетеді (бағдарлар, текшелер немесе түйреуіштер); жаяу және жүгіру; тарбонешінің белгісі бойынша, бағаннан оның орнын іздеумен қозғалыста бірінен соң бірін қалпына келтіру.	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	2 бөлім. Ормалмен жалпы дамыту жаттығулары... 1. б. қ - аяқтың ені бойынша тұрғыңыз, екі қолыңызда ормал, ұштарын жоғарыдан ұстаңыз. Ормал алға, жоғары, алға, бастапқы қалпына оралыңыз (4-5 рет). 2. б. қ - аяқ иық енінде, оң қолында ормал. Оңға бұрылыңыз, ормалды шайқаңыз, бастапқы күйге оралыңыз. Ормалды сол қолға ауыстырыңыз, сол жаққа бірдей қайталаңыз (әр бағытта 3 рет). 3. б. қ - аяқтың ені бойынша тұрғыңыз, ормал екі қолыңызда төмен, ұштарыңызды	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут		

	жогарыдан ұстаңыз. Отырыңыз, ормал алға, тұрыңыз, ормалды төмендетіңіз, бастапқы күйге оралыңыз (4-5 рет). 4. б.қ. - аяқтың иық енінде тұрыңыз, алдыңызда бүгілген қолыңыздағы ормал. Алға қарай иілу, ормалды оңға және солға сермеу, тұзу, бастапқы күйіне оралу (4-5 рет). 5. б.қ. - аяқтар сәл ашақ, оң қолында ормал. Қысқа үзіліспен кезектесіп, орнында екі аяқпен секіру. Мұзгілімнің есебінен 1-8 есебінен орындалады, 3 рет қайталаңады. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Тене-теңдік- тұзу сызық бойымен жүру, бір аяқтың өкшесін екінші сауаққа қойып, қолды белдікке қою. Сызымның ұзындығы 2 м. 2 рет қайталаңыз. 2. 4-5 шатансының үстінен секіруқолдарыңыздың көмегімен өзіңізге көмектесу. Бардың биіктігі 6 см. Тыныс алу жаттығуы Ботқа пісіп жатыр Қозғалыстардың негізгі түрлері... 1. Тене-теңдік - қосымша қадиммен гимнастикалық орындықта бүйірмен жүру: орындықтың ортасында отырыңыз, қолыңызды алға қойыңыз, содан кейін түзіліп, жүре беріңіз; орындықтың соңында алға және төмен қарай адымдаңыз. Қолдардың орналасуы әр түрлі болуы мүмкін - белдікте, бүйірге, бастың артында. 2 рет қайталаңыз. 2. Гимнастикалық орындықта алқақ мен тізеге сүйеніп жүру (2-3 рет). 3. Екі аяқпен сүйекке секіру (немесе кеглиттер) 3 м қашықтықта (2 рет). 3-бөлім. Төмен қозғалыс ойын Ашық аспан астындағы «Түлкі мен тауықтар» ойыны. «Тауықты тап». Мұзгілім ойыншық тауықты алдын-ала бір жерге жасырады және оны іздеуді ұсынады. Ойыншықтың қай жерде екенін байқаған кез-келген адам мұзгілімге жасықанда, бұл туралы оған тыныш айтады. Бағалардың көпшілігі тапсырманы орындаған кезде, мұзгілім ойыншықтың қасына келіп, оны әкелуге мүмкіндік береді.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Масерімов
Аманжол

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Өтпелі тақырып: «Менің Қазақстаным»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	3 апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Жаяу және жүгіру кезінде таныстарларды орындау кезінде балалардың назарын дамыту; қысқартылған тіреу аймағында жүру кезінде тұрақты дене-теңдікті сақтау жаттығулары; кедергіден секіру кезінде ептілік пен қимылдарды үйлестіруді дамыту.	
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттықтыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сапқа тұрғызу -сәлемдесу	
Ұйымдастыру: 3-5 минут	1 бөлім. Бағанмен кезек-кезек жүру және жүгіру, заңдың бұрыштарындағы бұрылыстарды көрсетеді (бағдарлар, текшелер немесе түйреуіштер); жаяу және жүгіру; тарбаңшынның белгісі бойынша, бағаннан оның орнын іздеумен қозғалыста бірінен соң бірін қалпына келтіру.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Орамалмен жапты дамыту жаттығулары... 1. б. қ - аяқтың ені бойынша тұрғыңыз, екі қолыңызда орамал, ұштарын жоғарыдан ұстаңыз. Орамал алға, жоғары, алға, бастапқы қалпына оралыңыз (4-5 рет). 2. б. қ - аяқ шық енінде, оң қолында орамал. Оңға бұрылыңыз, орамалды шайқаңыз, бастапқы күйге оралыңыз. Орамалды сол қолға ауыстырыңыз, сол жаққа бірдей қайталаңыз (әр бағытта 3 рет). 3. б. қ - аяқтың ені бойынша тұрғыңыз, орамал екі қолыңызда төмен, ұштарыңызды жоғарыдан ұстаңыз. Отырыңыз, орамал алға, тұрғыңыз, орамалды төмендетіңіз, бастапқы күйге оралыңыз (4-5 рет). 4. б. қ - аяқтың шық енінде тұрғыңыз, алдыңызда бүгілген қолыңыздағы орамал. Алға	

қарай пілу, орамалды оңға және солға сермеу, түзу, бастапқы күйіне оралу (4-5 рет).
 5. 6. қ - аяқтар сәл ашар, оң қолында орамал. Қысқа үзіліспен кезектесіп, орнында екі аяқпен секіру. Мұғалімнің есебінен 1-8 есебінен орындайды, 3 рет қайталайды.

Тыныс алу жаттығуы
«Шар жарылды»

Қозғалыстардың негізгі түрлері.

1. **Тене-тендік** - шеңберге салынған баумен жүру (арқаныз бен басыңызды тік ұстап, бір-біріңізден қашықтықта ұстаңыз)
2. **5-6 сым арқылы екі аяқпен секіру**бір-бірінен 40 см қашықтықта төселген
3. **Допты 4-5 запптың арасына домалату**(текшелер, толтырылған шарлар), оны екі қолыңызбен төменнен итеріп, өздеріңізден алыс кетпеңіз. Нысандар арасындағы қашықтық 1 м.

3-бөлім.

Төмен қозғалмалы ойын

Ашық аспан астындағы «Түлкі мен тауықтар» ойыны.

«Тауықты тап». Мұғалім ойыншық тауықты алдын-ала бір жерге жасырады және оны іздеуді ұсынады. Ойыншықтың қай жерде екенін байқаған кез-келген адам мұғалімге жасығындап, бұл туралы оған тыныш айтады. Балалардың көпшілігі тапсырманы орындаған кезде, мұғалім ойыншықтың қасына келіп, оны әкелуге мүмкіндік береді.

IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия Минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-арекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан құнды қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту
---	--	---

*Әдегітменің!
 Аманжол*

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денешынықтыру
Желтоқсан айы. Өміргі тақырып: «Менің Қазақстаным»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	1 сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды орнында жұптастырып жаттығу; иілген аяққа қолымен секіруде; домпты заттар арасында домпатту кезінде көзді және еттілікті дамыту.	
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқыларға қатысу - сұрақтарға жауап береді: Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту -(Нұсқаушымен бірге спорттық құрал-жабдықтар жинайды) Қоштасу	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқыларға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттықтыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-салқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Бағанда бір-бірден жүру және жүгіру. Тұрау. Педагог балаларды тіндер мен қояндарға ақы төлеуге шақырады, кімнің қалай аталғанын есіңізде сақтаңыз. Содан кейін әрбір «тінге» алға қарай адымдан (немесе алға секіру керек) және оң жақтағы «қоян» қолды алыңыз. Балалар жұптасып болғаннан кейін, залды айналып өту туралы бұйрық беріледі: «серуендеу үшін». Содан кейін шашырау; бағанда бір-бірден сан түзу және үш бағанда қайта құру командасы беріледі. Қоралтан өтіп, әр бала домпты алады (диаметрі 10-12 см).	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Дөппен жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқ ық енінде, дөп оң қолда. Қолдарыңызды жоғары қарай көтеріңіз, дөппі сол қолыңызға ауыстырыңыз, қолдарыңызды төмен түсіріңіз, бастапқы қалыпқа оралыңыз 2. б. қ. - аяқ ық енінде, дөп оң қолда. Алға қарай иіліңіз, дөппі сол аяғыңыздағы еденге	

	тигізіңіз. Тік тұрыңыз, допты сол қолыңызға беріңіз. Дәл сол аяғына 3. б.қ. - отыру, аяқтар бірге, доп аяғымен жатыр, қолдар артта тірелеу. Тікелей аяқтарды көтеріп, допты асқазанға домалатып, ұстап алыңыз; бастапқы қалыпқа оралу 4. б.қ. - өкшеңізге отыру, доп оң қолыңызда. Допты денеңізге оңға және солға айналыдырып, қолыңызбен саусақпен айналыдырыңыз 5. б.қ. - асқазанға жету, аяқтары тұзу, доп бүгілген қолдарда. Илу, допты алға және жоғары көтеру, қолды тұзу ұстау; бастапқы қалыпқа оралу 6. б.қ. - аяқтар сәл ашақ, доп оң қолда. Кішкентай кідіріспен кезекпен екі бағытта шеңбермен екі аяқпен секіру (1-8.). Тыныс алу жаттығуы «Мәредең түтін шығады» Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Орындықтан секіру (бүйкімігі 20 см) резеңке жолда 2. Допты заттар арасында домалату 3 бөлім. «Аю орманда» ашық ойын. Бағалардың таңдауы бойынша шағын ұтқырлық ойыны	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия Минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Специалистің Аяқал

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Желтоқсан айы. Өтпегі тақырып: «Менің Қазақстаным»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды орнында жұптастырып жаттығу; шілген аяққа қолумен секіруде; допты заттар арасында домпатту кезінде көзді және емпілдікті дамыту.	
Күтілетін нәтиже:	ойын кезінде емпілдік, икемділікті пайдаланып ойнауды біледі. негізгі қимыл жасаған кезде өздерінің кезектерін біліп отыруды, шеңбер бойымен ұзақ уақыт арасында жүгіріп шығуды біледі	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттықтыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру: 3-5 минут	-санға тұрғызу -сәлемдесу I бөлім. Бағанда бір-бірден жүру және жүгіру. Турадау. Педагог балаларды тиіндер мен қояндарға ақы төлеуге шақырады, кімнің қалай аталғанын есіңізде сақтаңыз. Содан кейін әрбір «тийнге» алға қарай адымдап (немесе алға секіру керек) және оң жақтағы «қоян» қолды алыңыз. Балалар жұптасып болғаннан кейін, залды айналып оту туралы бұйрық беріледі: «серуендеу үшін». Содан кейін ташырау, бағанда бір-бірден сан түзеу және үш бағанда қайта құру командасы беріледі. Қораттан өтіп, ар бала допты алады (диаметрі 10-12 см).	
ҰОҚ-нің ортасы	2 бөлім. Доппен жасалып дамыту жаттығулары.	
III. Тақырып бойынша жұмыс минут	1. б. қ. - аяқ шық енінде, доп оң қолда. Қолдарыңызды жоғары қарай көтеріңіз, допты сол қолыңызға ауыстырыңыз, қолдарыңызды төмен түсіріңіз, бастапқы қалыпқа оралыңыз 2. б. қ. - аяқ шық енінде, доп оң қолда. Алға қарай иіліңіз, допты сол аяғыңыздағы еденге тисізіңіз. Тік тұрыңыз, допты сол қолыңызға беріңіз. Дәл сол аяғына	

	3. б. қ. - отыру, аяқтар бірге, дөп аяғымен жатыр, қолдар артта тірехте. Тікелей аяқтарды көтеріп, дөпті асқазанға домалатып, ұстап алыңыз; бастапқы қалыңқа оралу 4. б. қ. - өкшеңізге отыру, дөп оң қолыңызда. Дөпті деңеңізге оңға және солға айналдырып, қолыңызбен сауасақпен айналдырыңыз 5. б. қ. - асқазанға жату, аяқтары түзу, дөп бүгілген қолдарда. Илу, дөпті алға және жоғары көтеру, қолды түзу ұстау; бастапқы қалыңқа оралу 6. б. қ. - аяқтар сәл ашақ, дөп оң қолда. Кішкентай кідіріспен кезекпен екі бағытта шеңбермен екі аяқпен секіру (1-8.). Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Орынан секіру (бүйкігі 25 см). 2. Дөптің арасында домалату (текше, дәрілік дөп). 3. Жол бойымен жүгіру (ені 20 см). 3 бөлім. «Аю орманда» ашық ойын. Бағалардың таңдауы бойынша шағын ұтқырлық ойыны	
IV. УОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-діректің нәтижесін тандайды; -Қандай жаттығулар жасады? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету нәтижесін таныту

Әеісімеіні!
Ақелі-

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Қаңтар айы. Өтпелі тақырып: «Табиғат әлемі»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	Іапта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды орнында жұтқа ауыстыруға жаттығу жасау; жартылай бүгілген аяқтарға қона отырып секіруде; заттар арасында Дотты домалату кезінде көз өлшегішті және ептілікті дамыту.	
Күтілетін нәтиже:	ойын кезінде ептілік, икемділікті пайдаланып ойнауды біледі. негізгі қимыл жасаған кезде өздерінің кезектерін біліп отыруды, шеңбер бойымен ұзақ уақыт арасында жүгіріп шығуды біледі	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
І. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сатқа тұрғызу -сәлемдесу І бөлім.	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	Бағанда бір-бірінен жүру; жүру және ташырау, мұзәлімнің белгісі бойынша тоқтап, кез-келген позаны алыңыз.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Жапны дамыту жаттығулары. 1. б.қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, қол төмен. Қолдарыңызды алға, жоғары көтеріңіз, бүйірлер арқылы төмен түсіріңіз, бастапқы күйге оралыңыз 2. б.қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тірегі, қол артта. Отырыңыз, тізеңізді қолыңызбен қысыңыз. Жоғары көтеріңіз, бастапқы күйге оралыңыз 3. б.қ. - отыру, аяқтар ашақ, қолдар белде. Қолды екі жаққа, оңға (солға) қисайтыңыз, саусақтарыңызбен саусақтарыңызбен ұстаңыз. Тікелей, қолды екі жаққа созыңыз, бастапқы күйге оралыңыз 4. б.қ. - тізе тіреу, қол белде. Оңға (солға) бұрылыңыз, оң қолыңызды жасағыңызға алыңыз; бастапқы қалыпқа оралу 5. б.қ. - аяқтар сәл ашақ, қолдар белде. Екі аяқпен секіру (аяқтар бірге - аяқтар	

алшақ). 1-8 шот бойынша орындалды;

Тыныс алу жаттығулары
«Үл шікпейміз»

Қозғалыстардың негізгі түрлері.

Доптарды бір-біріне лақтыру 1,5 м қашықтықтан (төменнен екі қолмен дәйіс)

Гимнастикалық орындықта төрт аяғымен жүру алақанмен және тіземен тіреледі

3 бөлім. Ашық аспан астындағы ойын «Қояндар мен қасқырлар». Ойыншылардың бірі жүргізуші ретінде таңдалады - бұл қасқыр. Қалған балалар қояндарды ұсынады. Запдың бір жағында «қояндар» өздерін «үйлерді» орналастырады (балалар шеңберлері немесе үлкен диаметрлі кұрсау). Бастапқыда «қояндар» өз «үйлерінде», «қасқыр» запдың екінші жағында «жырада»).

Мұғалім:

Қояндар жүгірік, жүгірік, жүгірік,

Жасыл шабындықта.

Олар шөпті қысады, жейді,

Мұқият тыңдау

Қасқыр бар емес пе?

«Қояндар» «үйлерден» екі аяғымен секіріп, запды (сайтты) шашыратып, екі аяғымен секіріп, отырып, шөпті тістеп, қасқырдың жүрген-жүрмегенін тексеру үшін айналаға қарайды. Мұғалім соңғы сөзді айтқан кезде, қасқыр сайдан шығып, «қояндарды» ұстауға (қол тигізуге) тырысып жүгіреді. «Харес» арқайысы өзіннің «үйіне» қашып кетеді. Ұсталған «қояндар» «ерік-жігерді» өз «жырасына» алады. Ойын қайта жасаласады. 2-3 «қоян» ауланғаннан кейін тағзы бір «қасқыр» таңдалады. Төмен қозғалымды ойын «Қоян қайда жасырады?»

IV. ХОҚ-нің

қорытындысы.

Рефлексия

..... минут

-Ұйымдастырылған оқу іс-дерекетінің нәтижесін талдайды:

-Қандай жаттығулар жасадық?

-Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан құнды қозғалыстарын еске түсіру.

Нұсқаушыға көмек

көрсету ниетін

тааныту

Басқарманың
Ақалы

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Қаңтар айы. Өтпелі тақырып: «Табиғат әлемі»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	1 сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды орнында жұтқа ауыстыруға жаттығу жасау; жартылай бүгілген аяқтарға қона отырып секіруде; заттар арасында Дюпты домалату кезінде көз өлшегішті және ептілікті дамыту.	
Күтілетін нәтиже:	Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру, ташырап, жұптасып жүгіруді түсінеді. Бір орында тұрып, алға қарай 3-4 м қашықтыққа жылжу арқылы секіруді біледі.	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сапқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім.	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	Бағанда бір-бірден жүру; жүру және ташырау, мұзгілімнің белгісі бойынша тоқтап, кез-келген позаны алыңыз.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, қол төмен. Қолдарыңызды алға, жоғары көтеріңіз, бүйірлер арқылы төмен түсіріңіз, бастапқы күйге оралыңыз 2. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тірегі, қол артта. Отырыңыз, тізеңізді қолыңызбен қысыңыз. Жоғары көтеріліңіз, бастапқы күйге оралыңыз 3. б. қ. - отыру, аяқтар ашақ, қолдар белде. Қолды екі жаққа, оңға (солға) қисайтыңыз, саусақтарыңызбен саусақтарыңызбен ұстаңыз. Тікелей, қолды екі жаққа созыңыз, бастапқы күйге оралыңыз 4. б. қ. - тізе тіреу, қол белде. Оңға (солға) бұрылыңыз, оң қолыңызды жазыңызға алыңыз; бастапқы қалыпқа оралу 5. б. қ. - аяқтар сәл ашақ, қолдар белде. Екі аяқпен секіру (аяқтар бірге - аяқтар ашақ). 1-8 шот бойынша орындады;	

Тыныс алу жаттығулары
«Ара дыбысы»

Қозғалыстардың негізгі түрлері.

1. Домты бір-біріне 2 м қашықтықтан лақтыру (әдіс - бастың арт жағынан екі қолмен, аяқтар ыңғ еніндей қалыпта).
2. Алақандар мен аяқтардағы тіреуішпен төрт аяғымен алға қарай қозғалу - «аю».
- Арақашықтық 3-4 м. 2 рет қайталаңыз.
3. Толтырылған домтардың үстімен басып (арқайсысы 4-5 домтан тұратын екі сызықпен), тізгелерді жоғары көтеріп, белдікке қолды, домтарға тиізібей жүру (домтар бағаның 2-3 адымында орналасады). Ол екі бағанда үздіксіз түрде жүзеге асырылады

3 бөлім. Ашық аспан астындағы ойын «Қояндар мен қасқырлар». Ойыншылардың бірі жүргізуші ретінде таңдалады - бұл қасқыр. Қалған балалар қояндарды ұсынады. Залдың бір жағында «қояндар» өздерін «үйлерді» орналастырады (баулар шеңберлері немесе үлкен диаметрлі құрсау). Бастапқыда «қояндар» өз «үйлерінде», «қасқыр» залдың екінші жағында «жырада»).

Мұғалім:

Қояндар жүйрік, жүйрік, жүйрік,
Жасыл шабындықта.

Олар шөпті қысады, жейді,

Мұқият тыңдау

Қасқыр бар емес пе?

«Қояндар» «үйлерден» екі аяғымен секіріп, залды (сайтты) шашыратып, екі аяғымен секіріп, отырып, шөпті тістеп, қасқырдың жүрген-жүрмегенін тексеру үшін айналаға қарайды. Мұғалім соңғы сөзді айтқан кезде, қасқыр сайдан шығып, «қояндарды» ұстауға (қол тиізуге) тырысып жүгіреді. «Харес» арқайсысы өзінің «үйіне» қашып кетеді. Ұсталған «қояндар» «ерік-жігерді» өз «жырасына» алады. Ойын қайта жасаласады. 2-3 «қоян» ауланғаннан кейін тағы бір «қасқыр» таңдалады.
Төмен қозғалмалы ойын «Қоян қайда жасырады?»

IV. ҰОҚ-нің қорытындысы.
Рефлексия
.....

-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасадық?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.

Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Менсеріңің!
Аманжол

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Қаңтар айы. Өтпелі тақырып: «Табигат әлемі»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	2 апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Жүру және жүгіру кезінде мұғалімнің нұсқауы бойынша іс-әрекеттерді орындау жаттығулары; асқазанмен жорғалағанда орындықтың шетінен дұрыс ұстауды үйрету; жаттығуды мене-мендікте қайталаңыз.	
Күтілетін нәтиже:	-саптізбекте бір-бірден жүру дағдысын; - екі сызықтың арасымен жүру дағдысын игереді - қажетті бастапқы қалыпты қабылдауды; - жүтпен тұруды (қолдарынан ұстап); - саптізбекте өзінің орнын таба білуді және сақтауды; - ар түрлі бағытпен жүгіруді; - бір орында тұрып жозғары қарай секіруді біледі.	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттықтыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сапқа тұрғызу -сәлемдесу I бөлім.	
Ұйымдастыру: 3-5 минут	Бағанда бір-бірден жүру; жүру және шашырау; мұғалімнің белгісі бойынша тоқтап, кез-келген позаны алыңыз. Жүру және жүгіру қайталанады	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Кубтармен жасалып дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяғының ені бойынша аяқтар, текшелер төмен. Текшелерді бүйірлерінен жозғары көтеріп, оларды басынан 2 рет созыңыз, текшелерді төмен түсіріңіз, бастапқы орнына оралыңыз 2. б. қ. - аяқтың иық енінде тұруы, текшелер артында. Алға қарай иіліңіз, текшелерді сауақтарыңыздың бойына қойыңыз, түзетіңіз, қолды белдікке қойыңыз. Бүткеніз,	

	текшелерді алыңыз, бастапқы күйге оралыңыз 3. б. қ. - аяқтың иық енінде тұрыңыз, текшелер екі қолыңызда төмен. Отырыңыз, текшелерді алға қарай алыңыз. Тұр, бастапқы күйіне оралы 4. б. қ. - тізе бүгін, шықта текшелер. Оңға (солға) бұрылыңыз, текшелерді сарсақтарыңыздың үстіне қойыңыз. Оңға (солға) бұрылып, текшелерді алыңыз, бастапқы орнына оралыңыз 5. б. қ. - аяқтар сәл ашық, текшелер еденде. Секіру сериалары арасында кішкене кідіріс жасай отырып, екі бағытта кубтардың айналасында екі аяқпен секіру Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Асқазаныңыздағы гимнастикалық орындықта жүгіру, орындықтың бүйірінен қолды ұстау 2. Тене-мендік - гимнастикалық орындықта жүрубүйірлік бүйірлік адым, қолдың бастың артында. Орындықтың соңында төмен қарай адымдан түсіңіз 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Күстар мен мысық» ойыны.Мұғалім арқаннан немесе шнурдан шеңбер шығарады. Балалар шеңберде шеңберге тұрады. Бір бала жүргізуші ретінде тағайындалады - шеңбердің ортасында орналасқан «мысық»; қалған балалар - «Күстар». «Мысық» ұйықтап кетеді (көзін жұмады), ал «Күстар» шеңберге секіреді, «ұшады». Мұғалімнің белгісі бойынша «мысық» оянады: «Мыу!» Және ол «Күстарды» ұстай бастайды, олар шеңберден ұшып кетеді. «Мысық» ауланған «Күстарды» өзі қалдырады. Ойын басқа жүргізушімен қайталанатын. Баған бір-бірден жүреді...	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды; -Қандай жаттығулар жасадық? -Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Тексерілді: Мамед

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Қантар айы . Өтпегі тақырып: «Табигат әлемі»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	I сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Жүру және жүгіру кезінде мұғалімнің нұсқауы бойынша іс-әрекеттерді орындау жаттығулар; асқазанмен жорғалағанда орындықтың шетінен дұрыс ұстауды үйрету; жаттығуды теңе-теңдікте қайталаңыз.	
Күтілетін нәтиже:	Саппа жүріп келе алып екі қатарға бөлініп тұрады. Теңеседі Нұсқаушының белгісімен бір – біріне допты домалатады. -Балалар ойынның шартын түсініп ойнайды. -Балалар шеңберде тұрып секіріп-бұрылу ойын жаттығуын жасайды.	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-санға тұрғызу -сәлемдесу I бөлім.	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	Бағанда бір-бірден жүру; жүру және шапырау, мұғалімнің белгісі бойынша тоқтап, кез-келген позаны алыңыз. Жүру және жүгіру қайталанарды	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Кубтармен жасалы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяғының ені бойынша аяқтар, текшелер төмен. Текшелерді бүйірлерінен жоғары көтеріп, оларды басынан 2 рет созыңыз, текшелерді төмен түсіріңіз, бастапқы орнына оралыңыз 2. б. қ. - аяқтың ық енінде тұруы, текшелер артында. Алға қарай иіліңіз, текшелерді сауақтарыңыздың бойына қойыңыз, түзетіңіз, қолды белдікке қойыңыз. Бүктеңіз, текшелерді алыңыз, бастапқы күйге оралыңыз 3. б. қ. - аяқтың ық енінде тұрыңыз, текшелер екі қолыңызда төмен. Отырыңыз, текшелерді алға қарай алыңыз. Тұр, бастапқы күйге оралы 4. б. қ. - тізе бүгіп, ықта текшелер. Оңға (солға) бұрылыңыз, текшелерді	

сәуесқатарыңыздың үстіне қойыңыз. Оңға (солға) бұрылып, текшелерді алыңыз, бастапқы орнына оралыңыз

5. б. қ. - аяқтар сәл ашақ, текшелер еденде. Секіру сериялары арасында кішкене кідіріс жасай отырып, екі бағытта құбтардың айналасында екі аяқпен секіру

Тыныс алу жаттығуы
Араның дыбысын салу. -3-3-3

Қозғалыстардың негізгі түрлері.

1. Тимнастиккалық орындықта алақан мен тізеге сүйеніп жүру.

2. Тене-теңдік - гимнастиккалық орындықта жүру

3. Екі аяқпен секіру

3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Құстар мен мысық» ойыны. Мүғалім арқаннан немесе шнурдан шеңбер шығарады. Балалар шеңберде шеңберге тұрады. Бір бала жүргізуші ретінде тағайындалады - шеңбердің ортасында орналаسقан «мысық»; қалған балалар - «құстар». «Мысық» ұйықтап кетеді (көзін жұмады), ал «құстар» шеңберге секіреді, «ұшады». Мүғалімнің белгісі бойынша «мысық» оянады: «Мыу!» және ол «құстарды» ұстай бастайды, олар шеңберден ұшып кетеді. «Мысық» ауланған «құстарды» өзі қаладырады. Ойын басқа жүргізушімен қайталанады.
Баған бір-бірден жүреді...

IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия мишул	-Ұйымдастырылған оқу іс-арекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту
---	--	---

Тексерілді!
Аманжол

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денешынықтыру
Қаңтар айы. Өтпелі тақырып: «Табиғат әлемі»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	Затта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларға зәттарды тигізбестен жүру және жүгіру жәттығуларын жасаңыз; төмендетілген тірек аймағында жүру кезінде тұрақты теңе-теңдікті қалыптастыру; секіру жәттығуларын қайталау.	
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесі бойынша сұрақтарға жауап береді: -Өздеріне ұнаған жәттығуларын айтады	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жәттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңілі күй орнату 0-2 минут	-сатқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім.	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	Бағанда бір-бірден жүру; залда шашылған зәттар арасында жүру және жүгіру. Бағанағы қысқа серуендеуден кейін мұғалім зәттардың арасында жүруге, содан кейін залдың бір жағында бір жолаға қойылған түйреуіштер арасында жүгіруге бұйрық береді. Жүру және жүгіру жәттығулары кезектесіп өтеді.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Құрсаумен жалпы дамыту жәттығулары... 1. б. қ. - аяғы сәл ашақ тұрады, құрсауымен кеудеге бүйірлерін ұстап тұрады. Алға шеңбер, қолдар түзу; құрсау; құрсау алға; бастапқы қалыпқа оралу (4-5 рет). 2. б. қ. - аяқ шық енінде, тіреуіш төмен. Шұңқыр; алға еңкейіңіз, құрсаудың жиегін еденге тигізіңіз; түзу, құрсау, бастапқы қалпына оралу (4-5 рет); 3. б. қ. - аяқтың шық енінде тұруы, кеудеге бүйірінен ұстап құрсау. Оңға (солға), қолды түзу бұраңыз, бастапқы қалыпқа оралыңыз (6 рет). 4. б. қ. - аяқтың ені бойынша тіреу, шыққа құрсау - «жағалық», қолды бүйірден ұстау. Сақинаны жоғары көтеріңіз, құрсауға қараңыз, бастапқы күйіне оралыңыз (4-5 рет).	

	5. б. қ. - құрсауда тұрыңыз, денені кездейсоқ қолмен ұстаңыз. 1-8 санау үшін құрсауды екі аяқпен секіру. Қысқа үзіліспен 3 рет қайталаңыз. Тыныс алу жаттықтыруы. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару Қозғалыстардың негізгі түрлері... 1. Тене-теңдік - арқанмен жүру: арқандағы өкшелер, еденде шұлықтар, белде қолдар. 3-4 рет қайталаңыз. Арқанның немесе қалың арқанның ұзындығы 2-2,5 м. 2. Екі аяқпен секіру: арқан бойымен алға жылжып, оның үстінен оңға және солға секіру (2-3 рет). 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Қояндар» ойыны. Бір-бірінен бағанда жүру. Төмен қозғалыс ойын «Қоянды таппайық!». -Ұйымдастырылған оқу іс-арекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттықтырулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	
IV. ХОК-нің қорытындысы. Рефлексия минут		Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Тексерілді:
А. Жаңы

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денешынықтыру
Қаңтар айы. Өтпелі тақырып: «Табиғат әлемі»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	I сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларға заттарды тигізбестен жүру және жүгіру жаттығуларын жасаңыз; төмендетілген тірек аймағында жүру кезінде тұрақты теңе-теңдікті қалыптастыру; секіру жаттығуларын қайталау. Допты жоғары лақтыру және оны екі қолмен ұстап алу жаттығуы	
Күтілетін нәтиже:	Жүрудің ар түрлі қимылдарын жасап жүреді. Маршпен, аяқ ұшымен, өкшемен, секіріп. Салта жүріп келе жатып екі қатарға бөлініп тұрады	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойлаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-салта тұрғызу -сәлемдесу I бөлім. Бағанда бір-біріден жүру; залда шашылған заттар арасында жүру және жүгіру. Бағанағы қысқа серуендеуден кейін мұғалім заттардың арасында жүруге, содан кейін залдың бір жағында бір жолға қойылған түйреуіштер арасында жүгіруге бұйрық береді. Жүру және жүгіру жаттығулары кезектесіп өтеді. 2 бөлім. Күрсаумен жалпы дамыту жаттығулары... 1. б. қ. - аяғы сал ашақ тұрады, күрсауымен кеудеге бүйірлерін ұстап тұрады. Алға шеңбер, қолдар түзу; күрсау; күрсау алға, бастапқы қалыпқа оралу (4-5 рет). 2. б. қ. - аяқ шық енінде, тіреуіш төмен. Шұңқыр; алға еңкейіңіз, күрсаудың жиегін еденге тигізіңіз; түзу, күрсау, бастапқы қалпына оралу (4-5 рет); 3. б. қ. - аяқтың шық енінде тұруы, кеудеге бүйірінен ұстап күрсау. Оңға (солға), қолды түзу бұраңыз, бастапқы қалыпқа оралыңыз (6 рет). 4. б. қ. - аяқтың ені бойынша тіреу, шыққа күрсау - «жағалық», қолды бүйірден ұстау. Сақинаны жоғары көтеріңіз, күрсауға қараңыз, бастапқы күйіне оралыңыз (4-5	

	рет). 5. б. қ. - құрсауда тұрыңыз, денені кездейсоқ қолмен ұстаңыз. 1-8 санау үшін құрсаудан екі аяқпен секіру. Қысқа үзіліспен 3 рет қайталаңыз. Тыныс алу жаттығуы «Хош иісті гүлдер» Қозғалыстардың негізгі түрлері... 1. Тене-теңдік - арқанмен жүру: арқанға шұлық, еденде өкшелер, бастың артында қолдар. 2. Екі аяқпен секіру, арқаннан оңға және солға секіру, алға жылжу, қолының қолымен қолын созып көмектесу (2-3 рет). 3. Допты жоғары лақтыру және екі қолмен ұстап алу, ерікті түрде (бағалар заңда еркін орналасады), арқайсысы өз қарқынымен. 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Қояндар» ойыны. Бір-бірден бағанда жүру. Төмен қозғалмағы ойын «Қоянды таппайық!». -Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайы: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту	

Тексерілді:
Алаш

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Қаңтар айы. Өтпелі тақырып: «Табигат әлемі»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	4 апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды көшбасшының ауысуымен серуендеуге жаттықтыру; секіру және допты бір-біріне лақтыру.	
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесі бойынша сұрақтарға жауап береді: -Өздеріне ұнаған жаттығуларын айтады	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқыларға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сәтқа тұрғызу -сәлемдесу I бөлім. Басшыны ауыстыра отырып, бағанда бір-бірінен жүру, жылдамдықпен жүгіру (2-3 рет). Бір-бірінен бағанда жүру. Мұғалім баланы (көшбасшыдан алыс емес жерде) есімімен атайды, ол бағанның алдында тұрып, оны басқарады. Біраз уақыттан кейін көшбасшыны ауыстыру туралы бұйрық беріледі, мұғалім басқа баланың атын атайды (2-3 пәндерді ауыстыруға болады). Кездейсоқ жүру және жүгіру пармені беріледі.	
Ұйымдастыру: 3-5 минут	 	

	5. б.к. - шалқысынан жатып, домты тұзу қолмен бастың арттында. Тізеңізді бүгіңіз, аяқтарыңызды домпы тигізіңіз. Аяғыңызды түзетіңіз, бастаңқы күйге оралыңыз (4-5 рет). 6. б.к. - аяқтың ені бойынша аяқ тірегі, қол кездейсоң, домпы еденде. Домты айнаға секіру, екі бағытта, қысқа кідіріспен кезектесіп (3-4 рет). Тынғыс алу жаттығулары «Шар жарылды» Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Гимнастикалық орындықтан секіру (бүйкігі 25 см) (4-6 рет). 2. Домпыарды бір-біріне лақтыру 2 м қашықтықтан (адіс - төменнен екі қолмен) (10-12 рет).	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия мінуут	3 бөлім. Ашық аспан астындағы ойын «Өзіңе жар ізде».Бір-бірінен бағанда жүру. -Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттықтыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету нәтижесін таныту

Тілексеріміз!
Аяқай!

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денешынықтыру
Қаңтар айы. Өтпелі тақырып: «Табиғат әлемі»

ҰОҚ тақырыбы:		
Күні:	<i>1 сағат</i>	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды көшбасшының ауысуымен серуендеуге жаттықтыру; секіру, кішкене домпы бір қолмен еденге соғу, заттар арасындағы сұрасқатармен теге-теңдікпен жүру	
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесі бойынша сұрақтарға жауап береді: -Өздеріне ұнаған жаттығуларын айтады	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді; -Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	ҰОҚ өткізілу барысы	
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурслар
І. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату <i>0-2 минут</i>	-сатқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім.	
Ұйымдастыру. <i>3-5 минут</i>	Басшыны ауыстыра отырып, бағанда бір-бірінен жүру, жылдамдықпен жүгіру (2-3 рет). Бір-бірінен бағанда жүру. Мұғалім бағананы (көшбасшыдан алғы емес жерде) есімімен атайды, ол бағананың алдында тұрып, оны басқарады. Біраз уақыттан кейін көшбасшыны ауыстыру туралы бұйрық беріледі, мұғалім басқа бағананың атын атайды (2-3 нұсқаді ауыстыруға болады). Кездейсоқ жүру және жүгіру нәрмені беріледі.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс <i>минут</i>	2 бөлім. Домпын жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, домпы екі қолда төмен. Домпы жазары лақтыру (жазары емес), екі қолмен ұстау (5-6 рет). 2. б. қ. - аяқтың ық енінде тұруы, домпыңызда бүгілген қолыңызда. Домпы еденге лақтыру, оны екі қолмен ұстап алу (4-5 рет). 3. б. қ. - аяқ ықтың енінде тұрыңыз, домпыңызда бүгілген қолыңызда. Алға еңкейіңіз, домпы бір аяғыңыздан екінші аяғыңызға айналыңыз. Тұзу, бастақы күйіне оралу (4-5 рет). 4. б. қ. - өкшеңізге отыру, домпы еденде. Домпы қолмен саусақпен (6 рет) кезекпен оңға	

	(солға) бұрумен шеңберде (дененің айналасында) айналыдырыңыз. 5. б.к. - шапқасынан жатып, домпы тұзу қолмен бастың артында. Тізеңізді бүгіңіз, аяқтыңызды домпы тиегіңіз. Аяғыңызды түзетіңіз, бастың күйге оралыңыз (4-5 рет). 6. б.к. - аяқтың ені бойынша аяқ тірегі, қол кездейсоқ, домпы еденде. Домпы айнала секіру, екі бағытта, қысқа кідіріспен кезектесіп (3-4 рет) Тыныс алу жаттығуы «Ботқа пісіп жатыр» Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Кішкентай домпы бір қолмен еденге 3-4 рет қатарынан созып, екі қолмен ұстап алу. 3-4 рет қайталаңыз. 2. Екі аяқпен секіру, алға жылжу, - аяқты ашақ аттап, аяқпен бірге секіру және т.б. Қашықтық 3 м, бірнеше рет қайталаңыз. 3. Тене-мендік - бір қатарға бір-бірінен 0,4 м қашықтықта орналастырылған заттар арасында сәуектармен жүру. Қашықтық 3 м, 2 рет қайталаңыз. 3 бөлім. Ашық аспан астындағы ойын «Өзіңе жсар табу». Бір-біріңмен бағанда жүру.	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-арекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Жасады! Аяқтай

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Ақпан айы. Өтпелі тақырып: «Бізді қоршаған әлем»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	І апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды заттар арасында жүру мен жүгіруде, мене-теңдікте жаттықтыру; секіру тапсырмасын қайталау.	
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесі бойынша сұрақтарға жауап береді: -Өздеріне ұнаған жаттығуларын айтады	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-санқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім.	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	Бағанда кезек-кезек жүру, бір сызыққа қойылған заттар арасында жүру және жүгіру, 5-6 дана (түйреуіштер бағаның екі адымында орналасады); жаяу және жүгіру. Үш бағанда қалыптастыру.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіргезі, қолдар дене бойымен. Екі қолды жоғары көтеріп, сәускемен көтеріліп, алақанмен бастан жоғары көтеріңіз. Бүкіл аяққа түсіңіз, бастапқы күйге оралыңыз (4-5 рет). 2. б. қ. - аяқ иық енінде, қол белде. Оңға (солға) бұрылыңыз, оң қолыңызды бүйірге алыңыз, бастапқы күйге оралыңыз (6 рет). 3. б. қ. - еденде отыру, аяқтар түзу, қолдар артта. Оң аяқты жоғары көтеріңіз, төмен түсіріңіз, бастапқы күйге оралыңыз. Сол аяғымен бірдей (6 рет). 4. б. қ. - ішімен жатып, аяқтары түзу, қолдары шынтағынан бүгіліп, алдында. Қолыңызды алға қарай созыңыз, аяғыңызды еденнен көтеріңіз, бүгіңіз - «балық». Бастапқы қалыпқа оралу (4-5 рет).	

	5. б. қ. -Аяқтарды бірге ұстаңыз, қолдар дененің бойымен ерікті. Мұзғалімнің 1-8 есебі бойынша екі аяғымен секіру (аяқтарды бөлек - аяқтары бірге) немесе доп соғу (мұзқалтық сүйемелеу). 3-4 рет қайталаңыз. Тыныс алу жаттығулары «Әтеш шақырады» Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Тене-теңдік - гимнастикалық орындықта жүру (ортасында тоқтаңыз, бұрылыңыз, арі қарай жүріңіз, орындықтан түсіп (секірмей) және өз бағананызға оралыңыз (2-3 рет). 2. Штангалардың үстінен секіру (штанганың биіктігі 10 см), олардың арасындағы қашықтық 40 см (3 есе). 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Мысық пен ит» ойыны. (жоспарға қосымшаны қараңыз) Төмен қозғалмағы ойын.	
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттығуқан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Шексерілді,
Аманжол

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Ақпан айы. Өтпелі тақырып: «Бізді қоршаған әлем»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	1 сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларға заттарды басып, шұрудан секіріп, допты бір-біріне лақтыра отырып жүруге жаттығу	
Күтілетін нәтиже:	Тансырма мазмұнын толық есте сақтады. Жаңа білімді түсінеді Дене жетістіктерін арттыруға қатысқан балалардың орындай алады	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттықтыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-санға тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім.	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	Бағанда кезек-кезек жүру, бір сызыққа қойылған заттар арасында жүру және жүгіру, 5-6 дана (түйреуіштер бағаның екі адымында орналасады); жауу және жүгіру. Үш бағанда қалыптастыру.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Жаппы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіресеі, қолдар дене бойымен. Екі қолды жоғары көтеріп, саусақпен көтеріліп, алақанмен бастан жоғары көтеріңіз. Бүкіл аяққа түсіңіз, бастапқы күйге оралыңыз (4-5 рет). 2. б. қ. - аяқ шық енінде, қол белде. Оңға (солға) бұрылыңыз, оң қолыңызды бүйірге алыңыз, бастапқы күйге оралыңыз (6 рет). 3. б. қ. - еденде отыру, аяқтар түзу, қолдар артта. Оң аяқты жоғары көтеріңіз, төмен түсіріңіз, бастапқы күйге оралыңыз. Сол аяғымен бірдей (6 рет). 4. б. қ. - ішімен жатып, аяқтары түзу, қолдары шынтағынан бүгіліп, алдында. Қолыңызды алға қарай созыңыз, аяғыңызды еденнен көтеріңіз, бүгіңіз - «балық». Бастапқы қалыпқа оралу (4-5 рет).	

	5. б.к. -Аяқтарды бірге ұстаңыз, қолдар дененің бойымен ерікті. Мұзгіліктің 1-8 есебі бойынша екі аяғымен секіру (аяқтары бөлек - аяқтары бірге) немесе доп соғу (музыкалық сүйемелеу). 3-4 рет қайталаңыз. Тыныс алу жаттығулары: «Әтеш» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Жүру, топтырылған доптардың үстінен басу, тізгелерін жоғары көтеру, қолды белбеуде ұстау (2-3 рет). 2. Зал бойымен салынған сызықтан секіру (сызық ұзындығы 3 м). Қолдың жігерлі толқынын қолдана отырып, шнурдың үстінен оңға және солға секіру, алға жылжу (2-3 рет). 3. Қатарда тұрып доптарды бір-біріне лақтыру (арақашықтық 2 м). 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Мысық пен ит» ойыны. (жоспарға қосымшаны қараңыз) Төмен қозғалмағы ойын.	
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқауыңа көмек көрсету ниетін таныту

Әлжан Серікбай

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы

Білім беру саласы: «Денсаулық»

Оқу қызмет түрі: Денешынықтыру

Ақпан айы.

Өтпелі тақырып: «Бізді қоршаған әлем»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні	2 сағат	
2 апта		
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды жазуу жүзуге, мұғалімнің бұйрығы бойынша таныс-танып-орындауға, құрсаудан құрсауға секіруге жаттықтыру; дотты заттар арасында домалату кезінде ептілікті дамыту.	
Күтілетін нәтиже:	Аяққа арналған гимнастиканы, терендікке секіруді, ойындағы ойын әрекеттерін түсінеді: музыка ырғағына сәйкес жүруді, жүгіруді, ізбен, қалған жолмен жүргенде тек іздерді ғана басып жүруді біледі. шеңбер бойымен тұру тәсілдерін, бүйіктемілген тіректе жүргенде мене-теңдікті сақтау әдістерін қолданады.	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сатқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім.	
Ұйымдастыру: 3-5 минут	Мұғалімнің: «Лейлек!» Деген белгісі бойынша колоннада бірінен соң бірі жүру. - тоқтаңыз, тізбедегі аяқты, қолды екі жаққа көтеріп, мене-теңдікті біраз сақтаңыз, содан кейін жүре беріңіз. Мұғалімнің белгісі бойынша: «Бақалар!» - балалар еңкейіп, қолдарын тізгелеріне қойды. Бірнеше рет қайталанғаннан кейін, заңды шашыратып жүгіріңіз.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Орындықтардағы жағлы дамыту жаттығулары... 1. б. қ. - орындықта отыру, қолдың басының артында. Қолдар бүйірлерге, жоғары, бүйірлерге; бастапқы қалыпқа оралу (5 рет). 2. б. қ. - орындықта отыру, аяқтар атып, қолдар белде. қолды екі жаққа, оңға (солға) еңкейту; тұзу, қолды екі жаққа созыңыз, бастапқы қалыпқа оралыңыз (5 рет). 3. б. қ. - орындыққа отыру, аяқтарын біріктіру; қолды орындықтың екі жағынан тіреу. Оң (сол) аяқты алға және жоғары, төмен көтеріңіз; бастапқы қалыпқа оралу (6 рет). Оң (сол) аяқты алға және жоғары, төмен көтеріңіз; бастапқы қалыпқа оралу (6 рет).	

	4. б. қ. - орындықта отыру, аяқтар ағшақ, қолдар бастың артында. қолды екі жаққа, оңға (солға) аяққа шілзу, сауақтарыңызбен оң (сол) аяқтың сауақтарына тигізу. Тіке көтеріп, қолды екі жаққа созыңыз, бастапқы күйге оралыңыз (4 рет). 5. б. қ. - орындықтың артында тұрып, екі қолыңызбен жоғарыдан ұстап арқаңыздан ұстаңыз. Отырыңыз, баяу тізеңізді екі жаққа құрай жылжытыңыз; тұрыңыз, бастапқы қалыпқа оралыңыз (4-5 рет). б. б. қ. - орындыққа жантайып, қолдарымен ерікті. Оқытушының есебінен орындықты екі аяқпен, екі бағытта секіру. Секіру сериясынан кейін, қысқа кідіріс және секіруді қайталау. Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен ағшақ ұстайды, қолды бастап асыра көтеріп, «Үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады. Бастапқы қалыпқа келу. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Обручтан құрсауға секіру (5-6 құрсау) екі аяқта, 3-4 рет. 2. Заттар арасында домпаларды домалату (текшелер, түңіреуіштер), 3-4 рет. 3 бөлім. . «Аю орманда» ашық ойын. Әр төртінші санау үшін бір шапалақпен бағанда жүру.	
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттығуға қатысқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Үлес сериалы:
Айқын

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Ақпан айы. Өтпесі тақырып: «Бізді қоршаған әлем»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	I сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды жазу жүзуге, мұғалімнің бұйрығы бойынша танырмаларды орындауға, құрсаудан құрсауға секіруге жаттықтыру; домты заттар арасында домалату кезінде ептілікті дамыту.	
Күтілетін нәтиже:	Жүрудің артурлі қимылдарын жасап маршпен, аяқ ұшымен, өкшемен, секіріп жүреді. Сапта жүріп келе жатып үш қатарға бөлініп тұрады. Теңеседі	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сапқа тұрғызу -сәлемдесу	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	1 бөлім. Мұғалімнің: «Лейлек!» Деген белгісі бойынша колоннада бірінен соң бірі жүру. - топтаңыз, тізбеге аяқты, қолды екі жаққа көтеріп, мене-мендікті біраз сақтаңыз, содан кейін жүре беріңіз. Мұғалімнің белгісі бойынша: «Бақалар!» - балалар еңкейіп, қолдарын тізгелеріне қойды. Бірнеше рет қайталанғаннан кейін, залды шашыратып жүзгіріңіз.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Орындықтардағы жалпы дамыту жаттығулары... 1. б. қ. - орындықта отыру, қолдың басының арттында. Қолдар бүйірлерге, жоғары, бүйірлерге; бастапқы қалыпта оралу (5 рет). 2. б. қ. - орындықта отыру, аяқтар ашақ, қолдар белде. қолды екі жаққа, оңға (солға) еңкейту; түзу, қолды екі жаққа созыңыз, бастапқы қалыпта оралыңыз (5 рет). 3. б. қ. - орындықта отыру, аяқтарын біріктіру, қолды орындықтың екі жағынан тіреу. Оң (сол) аяқты алға және жоғары, төмен көтеріңіз; бастапқы қалыпта оралу (6 рет). 4. б. қ. - орындықта отыру, аяқтар ашақ, қолдар бастың арттында. қолды екі жаққа, оңға (солға) аяққа шігу, сауасқатарыңызбен оң (сол) аяқтың сауасқатарына тиігізу. Тіке	

	көтеріліп, қолды екі жасаққа созыңыз, бастапқы күйге оралтыңыз (4 рет). 5. б. қ. - орындықтың артында тұрып, екі қолыңызбен жоғарыдан ұстап арқаңыздан ұстаңыз. Отырыңыз, баяу тізеңізді екі жасаққа қарай жылжытыңыз; тұрыңыз, бастапқы қалыпқа оралтыңыз (4-5 рет). 6. б. қ. - орындықта жатпайып, қолдарымен ерікті. Оң аяғының есебінен орындықты екі аяқпен, екі бағытта секіру. Секіру сериясынан кейін, қысқа кідіріс және секіруді қайталау. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Екі аяқпен секірубір-бірінен 0,5 м қашықтықта жатқан 5-6 қысқа сымдар арқылы. 2-3 рет қайталаңыз. 2. Доптарды бір-біріне домалату (арақашықтық 2,5 м) қатарда. Әдіс - тізе беру жасадайы (10-12 рет). 3. Саусақпен жүру, қолды белде, әдеттегі жүріспен кезектесіп жүру 3 бөлім. «Аю орманында» ашық ойын. Әр төртінші санау үшін бір шапалақпен бағанда жүру.	
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Т.Асқаров
Аманжол

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денешынықтыру
Ақпан айы. Өтпелі тақырып: «Бізді қоршаған әлем»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	3 апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды серуендеуге және заттар арасында жүзгіруге жаттықтыру; допты екі қолмен ұстап алу; төрт аяғымен жүру дағдысын бекіту.	
Күтілетін нәтиже:	Жүрудің арнаулы қимылдарын жасап марафон, аяқ ұшымен, өкшемен, секіріп жүреді. Сапта жүріп келе жатып үш қатарға бөлініп тұрады. Теңеседі	
Тілідік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқыларға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-есіңқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Бағанда бір-бірімен жүру; мұғалімнің белгісі бойынша балалар сауақтармен жүруге ауысады, қолдар бастарының артында; қалыпты жүру; қолды екі жаққа қарай ұстау; шашыранқы жүзгіріске көшу. Кезектесіп жүру және жүзгіру. 2 бөлім. Доппен жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, доп төмен. Доп жоғары, сауақтармен көтеріліп, төмен, бастапқы қалпына келеді (4-5 рет). 2. б. қ. - аяқтың ық енінде тұруы, доп қолыңызда бүгілген қолыңызда. Алға қарай шілу, допты оңға (солға) айналындыру, тұзу тұру, бастапқы қалпына келу (әр бағытта 3 рет). 3. б. қ. - отыру, аяқтар ашақ, доп екі қолыңызда алдарыңызда. Доп жоғары, алға еңкейіп, сауақтардың арасындағы еденге тигізіңіз. Тұзу, допты көтеру; бастапқы қалыпқа оралу (4-5 рет). 4. б. қ. - шапқасынан жатып, допты тұзу қолмен бастың артында. Оң (сол) тұзу аяқты көтеріңіз, доппен тізеңізге тигізіңіз. Аяғыңызды төмендетіңіз, бастапқы күйге оралыңыз (6 рет).	

	5. б. қ. - аяғы сал ашпай, дөп қолында бүгілген қолында. Қысқа кідіріспен (3-4 рет) кезектесіп, оңға және солға шеңбермен екі аяқпен секіру. Тыныс алу жаттықтығуы. Текшелерді үрлеу. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1) доптарды бір-біріне лақтыру (10-12 рет). 2. Тимнастикалық орындықта төрт аяғымен жүру. 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Торғайлар мен машина» ойыны. Залдың бір жағында «торғайлар» отыратын орындықтар орналастырылған. Екінші жағынан, олар гаражға арналған орынды көрсетеді. «Торғайлар ұядан ұшады» дейді мұғалім, ал «торғайлар» балалар орындықтардан секіреді (биіктігі 20 см), әр түрлі бағытта жүгіреді, қолдарын екі жаққа көтергі - «ұшады». Дыбыстық сигнал естіліп, «машина» пайда болады (қолында рульдік бала). «Торғайлар» тез «ұяларына» ұшып кетеді. «Автомобиль» гаражға қайта оралады. Ойын қайталанады. Бір-бірден бағанда жүру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Діңгезерілері Айса

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы

Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру

Өтпелі тақырып: «Бізді қоршаған әлем»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	1 сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды тік нысанаға дақтыруға, гимнастикалық орындықта жорғалтуға, екі аяқпен секіруге жаттығу	
Күтілетін нәтиже:	- Балалар нұсқаушының түсіндіріп көрсетуі бойынша негізгі жаттығу түрлерін жасайды. Балалар секіру жаттығуларын ойын арқылы орындайды. Балалар белгіні естіп бір қатарға түзеледі.	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сатқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім.	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	Бағанда бір-бірден жүру; мұғалімнің белгісі бойынша балалар сауақтармен жүруге ауысады, қолдар бастарының артында; қалыпты жүру, қолды екі жаққа қарай ұстау; шашыранқы жүзгіріске көшу. Кезектесіп жүру және жүзгіру. 2 бөлім. Доппен жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, доп төмен. Доп жоғары, сауақтармен көтеріліп, төмен, бастапқы қалпына келеді (4-5 рет). 2. б. қ. - аяқтың иық енінде тұруы, доп қолыңызда бүгілген қолыңызда. Алға қарай шізу, допты оңға (солға) айналыдыру; түзу тұру, бастапқы қалпына келу (әр бағытта 3 рет). 3. б. қ. - отыру, аяқтар ашақ, доп екі қолыңызда алдарыңызда. Доп жоғары, алға еңкейіп, сауақтардың арасындағы еденге түсізіңіз. Түзу, допты көтеру; бастапқы қалыпқа оралу (4-5 рет). 4. б. қ. - шапқасынан жатып, допты түзу қолмен бастың артында. Оң (сол) түзу аяқты көтеріңіз, доппен тізеңізге түсізіңіз. Аяғыңызды төмендетіңіз, бастапқы күйге оралыңыз (6 рет).	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут		

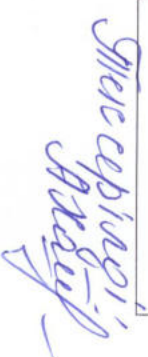
	5. б. қ. - аяғы сол ашпаң, дөп қолында бүгілген қолында. Қысқа кідіріспен (3-4 рет) кезектесіп, оңға және солға шеңбермен екі аяқпен секіру. Тыныс алу жаттығуы «Шар жарылды» Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Сәмкелерді тік мақсатқа лақтыру - диаметрi 50 см, оң және сол қолмен қалқан (әдіс - цықпан) (5-6 рет). 2. Тимнастикалық орындықта жорғалап жүру алпақан мен тіздедегі тірекпен (2-3 рет). 3. Заттардың арасында екі аяқпен секіру, сатылы (текшелер, түйреуіштер) (2-3 рет). 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Торғайлар мен машина» ойыны. Залдың бір жағында «торғайлар» отыратын орындықтар орналастырылған. Екінші жағынан, олар гаражға арналған орынды көрсетеді. «Торғайлар ұядан ұшады» дейді мұғалім, ал «торғайлар» балалар орындықтардан секіреді (бүйкімігі 20 см), әр түрлі бағытта жүгіреді, қолдарын екі жаққа көтеріп - «ұшады». Дыбыстық сигнал естіліп, «машина» пайда болады (қолында рульдік баға). «Торғайлар» тез «ұяларына» ұшып кетеді. «Автомобиль» гаражға қайта оралады. Ойын қайталанады. Бір-бірден бағанда жүру.	
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Балалармен бірге ойнаған және жаттықтыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Әлге ердім!
Аманжол

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денешынықтыру
Ақпан айы. Өмісін тақырып: «Бізді қоршаған әлем»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	4 апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Қозғалыс бағыты өзгерген кезде балаларды серуендеуге жаттықтыру; алға қарай бағыттауды қайталаңыз, заттар арасында секіріңіз	
Күтілетін нәтиже:	ойын кезінде ептілік, икемділікті пайдаланып ойнауды біледі. негізгі қимыл жасаған кезде өздерінің кезектерін біліп отыруды, шеңбер бойымен ұзақ уақыт арасында жүгіріп шығуды біледі	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру: 3-5 минут	-санға тұрғызу -сәлемдесу I бөлім. Бір-бірден бағанда жүру. Мұғалім жемекшіге заңдың ортасынан столға, содан кейін қарама-қарсы бағытта есікке, содан кейін терезеге өту туралы бұйрық береді. Барлық баған көшбасшының артынан жүреді(ен дайындалған бала). Жүру және жүгіру заңда ташыраңқы, баған бойынша бір-бірімен жүруді қалпына келтіру. 2 бөлім. Гимнастикалық таяқшамен жалпы дамыту жаттығулары. 1. б.қ. - аяқтың ені бойынша тіреу, ызығнан кеңірек ұстағышпен төмен қарай жабысу. Ұстаныз, созыңыз, таяқшаны түсіріңіз, бастапқы күйіне оралыңыз (4-5 рет). 2. б.қ. - аяқтың ені бойынша тұрыңыз, кеудеге жабысыңыз. Отырыңыз, таяқты алға шығарыңыз; көтерілу; бастапқы қалыңқа оралу (4-5 рет). 3. б.қ. - аяқ ыық енінде, тіреу кеудеге, иілген қолдарда. Оңға (солға) еңкейту, еңкейту; түзу, бастапқы қалыңқа оралу (5-6 рет). 4. б.қ. - аяқ ыық енінде, тірелген қолдарымен кеудеге тірелу. Алға бүгіңіз, таяқпен аяғыңызды ұстаныз; түзу, бастапқы қалыңқа оралу (4-5 рет). 5.б.қ. - аяқты бірге тұрыңыз, төмен қарай жабысыңыз. Секіріс аяқтарын ашақ	

	Үстiңiз, алға қарай жабысыңыз; аяғыңды бiрге секiр, төмен қарай жабыс. 1-8 шот бойынша орындалды. 2-3 рет қайталаңыз. Тыныс алу: «Сылдырмақты Үрлеу». Қозғалыстардың негiзгi түрлерi. 1. Гимнастикалық орындыққа жоралап жүру алақан мен тiздедегi тiрекпен (2-3 рет). 2. Тене-теңдiк - жаяу жүру, дәрiлiк шырлардың үстiнен шығу, тiзелердi жоғары көтеру, қолды белде (немесе бастың артында). 3 бөлiм. Ашық ауада «Құстардың ұшуы» ойыны. Бағалар - сәйiттiң бiр жазғында «құстар» жиналады. Екiншi жазғында гимнастикалық ағаш орындықтары бар. Сигнал бойынша: «Ұш!» - құстар қанат жайып (қолды екi жаққа) және оларды сермен заңға шаштырады. Сигнал бойынша: «Дарыл!» - «құстар» мүмкiндiгiнше гимнастикалық орындықтарда орын алады. Мүзгiлiм: «Дарыл өттi», «құстар» сабырлы түрде «ағаштардан түсiп», «ұшуды» жалғастыруда. Ойын 3-4 рет қайталаыады. Бiр-бiрден бағанда жүру.	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу iс-дерекемiнiң нәтижесiн талдайды: -Қандай жетiтiзулер жасадық? -Бағалармен бiрге ойнаған және жаттықтыққан қимыл қозғалыстарын еске түсiру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетiн таныту



Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Ақпан айы. Өтпелі тақырып: «Бізді қоршаған дүние»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	1 сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды гимнастикалық орындықта серуендеуде, дене-теңдікте, оң және сол аяқпен секіруге жаттықтыру.	
Күтілетін нәтиже:	Салпа бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру, шашырап, жұптасып жүргізуді түсінеді. Бір орында тұрып, алға қарай 3-4 м қашықтыққа жылжу арқылы секіруді біледі.	
Тілідік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойынған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-салпа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Бір-бірден бағанда жүру. Мұғалім жетекшіге залдың ортасынан столға, содан кейін қарама-қарсы бағытта есікке, содан кейін терезеге өту туралы бұйрық береді. Барлық баған көшбасшының артынан жүреді(ең дайындалған бала). Жүру және жүргізу залда шашыраңқы, баған бойынша бір-бірімен жүруді қалпына келтіру. 2 бөлім. Гимнастикалық таяқшамен жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша тіреу, ызыңнан кеңірек ұстағышпен төмен қарай жабысу. Ұстаныз, созыңыз; таяқшаны түсіріңіз, бастапқы күйіне оралыңыз (4-5 рет). 2. б. қ. - аяқтың ені бойынша тұрыңыз, кеудеге жабысыңыз. Отырыңыз, таяқты алға шығарыңыз; көтерілу; бастапқы қалыпқа оралу (4-5 рет). 3. б. қ. - аяқ ыық енінде, тіреу кеудеге, иілген қолдарда. Оңға (солға) еңкейту, еңкейту; тұзу, бастапқы қалыпқа оралу (5-6 рет). 4. б. қ. - аяқ ыық енінде, тірелген қолдарымен кеудеге тірелу. Алға бүгіңіз, таяқпен аяғыңызды ұстаныз; тұзу, бастапқы қалыпқа оралу (4-5 рет). 5. б. қ. - аяқты бірге тұрыңыз, төмен қарай жабысыңыз. Секіріс аяқтарын алшақ ұстаныз, алға қарай жабысыңыз; аяғыңды бірге секір, төмен қарай жабыс. 1-8 шот	

	бойынша орындалды. 2-3 рет қайталаңыз. Тыныс алу жаттығулары: мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Гимнастикалық орындықта алақан мен аяққа сүйеніп жүру «аяу». Ол екі бағанда үздіксіз түрде жүзеге асырылады. 2-3 рет қайталаңыз. 2. Төпе-мендік - гимнастикалық орындықта бүйірден қосымша адыммен жүру: орындықтың ортасында отырыңыз, қолыңызды алға созыңыз; жоғары көтеріліп, әрі қарай жүріңіз, орындықтың соңында алға және төмен қарай адым жасаңыз (секірмеңіз). 2-3 рет қайталаңыз. 3. Оң және сол аяқпен секіру, қолдың толықының көмегімен (текшеге дейінгі арақашықтық 2 м). 2-3 рет қайталаңыз. 3 бөлім. Ашық ауада «Құстардың ұшуы» ойыны. Балалар - сайттың бір жасында «құстар» жиналады. Екінші жасында гимнастикалық ағаш орындықтары бар. Сигнал бойынша: «Ұш!» - құстар қанат жайып (қолды екі жаққа) және оларды сермен залға шашырады. Сигнал бойынша: «Дауыл!» - «құстар» мүмкіндігінше гимнастикалық орындықтарда орын алады. Мұғалім: «Дауыл өтті!», «құстар» сабырлы түрде «ағаштардан түсіп», «ұшуды» жалғастыруда. Ойын 3-4 рет қайталады. Бір-бірден бағанда жүру.	
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды; -Қандай жаттығулар жасадық? -Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Мен серігіңіз!
Аманжол

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Наурыз айы. Өтпелі тақырып: «Салттар мен фольклорлар»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	1 апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды қозғалыс және жүгіру бағыты өзгеріп, шеңбер бойымен жүру және жүгіру жаттығуларын жасаңыз; мене-теңдік және секіру жаттығуларын қайталау.	
Күтілетін нәтиже:	- салтбекте бір-бірінен жүру дағдысын; - екі сызықтың арасымен жүру дағдысын игереді - қажетті бастапқы қалыпты қабылдауды; - жұппен тұруды (қолдарынан ұстап); - салтбекте өзінің орнын таба білуді және сақтауды;	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сатқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Бағанда бір-бірінен жүру, шеңбер бойымен жүруге көшу. Мұғалімнің белгісі бойынша қозғалыста бұрылып, жүруді жалғастыру; жүгіруге көшу. Кезектесіп жүру және жүгіру. Мұғалімнің белгісімен тоқтап кездейсоқ тәртіптен жүру және жүгіру.	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	2 бөлім. Жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, қол төмен. Қолыңызды бүйірге, бастың артына, бүйірге көтеріңіз, бастапқы күйге оралыңыз (4-5 рет). 2. б. қ. - аяқ иық енінде, қол белде. Қолдар бүйірлерге, алға еңкейіңіз, сауықтарыңызбен еденге тигізіңіз; түзу, қолды екі жаққа созыңыз, бастапқы қалыпқа оралыңыз (5 рет). 3. б. қ. - тізерлеп отыру, қолды белбеуде ұстау. Оңға (солға) бұрылып, оңға (солға) қолды бүйірге қарай алыңыз, сол (оң) аяқтың өкшесін түртіңіз; бастапқы қалыпқа оралу (әр бағытта 3 рет).	
ҰОҚ-нің ортасы		
III. Тақырып бойынша жұмыс минут		

	4. б. қ. - отыру; аяқтар түзу; қолдар артта. Оң (сол) аяғыңызды жоғары көтеріңіз; аяқты төмендетіңіз, бастапқы күйге оралыңыз (5-6 рет). 5. б. қ. - ішімен жату, қолды түзу ұстау. Иігу, қолды алға, шігу, аяқты сәл көтеру; бастапқы қалыпқа оралу (4-5 рет). 6. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тірегі, қолдар ерікті. Орында тұрған екі аяқпен секіру, 1-8 санау, кідірту; тағы 2 рет қайталаңыз. Тыныс алу жаттығуы «Күн жарқырайды» Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. 4-5 зат арасында саусақпен жүру(текшелер) бір-бірінен 0,5 м қашықтықта орналасқан. 2 рет қайталаңыз. 2. Сымнан оңға және солға секірудегі жылжу (арақашықтық 3 м). 2-3 рет қайталаңыз. 3 бөлім. Ашық ауада «Құстардың ұшуы» ойыны. Төмен қозғалыштық ойыны «Тыныш және үнсіз».	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Бағалаймын бірге ойнаған және жаттыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Тексерілді:
Жааф

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денешынықтыру
Наурыз айы. Өтпегі тақырып: «Салттар мен фольклорлар»

ҰОҚ тақырыбы:		
Күні:	<i>1 сағат</i>	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды қозғалыс және жүгіру бағыты өзгеріп, шеңбер бойымен жүру және жүгіру жаттығуларын жасаңыз; мене-теңдік және секіру жаттығуларын қайталау.	
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді: -((Нұсқаушымен бірге спорттық құрал-жабдықтар жинайды)	
Тіптік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді: -Балалармен бірге ойлаған және жаттығқан құмыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	ҰОҚ өткізілу барысы	
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-салтқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Бағанда бір-бірден жүру, шеңбер бойымен жүруге көшу. Мұғалімнің белгісі бойынша қозғалыста бұрылып, жүруді жалғастыру; жүгіруге көшу. Кезектесіп жүру және жүгіру. Мұғалімнің белгісімен тоқтап кездейсоқ тәртіптен жүру және жүгіру.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, қол төмен. Қолыңызды бүйірге, бастың артына, бүйірге көтеріңіз, бастапқы күйге оралыңыз (4-5 рет). 2. б. қ. - аяқ иық енінде, қол белде. Қолдар бүйірлерге, алға еңкейіңіз, сауастарыңызбен еденге тигізіңіз; түзу, қолды екі жаққа созыңыз, бастапқы қалыңқа оралыңыз (5 рет). 3. б. қ. - тізерлеп отыру, қолды белбеуде ұстау. Оңға (солға) бұрылып, оңға (солға) қолды бүйірге қарай алыңыз, сол (оң) аяқтың өкшесін түртіңіз; бастапқы қалыңқа оралу (әр бағытта 3 рет). 4. б. қ. - отыру, аяқтар түзу, қолдар артта. Оң (сол) аяғыңызды жоғары көтеріңіз; аяқты төмендетіңіз, бастапқы күйге оралыңыз (5-6 рет). 5. б. қ. - ішімен жату, қолды түзу ұстау. Иілу, қолды алға, иілу, аяқты сәл көтеру;	
		Ресурстар

	бастапқы қатылқа орату (4-5 рет). 6. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тірегі, қолдар ерікті. Орында тұрған екі аяқпен секіру. 1-8 санау, кідірту; тағы 2 рет қайталануыз. Тіл ұстарту жаттығуы «Жанырақтар ұшады» Козгалыстардың негізгі түрлері. 1 баланс - көлбеу тақтада жүру және жүгіру (3-4 рет). 2. Қысқа арқаннан екі аяқпен секіру... 3 бөлім. Ашық ауада «Күстардың ұшуы» ойыны. Төмен козгалыштық ойыны «Тыныш және үнсіз».	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия мишул	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттығқан құнды қозгалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Тексерілді:
Аманжол

	Қысқа кідіріспен (3-4 рет) кезек-кезек құрсаумен екі бағытта екі аяқпен секіру. Тыныс алу жаттығулары «Шар жарылды» Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. тұрын ұзындыққа секіру (1 0-12 рет). 2. Дөңгілдену шұңғарға лақтыру (8-10 рет). 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Үйсіз қоян» ойыны. Ойыншылар арасынан «аңшы» таңдалады, қалған балалар «қояндар», ОЛАР «шұңқырларда» (шеңберлерде). «Қобалар» саны «қояндар» санынан бір кем. «Аңшы» үйсіз қалған «қоянды» аулауға тырысады. Ол қашып кетеді. Ол кез-келген «шұңқырдан» құтыла алады - шеңберге жүгіреді. Енді тағы бір қоян «күзенсіз» қалады, ал «аңшы» оны ұстап алады. Егер «аңшы» «қоянды» ұстаса (ұстаса), онда олар рөлдерін өзгертеді. Егер «аңшы» ұзақ уақыт бойы ешкімді ұстай алмаса, онда бұл рөлге басқа бала таңдалады. Бір-бірден бағанда жүру.	
IV. ҰОК-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Балалармен бірге ойнаған және жаттықтыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету шетін таныту

Үлгісегілері
Аманжол

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Наурыз айы. Өтпелі тақырып: «Салттар мен фольклорлар»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	1 сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Мұғалімнің бұйрығы бойынша балаларды серуендеуге, таныстарларды орындауға жетілдірту; орнынан ұзындыққа секіруде, тордың үстінен доп лақтыруда; жаяу және жүгіруді қайталаңыз.	
Күтілетін нәтиже:	- Балалар нұсқаушының түсіндірін көрсетуі бойынша негізгі жаттығу түрлерін жасайды. Балалар секіру жаттығуларын ойын арқылы орындайды. Балалар белгіні естіп бір қатарға түзеледі.	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-санқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Бір-бірден бағанда жүру. Мұғалімнің белгісі бойынша: «Жылқылар!» - балалар тізені жоғары көтеріп, белді қолмен ұстап жүруді орындайды (орташа қарқынмен), қалыпты жүріске ауысады. Сигнал бойынша: «Тышқандар!» - сәусәкпен жүру, қолдың бастың арттында. Жүру және жүгіру. 2 бөлім. Күрсаудымен жалты дамыту жаттығулары... 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша тіреу, қолды екі жазғынан ұстап күрсау төмен. Күрсауды алға, жоғары көтеріңіз, алға түсіріңіз, бастапқы орнына оралыңыз (5 рет). 2. б. қ. - обрұчта тұру, денені бойлай қолдар. Отырыңыз, күрсауды алдыңыз және оны белгіңізге дейін көтеріңіз, отырыңыз, күрсауды еденге қойыңыз, бастапқы орнына оралыңыз (5-6 рет). 3. б. қ. - аяқтың ыңк етінде, оң қолда күрсау, қолды екі жасқа, арқадағы күрсауды шешіп, сол қолға ауыстырыңыз; қолды екі жасқа, күрсауды төмен түсіріңіз (5-6 рет). 4. б. қ. - ОТЫРУ, аяғы бөлек, кеудеге бүгілген қолмен обрұч. Сақинаны көтеріңіз, алға еңкейтіңіз, күрсаудың жиегімен еденге тигізіңіз; түзу, күрсау, бастапқы қалыпқа	

оралу (4-5 рет).
5. б. қ. - аяқтың құрсаудың алдындағы аяқтың ені, қолды дене бойымен ерікті түрде. Қысқа кідіріспен (3-4 рет) кезек-кезек құрсауды екі бағытта екі аяқпен секіру.

Тыныс алу жаттығуы «Бопқа пісімі»

Қозғалыстардың негізгі түрлері.

1. тұрып ұзындыққа секіру (10-12 рет).

2. Дөңгіртудің шұңғуға лақтыру екі қолмен бастың арт жағынан (шұңғудан 2 м қашықтықта) және еденде серілгеннен кейін дөңгіртуді ұстап алу (5-6 рет).

3. Дөңгіртуді бір-біріне домалату (бастапқы қалып - отыру, аяқтар ашақ). Қашықтық 2 м (8-10 рет).

3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Үйсіз қоян» ойыны. Ойыншылар арасынан «аңшы» таңдалады, қалған балалар «қояндар», ОЛАР «шұңқырларда» (шеңберлерде). «Кіріліс» саны «қояндар» санынан бір кем. «Аңшы» үйсіз қалған «қоянды» аулауға тырысады. Ол қашып кетеді. Ол кез-келген «шұңқырдан» құтыла алады - шеңберге жүгіреді. Енді тағы бір қоян «күзегіз» қалады, ал «аңшы» оны ұстап алады. Егер «аңшы» «қоянды» ұстама (ұстама), онда олар рөлдерін өзгертеді. Егер «аңшы» ұзақ уақыт бойы ешкімді ұстай алмаса, онда бұл рөлге басқа бала таңдалады. Бір-бірден бағанда жүру.

IV. ХОҚ-нің қорытындысы.
Рефлексия
..... минут

-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды:
-Қандай жаттығулар жасады?
-Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан құнды қозғалыстарын еске түсіру.

Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Тәсілдерді
Ана

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Наурыз айы. Өтпелі тақырып: «Салттар мен фольклорла»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	
ТОП:	3 атпа	
ҰОҚ мақсаты	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
Күтілетін нәтиже:	Балаларды шеңбер бойымен жүру және жүгіру жаттығулары; танысырмамен жүру және жүгіру; домпы заттар арасында қайта айналыдыру; асқазанда орындыққа жорғалатумен жаттығу.	
Тілдік мақсат:	- Балалар нұсқаушының түсіндірп көрсетуі бойынша негізгі жаттығу түрлерін жасайды. Балалар секіру жаттығуларын ойын арқылы орындайды. Балалар белгіні естіп бір қатарға түзеледі.	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді: -Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
І. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-салқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Бағанда бір-бірден жүру; танысырмаларды орындай отырып шеңбер бойымен жүру және жүгіру; сауақпен жүру, жартылай шалқайып жүру, қолды тізеге қою; қалыпты серуендеуге көшу.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Домпын жасыны дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, домпымен. Домпы жоғары, сауақтармен көтеріліп, домқа қарап, оны түсіріңіз. бастапқы орнына оралыңыз (6 рет). 2. б. қ. - аяқ шықтың енінде, тірелген қолда домпымен. Алға қарай шіліңіз, еденге домпын тисізіңіз, түзіңіз, бастапқы күйге оралыңыз (6 рет). 3. б. қ. - аяқтар сал алшақ, домпы екі қолыңызда алдарыңызда. Отырыңыз, домпы тастаңыз, ұстаңыз; түзу, бастапқы қалыпқа оралу (4-5 рет). 4. б. қ. - шалқасынан жатып, домпы екі қолмен бастың артында. Оң (сол жақ) түзу аяқты көтеріңіз, домпын тізеңізге тисізіңіз, аяқты түсіріңіз. Бастапқы қалыпқа оралу (6 рет). 5. б. қ. - аяғы сал алшақ, қолдар ерікті, домпы еденде. Қысқа үзіліспен кезектесіп домпын айналасында екі аяқпен секіру.	

	Қолдарында доптар бар бағалар екі бағанға қайта орналасады. Тыныс алу жаттығулары: «Әнечи» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1 допты заттар арасында домалау (2-3 рет). 2. Асқазандағы гимнастикалық орындықта жорғалап жүру, екі қолмен жорғары көтеру, қолды екі жағынан ұстау (2 рет). 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Ұшақтар» ойыны. Төмен қозғалмалы ойын. -Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия Минут		Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Тексерілді:
Аманжол

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Наурыз айы Өтпелі тақырып: «Салттар мен фольклорлар»

ҰОҚ тақырыбы:»			
Күні:	1 сағат		
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:	
ҰОҚ мақсаты	Балаларды шеңбер бойымен жүру және жүгіру жаттығулары; тапсырмамен жүру және жүгіру; домпы заттар арасында қайта айналыдыру; асқазанда орындықта жорғалаудымен жаттығу. Балаларды теңе-теңдікке баулу		
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесі бойынша сұрақтарға жауап береді: -Өздеріне ұнаған жаттығуларын айтады		
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:		
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап		
ҰОҚ өткізілу барысы			
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет		Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-санқа тұрғызу -сәлемдесу		
Ұйымдастыру. 3-5 минут	1 бөлім. Бағанда бір-бірімен жүру; тапсырмаларды орындай отырып шеңбер бойымен жүру және жүгіру; сауақпен жүру, жармалай шалқайып жүру; қолды тізеге қою; қалыпты серуендеуге көшу.		
ҰОҚ-нің ортасы	2 бөлім. Домпымен жаттығу жаттығулары.		
III. Тақырып бойынша жұмыс минут	1. б.қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, домпымен. Дом жоғары, сауақтармен көтеріліп, домқа қарап, оны түсіріңіз, бастапқы орнына оралыңыз (6 рет). 2. б.қ. - аяқ шықтың енінде, тірелген қолда дом келеде. Алға қарай иіліңіз, еденге домпын тигізіңіз, түзіңіз, бастапқы күйге оралыңыз (6 рет). 3. б.қ. - аяқтар сәл ашақ, дом екі қолыңызда алдарыңызда. Отырыңыз, домпы тастаңыз, ұстаңыз; түзу, бастапқы қалыпқа оралу (4-5 рет). 4. б.қ. - шалқасынан жатып, дом екі қолмен бастың артында. Оң (сол жақ) түзу аяқты көтеріңіз, домпын тізеңізге тигізіңіз, аяқты түсіріңіз. Бастапқы қалыпқа оралу (6 рет). 5. б.қ. - аяғы сәл ашақ, қолдар ерікті, дом еденде. Қысқа үзіліспен кезектесіп домпын айналасында екі аяқпен секіру. Қолдарында домпы бар балалар екі бағанға қайта орналасады.		

	Тыныс алу жаттығулары «Шар жарылды» Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Дөңгелек арасында домалату. 2. Тимнастикалық орындыққа алақан мен тізедегі тірекпен артында сөмкемен жүру, «Тырыс - құлап қалма». 3. Тене-теңдік - басында сөмкемен орындыққа жүру 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Ұшақтар» ойыны. Төмен қозғалмалы ойын.	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттығқан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету нәтижесін талдау

Тексерілді:
Ақыл

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Наурыз айы. Өтпелі тақырып: «Салттар мен фольклорлар»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	
ТОП:	4 апта	
ҰОҚ мақсаты	Ересек топҚатысқан балалар саны:	
Күтілетін нәтиже:	Балаларды жаяу және жүгіруге ташыраңқы етіп, мұғалімнің белгісі бойынша тоқтаңыз; «аялғы» орындықта қайталап жоралап шығу; мене-теңдік және секіру жаттығулары.	
Тілідік мақсат:	Салта жүріп келе жатып екі қатарға бөлініп тұрады. Теңеседі нұсқаушының түсіндіріп көрсетуі бойынша негізгі жаттығу түрлерін жасайды.	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	Сұрақтарға толық жауап бере біледі	
Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап		
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	
Ресурстар		
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-санға тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Бағанда бір-бірден жүру; барлық бағытта жүру және жүгіру, мұғалімнің белгісімен тоқтау.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Жалаушалармен жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың енінде, тіреулер төменде. Байрақтарды бүйірлеріне, жоғары, бүйірлеріне көтеріңіз; бастапқы қалықта оралу (5-6 рет). 2. б. қ. - аяқ шық енінде, тулар төмен. Қолдар жазғына; алға қарай еңкейту, жалаушаларды бір жазғынан екінші жазғына көтеру; түзету, бастапқы қалықта оралу (5 рет). 3. б. қ. - тізерлеп, жалаушалар кеудеге. Оңға (солға) бұрылып, жалаушаны жазғына қарай жылжытыңыз; бастапқы қалықта оралу (6 рет). 4. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, жалаушалар төмен. Саусақтағы жалаушалар, оңға (солға) аяқтан бүйірге; бастапқы қалықта оралу (5-6 рет). 5. б. қ. - аяқтар сәл ашақ, жалаулар еденде. Жалаулардың алдында екі аяқпен секіру (2 рет).	

	Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алашақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «Үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады Қозғалыстың негізгі түрлері. 1. Гимнастикалық орындыққа алақанға тіреліп еңбектеу және аяқтар " Аюлы) (2 рет). 2. Тене-теңдік-еденге қойылған тақтамен жүру. 3. бір сызыққа салынған 5-6 сызықтан секіру.	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	3 бөлім. Ашық ойын " аңшы және қоян ". "Қоянды табыңыз" төмен ұтқырлық ойыны. -Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Бағалаймын бірге ойнаған және жаттыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Тексерілді:
Аманжол

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Өтпелі тақырып: «Балабақша» Аппаттық тақырып: «Менің балабақшам»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	I сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды жаяу және жүгіруге шашыраңқы етіп, мұғалімнің белгісі бойынша тоқтаңыз; «аюлы» орындықта қайтадан жорғалатп шығу; мене-теңдік және секіру жаттығулары.	
Күтілетін нәтиже:	Салта жүріп келе жатып екі қатарға бөлініп тұрады. Теңеседі нұсқаушының түсіндіріп көрсетуі бойынша негізгі жаттығу түрлерін жасайды.	
Тілідік мақсат:	Сұрақтарға толық жауап бере біледі	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттығуқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-салта тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Бағанда бір-бірден жүру; барлық бағытта жүру және жүгіру, мұғалімнің белгісімен тоқтау.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Жалаушалармен жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың енінде, тіреулер төменде. Байрақтарды бүйірлеріне, жоғары, бүйірлеріне көтеріңіз; бастапқы қалыпқа оралу (5-6 рет). 2. б. қ. - аяқ ық енінде, тулар төмен. Қолдар жағғына; алға қарай еңкейту, жалаушаларды бір жағынан екінші жағына көтеру; түзету, бастапқы қалыпқа оралу (5 рет). 3. б. қ. - тізерлен, жалаушалар кеудеге. Оңға (солға) бұрылып, жалаушаны жағғына қарай жылжытыңыз; бастапқы қалыпқа оралу (6 рет). 4. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, жалаушалар төмен. Саусақтағы жалаушалар, оңға (солға) аяқтан бүйірге; бастапқы қалыпқа оралу (5-6 рет). 5. б. қ. - аяқтар сәл алшақ, жалаулар еденде. Жалаулардың алдында екі аяқпен секіру (2 рет).	

Тыныс алу жаттығулары
«Қауырсын ұшырамыз»

Қозғалыстардың негізгі түрлері.

- 1. Гимнастикалық қабдырғаға ормелеужәне үшінші рельстегі қозғалыс. Содан кейін төмен түсу (2 рет).**
- 2 еденде тақтаймен жүру, сәусектерде, белде қолдар (2 рет).**
- 3. Сым арқылы екі аяқпен секіру (2 рет).**

3 бөлім. Ашық ойын "аңшы және қоян".

"Қоянды табыңыз" төмен ұтқырлық ойыны.

-Ұйымдастырылған оқу іс-арекетінің нәтижесін талдайды:

-Қандай жаттығулар жасады?

-Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.

IV. ҰОҚ-нің қорытындысы.
Рефлексия
 минут

Нұсқаушыға көмек көрсету нәтижін таныту

Түпсеріңгі! Аман!

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Сәуір айы Өтпелі тақырып: «Біз еңбекқор баламыз»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	1 апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларға жаттығулар жасау бағаммен бір-бірден жүру және жүгіру, кездейсоқ бағыттарда жүру және жүгіру; тапсырмаларды қайталау меңдестірілген және секіру.	
Күтілетін нәтиже:	-Жалпы дамытушы жаттығуларды орындау(қажетті бастапқы қалыпты қабылдайды, нұсқаушының көрсетуімен жаттығуларды жасайды -Бүгінгі жаттығу түрлерін біледі. - Балалар нұсқаушының түсіндіруі бойынша негізгі жаттығу түрлерін жасайды.	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-санға тұрғызу -сәлемдесу	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	1 бөлім. Бір-бірден бағанда жүру. Мұғалім залдың бір жазығына баланың бір адымында 8-10 шпанагаларды қояды. Бір-бірден колоннада жүру, мұғалімнің белгісі бойынша, балалар оң және сол аяқтарымен кезек-кезек шпанагалардан өтіп жүруге ауысады. Бағандағы соңғы бала шпанагалардың үстінен өткеннен кейін, шашыраңқы бағытта жүгіру пармені беріледі. Жүру және жүгіру жаттығулары кезектесіп өтеді	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тірегі, қол белде. Қолдар бүйірлерге, жоғары, қолдарыңызды бастарыңызға шпанагаларға, қолдарыңызды бүйірлеріңізге қойыңыз, бастапқы күйге оралыңыз (5-6 рет). 2. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тірегі, қолдар дене бойымен. Қолдар бүйірге, отырыңыз және алдарыңызда қолдарыңызды ұрыңыз; көтерілу, қолды екі жаққа, бастапқы қалыпқа оралу (5 рет). 3.б. қ. - аяқ шық енінде, қол белде. қолды екі жаққа, алға еңкейтіңіз, алдыңызда	

	қолыңызды шатапартаныз; түзу, қолдар, жақтарға, бастапқы күйге оралыңыз (5 рет). 4. б.қ. - тізе бүгін, қолдар бастың артында. Оңға (солға) бұрылыңыз, оңға (солға) қолды жазғыңызға алыңыз; түзету, бастапқы күйге оралу (6 рет). 5. б.қ. - аяқ сәл ашсаң, қолдар дененің бойымен. Секіру сериалдары арасында кішкене кідіріспен кезектесіп, екі бағытта шеңбермен екі аяқпен секіру. Тыныс алу жаттығуы « Күн жасаймыз » Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Тене-теңдік - басында қатшықпен жерде жатқан тақтамен жүру, қолды екі жаққа (2-3 рет). 2. Кедергілерден екі аяқпен секіру(өзектердің биіктігі 6 см), бір-бірінен 40 см қашықтықта, 5-6 бар. 2-3 рет қайталаңыз. 3 бөлім. Сыртта «Тыныш жүгір» ойыны. Төмен қозғалыштың ойыны «Кім қонғырау шапды» -Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут		Нұсқаушыға көмек көрсету шетін танымту

Ақсаулы,
Аманжол

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Сәуір айы. Өтпелі тақырып: «Біз еңбекқор баламыз»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	1 сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларға жаттығулар жасау бағаммен бір-бірден жүру және жүгіру, кездейсоқ бағыттарда жүру және жүгіру; танырмаларды қайталау меңдестірілген және секіру.	
Күтілетін нәтиже:	-Жалпы дамытушы жаттығуларды орындау(қажетті бастапқы қалыпты қабылдайды, нұсқаушының көрсетуімен жаттығуларды жасайды -Бүгінгі жаттығу түрлерін біледі. - Балалар нұсқаушының түсіндіруі бойынша негізгі жаттығу түрлерін жасайды.	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-санқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Бір-бірден бағанда жүру. Мұғалім залдың бір жағына баланың бір адымында 8-10 шпангаларды қояды. Бір-бірден колоннада жүру, мұғалімнің белгісі бойынша, балалар оң және сол аяқтарымен кезек-кезек шпангалардан өтіп жүруге ауысады. Бағандағы соңғы бала шпангалардың үстінен өткеннен кейін, шашыраңқы бағытта жүгіру пармені беріледі. Жүру және жүгіру жаттығуларды кезектесіп өтеді 2 бөлім. Жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тірегі, қол белде. Қолдар бүйірлерге, жоғары, қолдарыңызды бастарыңызға шанапалтаңыз, қолдарыңызды бүйірлеріңізге қойыңыз, бастапқы күйге оралыңыз (5-6 рет). 2. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тірегі, қолдар дене бойымен. Қолдар бүйірлерге, отырыңыз және алдарыңызда қолдарыңызды ұрыңыз; көтерілу, қолды екі жаққа, бастапқы қалыпқа оралу (5 рет). 3.б. қ. - аяқ шық енінде, қол белде. қолды екі жаққа, алға еңкейтіңіз, алдыңызда	

қолыңызды шапалақтаңыз: түзу, қолдар, жақтарға, бастапқы күйге оралыңыз (5 рет). 4. б. қ. - тізе бүгін, қолдар бастың артында. Оңға (солға) бұрылыңыз, оңға (солға) қолды жағалыңызға алыңыз; түзету, бастапқы күйге оралу (6 рет). 5. б. қ. - аяқ сәл ашақ, қолдар дененің бойымен. Секіру сериалары арасында кішкене кідіріспен кезектесіп, екі бағытта шеңбермен екі аяқпен секіру. Тыныс алу жаттығулары: Тік тұрып, аяқты бір - бірінен ашақ ұстайды, оң қолды жоғары көтеріп, сол қолды төмен түсіреді, қолды кезекпен - кезек алмастырады, еркін дем алады. Бастапқы қалыпқа келу.	
Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1 баланс-басына дорбасы бар гимнастикалық орындықта бүйірмен жүру (2-3 рет); қалқоршыны сақтандыру қажет. 2. Екі аяқпен секірубір-бірінен 0,5 м қашықтықта еденде жатқан 5-6 шнурлар арқылы; 2-3 рет қайталаңыз. 3. Дорбаларды көлденең нысанға лақтыру оң және сол қол (мақсатқа дейінгі қашықтық 2,5 м).	3 бөлім. Сыртта «Тыныш жүзгір» ойыны. Төмен қозғалыстың ойыны «Кім қоңырду шайды -Ұйымдастырылған оқу іс-арекетінің нәтижесін талдайды. -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Theresebiner;
A. Hand -

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Сәуір айы Өтпелі тақырып: «Біз еңбекқор баламыз»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сәзат	2 апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды шеңбер бойымен жүру және жүгіру, қол ұстасып, жүру және жүгіру жаттығуларын жасаңыз; сөмкелерді көлденең нысанға лақтыру; орнынан ұзындыққа секіру кезінде дұрыс бастапқы позицияны қабылдау қабілетін бекіту	
Күтілетін нәтиже:	-Жалпы дамытушы жаттығуларды орындау(қажетті бастапқы қалыпты қабылдайды, нұсқаушының көрсетуімен жаттығуларды жасайды -Бүгінгі жаттығу түрлерін біледі. - Балалар нұсқаушының түсіндіруі бойынша негізгі жаттығу түрлерін жасайды.	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді: -Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру: Сұрақ-жауап	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	ҰОҚ өткізілу барысы	
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-арекет	
І. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сатқа тұрғызу -сәлемдесу	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	1 бөлім. Бағандарда жүру кезекпен, залды айналып өтіп, тәрбиешінің белгісі бойынша, жүргізуші колоннада соңғы болып тұрған балаға қарай жүреді де, көтеріліп, шеңберді жауып, қолдарын алады. Қол ұстасып шеңберлермен жүру. Тоқтаңыз, басқа бағытқа бұрылыңыз және жүре беріңіз. Жүру және жүгіру.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Шифрлермен жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тірегі, оң қолында түйреуіш. қолыңызды көтеріңіз, түйреуішті сол қолыңызға ауыстырыңыз; қолыңызды төмен түсіріңіз (5-6 рет). 2. б. қ. - аяқтың иық ені бойынша тұруы, оң қолымен көрсетіңіз. Алға қарай иіліңіз, иттың еденге қойыңыз (саусақтардың арасына), түзетіңіз; алға сүйеніп, түйреуішті сол қолыңызға алыңыз, түзеңіз (6 рет). 3. б. қ. - тізе бүгін, оң қолына түйреу. Оңға (солға) бұрылыңыз, сол аяқтың өкшелеріне	
	Ресурстар	

	тигізіңіз, түзетіңіз, бастапқы күйге оралтыңыз. Штырды сол қолыңызға қарай жылжытыңыз. Сол жаққа бірдей (ар бағытта 3 рет). 4. б.қ - аяқтың енінде, тіреу оң қолында. Отырыңыз, түіреуішті алға шығарыңыз және оны екі қолыңызбен ұстаңыз. Көтеріңіз, бастапқы күйге оралтыңыз (4-6 рет). 5. б.қ - аяқтар сәл ашаң, дене бойымен қолдар ерікті. Сіздің аяғыңыздың алдындағы еденде. Екі аяғымен түіреуіштің айналасында екі бағытта секіру. 2-3 рет қайталаңыз. Коззальстардың негізгі түрлері. 1. Орыннан ұзындыққа секіру (5-6 рет). 2. Сәмкелерді көлденең нысанға лақтыру (3-4 рет). Мұзғалім бірнеше себет салады немесе үлкен диаметрлі құрсау қояды, ар баланы 2-3 сәмкені алға, белгіленген жерге және шықтан бір жолмен «Ыдысқа!» Деген белгі бойынша баруға шақырады. - сәмкелерді нысанға лақтыру. Содан кейін балалар барын сәмкелерді алады. Жаттығу қайталады. 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Үкі» ойыны... Жүргізуші таңдады - «Үкі», қалған балалар көбелектерді, құстарды және т.б. бейнелейді. Педагог сигнал бойынша: «Күн!» - балалар зады айнала жүгіреді, «Түн!» деген бұйрыққа. - мұздатыл, олардың тобы тапқан жерде тоқтаңыз. «Үкі» ұясынан шығып, көшіп баратындарды өзіне алады. Ойын қайталады. Басқа жүргізушіні таңдағанда, ең бастысы, ол жеңілген адам емес. Бағанда бірінен соң бірі, сауақтарымен жүру, қалыпты қадамға көшу.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Балалармен бірге ойнаған және жаттығуға қатысқан қимыл қоззальстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Түзетілді!

Ақыл

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Сәуір айы. Өтпелі тақырып: «Біз еңбекқор баламыз»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	1 сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды шеңбер бойымен жүру және жүгіру, қол ұстасып, жүру және жүгіру жаттығуларын жасаңыз; сөмкелерді көлденең нысанға лақтыру; орнынан ұзындыққа секіру кезінде дұрыс бастапқы позицияны қабылдау қабілетін бекіту	
Күтілетін нәтиже:	Тансырма мазмұнын толық есте сақтады. Жаңа білімді түсінеді Дене жаттықтыруға арналған тансырмадарды орындай алады	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқыларға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру: 3-5 минут	-сатқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Бағандарда жүру кезектен, заңды айналып өтіп, тәрбиешінің белгісі бойынша, жүргізуші колоннада соңғы болып тұрған балаға қарай жүреді де, көтеріліп, шеңберді жауып, қолдарын алады. Қол ұстасып шеңберлермен жүру. Тоқтаңыз, басқа бағытқа бұрылыңыз және жүре беріңіз. Жүру және жүгіру. 2 бөлім. Шифрлермен жасалып дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тірегі, оң қолында түйреуіш, қолыңызды көтеріңіз, түйреуішті сол қолыңызға ауыстырыңыз; қолыңызды төмен түсіріңіз (5-6 рет). 2. б. қ. - аяқтың ық ені бойынша тұруы, оң қолымен көрсетіңіз. Алға қарай иіліңіз, иттырды еденге қойыңыз (саусақтарының арасына), түзетіңіз; алға сүйеніп, түйреуішті сол қолыңызға алыңыз, түзеңіз (6 рет). 3. б. қ. - тізе бүгіп, оң қолына түйреу. Оңға (солға) бұрылыңыз, сол аяқтың өкшесіне тізгізіңіз, түзетіңіз, бастапқы күйге оралыңыз. Штырды сол қолыңызға қарай	

	жылжытыңыз. Сол жаққа бірдей (әр бағытта 3 рет). 4. б. қ - аяқтың енінде, тіреу оң қолында. Отырыңыз, түйреуішті алға шығарыңыз және оны екі қолыңызбен ұстаңыз. Көтеріңіз, бастапқы күйге оратыңыз (4-6 рет). 5. б. қ. - аяқтар сал ашаң, дене бойымен қолдар ерікті. Сіздің аяғыңыздың алдындағы еденде. Екі аяғымен түйреуіштің айналасында екі бағытта секіру. 2-3 рет қайталаңыз. Тыныс алу жаттығулары: «Ботқа піст» мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. «пы-ых, пы-ых» деп айту. Бастапқы қалыпқа келу. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. тұрып ұзындыққа секіру («Келесіде кім секіреді»). 2. Доптарды тік мақсатқа лақтыру ызыртан 1,5 м қашықтықтан. 3. Допты бір қолмен тебу қатарынан бірнеше рет және оны екі қолмен ұстап алу (бүкіл зал бойынша кездейсоқ тәртіпте сату). 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Үкі» ойыны... Жүргізуші таңдалады - «үкі», қалған балалар көбелектерді, құстарды және т.б. бейнелейді. Педагог сигнал бойынша: «Күн!» - балалар заңды айнала жүгіреді, «Түн!» деген бұйрыққа. - мұздаттып, олардың тобы тапқан жерде тоқтаңыз. «Үкі» ұясынан шығып, көшіп баратындарды өзіне алады. Ойын қайталанады. Басқа жүргізушіні таңдағанда, ең бастысы, ол жеңілген адам емес. Бағанда бірінен соң бірі, сұрақтарымен жүру, қалыпты қадамға көшу.	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдаспырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Әлсіздеріміз!
Аяулы!

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Сәуір айы. Өтпелі тақырып: «Біз еңбекқор баламыз»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	3 апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Мұғалімнің белгісі бойынша тапсырмалармен жүру кезінде жаттығу; қашықтыққа лақтырған кезде ептілік пен көзді дамытыңыз, төрт аяғыңызбен қайталаңыз.	
Күтілетін нәтиже:	Тапсырма мазмұнын толық есте сақтады. Жаңа білімді түсінеді Дене жаттықтыруға арналған тапсырмаларды орындай алады	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сатқа тұрғызу -сәлемдесу	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	1 бөлім. Бір-бірден бағанда жүру. Мұғалімнің белгісі бойынша: «Бақалар!» - балалар қисайып, қолдарын тізелеріне қойып, орындарынан тұрып, жүре береді. Сигнал бойынша: «Көбелектер!» - қолдарын сермен жүргізуге бару - «қанаттар». Жүру және жүргізу жаттығулары кезектесіп өтеді.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Доппен жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың иық енінде тұруы, доп екі қолда төмен. Доп жоғары, оңға (солға) қисайыңыз, түзетіңіз, бастапқы қалыпқа оралыңыз (4-6 рет). 2. б. қ. - аяқтар сәл ашақ, иілген қолдарда доп кеудеде. Отырыңыз, допты тастаңыз және оны екі қолыңызбен ұстаңыз; допты алу, бастапқы қалыпқа оралу (5 рет). 3. б. қ. - отыру, аяқтар тұзу, доп табанға жатады, қолдар артта тұрады. Аяғыңызды жоғары көтеріңіз, допты домалату кезінде оны ұстаңыз, бастапқы орнына оралыңыз (4-5 рет). 4. б. қ. - шалқанызда жатып, аяқтарыңыз тұзу; бастың артындағы доп. Оң (сол) аяқты көтеріңіз, доппен аяқтың сауағын тигізіңіз; аяқты төмендетіңіз, бастапқы	

	қалықта орадыңыз (5 рет). 5. б.қ. - өкшелерде отыру, дотты бүгілген қолдарда. Дотты денеңізге айнадырып, қолыңызбен екі бағытта сәуасқпен айнадырыңыз (әр бағытта 2-3 рет). 6. б.қ. - аяқтар сәл ашақ, шілген қолдарда дот. Екі аяқпен шеңбер бойымен, екі бағытта секіру. Тыныс алу жаситыгулары: «Отылыш» - балалар ағаш шарып жатқан тәрізді болады. (ту-у-х, ту-у-х) Бастапқы қалыңқа келу. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Сәмкелерді қанықтыққа лақтыру (6-8 рет). 2. Тимнастичкалық орындықта жорғалап жүру алқақ мен тіздедегі тірекпен (2-3 рет). 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Үкі» ойыны. Бір-бірден бағанда жүру.	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Әлсіздігі
Алғашқы

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Сәуір айы Өтпелі тақырып: «Біз еңбекқор баламыз»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	I сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Мұғалімнің белгісі бойынша таныстармен жүру кезінде жаттығу; қашықтыққа таптырған кезде ептілік пен көзді дамытыңыз, төрт аяғыңызбен қайталаңыз.	
Күтілетін нәтиже:	Жүрудің артпай қимылдарын жасап жүреді.Маршпен,аяқ ұшымен,өкшемен, секіріп. Салта жүріп келе жатып екі қатарға бөлініп тұрады	
Тілімдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқыларға қатысу - сұрақтарға жауап береді;	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру: 3-5 минут	-салта тұрғызу -сәлемдесу I бөлім. Бір-бірімен бағанда жүру. Мұғалімнің белгісі бойынша: «Бақалар!» - балалар қисайып, қолдарын тізелеріне қойып, орындарынан тұрып, жүре береді. Сигнал бойынша: «Көбелектер!» - қолдарын сермен жүргізуге бару - «қанаттар». Жүру және жүгіру жаттығуларды кезектесіп өтеді.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Дөппен жасап дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың иық енінде тұруы, дөп екі қолда төмен. Дөп жоғары, оңға (солға) қисайтыңыз, түзетіңіз, бастапқы қалыпқа оралыңыз (4-6 рет). 2. б. қ. - аяқтар сал ашақ, иілген қолдарда дөп кеудеде. Отырыңыз, дөпты тастаңыз және оны екі қолыңызбен ұстаңыз; дөпты алу, бастапқы қалыпқа оралу (5 рет). 3. б. қ. - отыру, аяқтар түзу, дөп табанға жатады, қолдар артта тұрады. Аяғыңызды жоғары көтеріңіз, дөпты домалату кезінде оны ұстаңыз, бастапқы орнына оралыңыз (4-5 рет). 4. б. қ. - шалқаңызда жатып, аяқтарыңыз түзу; бастың артындағы дөп. Оң (сол) аяқты көтеріңіз, дөппен аяқтың сауағын тигізіңіз; аяқты төмендетіңіз, бастапқы қалыпқа оралыңыз (5 рет). 5. б. қ. - өкшелерде отыру; дөпты бүгілген қолдарда. Дөпты денеңізге айналадырып, қолыңызбен екі бағытта салсақпен айналадырыңыз (ар бағытта 2-3 рет).	

	6. б. қ. - аяқтар сәл ашаң, иілген қолдарда доп. Екі аяқпен шеңбер бойымен, екі бағытта секіру. Тыныс алу жаттығулары: «Отыныш» - балалар ағаш шарып жатқан тәрізді болады. (тү-ү-х, тү-ү-х) Бастапқы қалыпқа кету. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Қаптарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру. 2. Тимнастикалық орындықта алақан мен аяқтың тіреуімен «аю» жүру. 3. Екі аяқпен секіру, арақашықтық 3 м. 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Үкі» ойыны. Бір-бірден бағанда жүру.	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Түскербеісі
Аяқал

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Сәуір айы. Өтпелі тақырып: «Біз еңбекқор баламыз»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күнi:	2 сағат	4 апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды серуендеуге және жүсіруге жаттығу; мене-теңдік және секіру жаттығуларын қайталау.	
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесі бойынша сұрақтарға жауап береді: -Өздеріне ұнаған жаттығуларын айтады	
Тігдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сәтқа тұрағызу -сәлемдесу	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	1 бөлім. Бағанда кезек-кезек жүру; жүру және кездейсоқ бағытта жүсіру; мұғалімнің белгісі бойынша: «Жылыңдар!» - тізеңізді жоғары көтеріп, жүру; сигнал бойынша: «Тышқандар!» - ұсақталған қадамдармен сауақтармен жүру; кезектесіп жүру және жүсіру.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Өрілген жіппен жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяғы, төмен қарай өрілген жіп. Өрілген жіпті кеудеге көтеріңіз; жоғары, кеудеде, бастапқы күйге оралыңыз (4-5 рет). 2. б. қ. - аяқ иық енінде, тіреуіш төмен. Өрілген жіпті жоғары, оңға қарай еңкейту, түзу, бастапқы күйіне оралу (5 рет). 3. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяғы, төмен қарай өрілген жіп. Өрілген жіпті жоғары, тіздедегі оң (сол) аяқты бүгіп, оны жіпке тиізіңіз, аяқты төмен түсіріңіз, жоғары қарай өрілген жіпке қойыңыз; бастапқы қалыпқа оралу (5 рет). 4. б. қ. - отыру, аяқтар ашаң, кеудеде өрілген жіп. Өрілген жіпті жоғары, алға еңкейту, оң (сол) аяқтың жіпке сауағына тиісіз; өрілген жіпті көтеріңіз, түсіріңіз, бастапқы орнына оралыңыз (5 рет). 5. б. қ. - аяғы сәл ашаң, еденде жатқан өрілген жіп жаяғына, қолдар ерікті. Жіп	

	бойымен екі аяғымен секіру, оны айнала бұзу. Қысқа үзіліс, тапсырманы қайталау. Тыныс алу жаттығулары: мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Тене-теңдік - бір аяғының өкшесін екіншісінің сәуесазына қойып, еденде жатқан тақтаймен жүру, қолды белдікке қою (2-3 рет). 2. Екі аяғымен шеңберден секіру (5-6 жатпақ құрсау; тоқылған өріктерден шеңберлер салуға болады: бір ұшына түйме, екінші жағына ілмек тігіледі) (2-3 рет). 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Құстар мен мысық» ойыны. Бір-бірден бағанда жүру -Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут		Нұсқаушыға көмек көрсету шешім танымту

Алғашқы
Алғашқы

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денешынықтыру
Сәуір айы. Өтпелі тақырып: «Біз еңбекқор баламыз»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	<i>1 сағат</i>	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	<i>Балаларды серуендеуге және жүргізуге жаттығу; мене-мендік және секіру жаттығуларын қайталау.</i>	
Күтілетін нәтиже:	<i>Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесі бойынша сұрақтарға жауап береді:</i> <i>-Өздеріне ұнаған жаттығуларын айтады</i>	
Тілдік мақсат:	<i>Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқыларға қатысу - сұрақтарға жауап береді:</i> <i>-Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап</i>	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	ҰОҚ өткізілу барысы	
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	<i>-сатқа тұрғызу</i> <i>-сәлемдесу</i> 1 бөлім. Бағанда кезек-кезек жүру, жүру және кездейсоқ бағытта жүгіру; мұғалімнің белгісі бойынша: «Жылқылар!» - тізеңізді жозары көтеріп, жүру; сигнал бойынша: «Тышқандар!» - ұсақталған қадамдармен саусақтармен жүру; кезектесіп жүру және жүгіру. 2 бөлім. Өрілген жіппен жаттығу дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяғы, төмен қарай өрілген жіп. Өрілген жіпті кеудеге көтеріңіз; жозары, кеудеде, бастапқы күйге оралыңыз (4-5 рет). 2. б. қ. - аяқ иық енінде, тіреуіш төмен. Өрілген жіпті жозары, оңға қарай еңкейту, түзету, бастапқы күйіне оралу (5 рет). 3. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяғы, төмен қарай өрілген жіп. Өрілген жіпті жозары, тіздедегі оң (сол) аяқты бүгіп, оны жіпке тиісіңіз, аяқты төмен түсіріңіз, жозары қарай өрілген жіпке қойыңыз; бастапқы қалыңқа оралу (5 рет). 4. б. қ. - отыру, аяқтар ашақ, кеудеде өрілген жіп. Өрілген жіпті жозары, алға еңкейту, оң (сол) аяқтың жіпке саусағына тиісізу; өрілген жіпті көтеріңіз, түсіріңіз, бастапқы орнына оралыңыз (5 рет). 5. б. қ. - аяғы сәл ашақ, еденде жатқан өрілген жіп жазғына, қолдар ерікті. Жіп	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	Ресурстар	

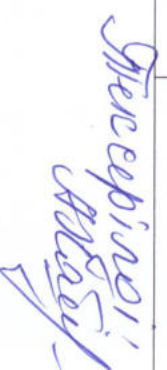
	бойымен екі аяғымен секіру, оны айнапта бұзу. Қысқа үзгіс, татсырманы қайталау. Тыныс алу жаттығулары: араның дыбысын салу, мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпта келу. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Тене-теңдік- гимнастикалық орындықта қадамы қосылған, белдікке қолмен жүру; орындықтың ортасында отырыңыз, қолыңызды алға қойыңыз, көтеріліп, ары қарай жүріңіз (2-3 рет) 2. Заттар арасында екі аяқпен секірубір-бірінен 40 см қашықтықта қатарға орналастырылған. 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Құстар мен мысық» ойыны. Бір-бірден бағанда жүру -Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін тағдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағдармен бірге ойнаған және жаттыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут		Нұсқаушыға көмек көрсету шетін таптыру

Шексерімей!
Аяқай!

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денешынықтыру
Мамыр айы. Өтпелі тақырып: «Әрқашан күн сөнбесін»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	І апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды жұпмен жүруге, төмендетілген тірек аймағында жүру кезінде теңе-теңдікті сақтауға жетілту; орнынан ұзындыққа секіруді қайталаңыз.	
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесі бойынша сұрақтарға жауап береді: -Өздеріне ұнаған жаттығуларын айтады	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
І. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-санға тұрғызу -сәлемдесу І бөлім. Жұпмен жүру және жүгіру, кездейсоқ бағытта жүру және жүгіру. Үш бағанда қайта құру.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тірегі, қолды дене бойымен ерікті түрде. Қолыңызды алға көтеріңіз, алдыңызда қолыңызды шапалаңыз; қолдарыңызды артқа алдыңыз, алқандарыңызды артқа шапалақтаңыз; қолдарыңызды алға қарай жылжытыңыз және алдарыңызда қолдарыңызды ұрыңыз, қолдарыңызды төмен түсіріңіз, бастапқы күйге оралыңыз (4-5 рет). 2. б. қ. - аяқ иық енінде, қолдар дененің бойында. Оңға бұрылыңыз, қолыңызды шапалақтаңыз; түзу, солға бұрылыңыз, қолыңызды шапалақтаңыз, бастапқы күйге оралыңыз (4-5 рет). 3. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тірегі, қол белде. қолды екі жаққа, оңға (солға) бүгілген аяқты көтеріңіз, тізеңіздің астына қолыңызды шапалаңыз; аяқты төмендетіңіз, бастапқы күйге оралыңыз (5-6 рет).	

	4. б.қ. - отыру, аяқтар бөлек, қолдар белде, қолды екі жаққа, алға еңкейтіңіз, сауақтарыңызбен аяқтың сауақтарына тигізіңіз, түзету, бастапқы қалыпқа оралу (5 рет). 5. б.қ. - асқанға жатып, қолдар алдында шынтақпен бүгілген. Қолыңызды алға созыңыз, жоғары көтеріңіз (ИП ІІІЗ), бастапқы қалыпқа оралыңыз (5 рет). 6. б.қ. - аяқтар сәл ашаң, қолдар ерікті. Қысқа кідіріспен кезектесіп, орнында екі аяқпен секіру (1-8 мұғалімнің есебінен). Тыныс алу жаттығулары: араның дыбысын сату, мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Еденде жатқан тақташада (ені 15 см), бір аяғының өкшесін екінші сауағына қойып, қолды белдікке тигізу (2 рет). 2. Ұзыннан 5-6 шнурлар арқылы секіру (сымдар арасындағы қашықтық 30-40 см). 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Маршау мен күшік» ойыны. Төмен қозғалып ойын. -Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут		



Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Мамыр айы. Өтпелі тақырып: «Дұрақшан күн сөнбесін»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	1 сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды жұптен жүруге, төмендетілген тірек аймағында жүру кезінде теңе-теңдікті сақтауға жетілту;	
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесі бойынша сұрақтарға жауап береді: -Өздеріне ұнаған жаттығуларын айтады	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-сатқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Жұптен жүру және жүгіру, кездейсоқ бағытта жүру және жүгіру. Үш бағанда қайта құру.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тірегі, қолды дене бойымен ерікті түрде. Қолыңызды алға көтеріңіз, алдыңызда қолыңызды шатапңыз; қолдарыңызды артқа алдыңыз, алқандарыңызды артқа шатапқытаңыз; қолдарыңызды алға қарай жылжытыңыз және алдарыңызда қолдарыңызды ұрыңыз, қолдарыңызды төмен түсіріңіз, бастапқы күйге оралыңыз (4-5 рет). 2. б. қ. - аяқ иық енінде, қолдар дененің бойында. Оңға бұрылыңыз, қолыңызды шатапқытаңыз; түзу, солға бұрылыңыз, қолыңызды шатапқытаңыз, бастапқы күйге оралыңыз (4-5 рет). 3. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тірегі, қол белде. қолды екі жаққа, оңға (солға) бүгілген аяқты көтеріңіз, тізеніздің астына қолыңызды шатапқытаңыз; аяқты төмендетіңіз, бастапқы күйге оралыңыз (5-6 рет).	

	4. б.к. - отыру, аяқтар бөлек, қолдар бөле. қолды екі жаққа, алға еңкейтіңіз, сауақтарыңызбен аяқтың сауақтарына тигізіңіз; түзету, бастапқы қалыпқа оралу (5 рет). 5. б.к. - асқазанға жатып, қолдар алдында шынтақпен бүгілген. Қолыңызды алға созыңыз, жоғары көтеріңіз (ИПНІЗ), бастапқы қалыпқа оралыңыз (5 рет). 6. б.к. - аяқтар сәл ашаң, қолдар ерікті. Қысқа кідіріспен кезектесіп, орнында екі аяқпен секіру (1-8 мұғалімнің есебінен). Тыныс алу жаттығуы. Текшелерді үрлеу. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Тене-теңдік - гимнастикалық орындықпен адымдан бүйірден жүру, ортасында отыру, тұру және жүру (секірмей тұру). Қолдардың орналасуы әр түрлі болуы мүмкін - белдікте, бүйірге, бастың артында. 2. Шнурлар арқылы бір жерден ұзындыққа секіру, сындардың арасы 50 см. 3. Дөпті (үлкен диаметрлі) текшелер (дәрілік шарлар) арасында «жылан» айналыдыру. Тікелей тұрып, дөпті бастың үстіне көтеріп, созыңыз. 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Марш» мен күшік» ойыны. Төмен қозғалмалы ойын. -Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут		

Діңгезбаева
Майя

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Мамыр айы. Өтпелі тақырып: «Дружбан күн сөнбесін»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	2 апта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Бастының ауысуымен жүруді қайталаңыз; орыннан ұзындыққа секіру жаттығулары, доп жаттығуларында етіптікті дамыту.	
Күтілетін нәтиже:	Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесі бойынша сұрақтарға жауап береді: -Өздеріне ұнаған жаттығуларын айтады	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-салқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Бағаназы бойынша көшбасшысын ауыстыра отырып бірінен соң бірін жүру. Мұзгалім баланы есімімен атайды, ол бағанның алдында тұрып, оны басқарады. Біраз уақыттан кейін бағанды тағы бір бала басқарады (жетекшінің 2-3 өзгерісі). Жүру және жүргізу бүкіл залға шақыраңыз. 2 бөлім. Кубпен жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяғы, оң қолында текше. Саусақтарыңызбен көтеріліп, текшені сол қолыңызға қарай жылжытыңыз, төмен түсіріңіз, саусақтарыңызбен көтеріңіз, текшені оң қолға ауыстырыңыз, бастапқы күйге оралыңыз (5 рет). 2. б. қ. - аяқтың енінде аяғы, оң қолында текше. Отырыңыз, текшені сол қолға беріңіз, тұрыңыз, бастапқы күйге оралыңыз (5 рет). 3. б. қ. - тізерлеп отыру, оң қолына куб. Оңға бұрылыңыз, текшені саусақтардың үстіне қойыңыз, түзетіңіз; оңға бұрылыңыз, текшені алыңыз, бастапқы күйге оралыңыз. Сол жаққа бірдей (әр бағытта 3 рет). 4. б. қ. - отыру, аяқтар ашар, оң қолда куб. Бүткеніз, текшені саусақтардың арасына қойыңыз, түзіңіз, қолды белдікте ұстаңыз; еңкейіп, сол қолыңызбен текшені алыңыз, бастапқы күйге оралыңыз (5 рет). 5. б. қ. - аяқ сәл ашар, қолдар дененің бойымен. Едендегі текше. Екі аяқпен кубтың	

	айналасында екі бағытта секіру (3-4 рет). Тыныс алу жаттығулары: араның дыбысын салу, мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қатыпқа келу. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Ұзыннан секіру арқылы шұңқ арқылы (ені 40-50 см) (6-8 рет). 2. Дөңгелек бір-біріне лақтыру (8-10 рет). 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Марш» мен күшік» ойыны. Бір-бірінен бағанда жүру. Бағалардың тандуды бойынша төмен қозғалмалы ойын. -Ұйымдастырылған оқу іс-арекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттыққан құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут		Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Жүз ермегі!
Аллаһ

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Мамыр айы.Өтпелі тақырып: «Дұқшан күн сенбесін»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	1 сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Бастының ауысуымен жүруді қайталаңыз; орыннан ұзындыққа секіру жаттығулары; доп жаттығуларында ептілікті дамыту.	
Күтілетін нәтиже:	Саптізбекке бір-бірден, саңқа тұру, қатардан өзінің орнын табады. Жүрудің әртүрлі қимылдарын жасап жүреді сұрақтарға жауап береді:	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-саңқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Бағаназы бойынша көшбасшысын ауыстыра отырып бірінен соң бірін жүру. Мұғалім баланы есімімен атайды, ол бағанның алдында тұрып, оны басқарады. Біраз уақыттан кейін бағанды тағы бір бала басқарады (жетекшінің 2-3 өзгерісі). Жүру және жүгіру бүкіл залға шашыраңқы. 2 бөлім. Күпен жалты дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяғы, оң қолында текше. Саусақтарыңызбен көтеріліп, текшені сол қолыңызға қарай жылжытыңыз, төмен түсіріңіз, саусақтарыңызбен көтеріңіз, текшені оң қолға ауыстырыңыз, бастапқы күйге оралыңыз (5 рет). 2. б. қ. - аяқтың енінде аяғы, оң қолында текше. Отырыңыз, текшені сол қолға беріңіз, тұрыңыз, бастапқы күйге оралыңыз (5 рет). 3. б. қ. - тізерлеп отыру, оң қолына күб. Оңға бұрылыңыз, текшені саусақтардың үстіне қойыңыз, түзетіңіз: оңға бұрылыңыз, текшені алдыңыз, бастапқы күйге оралыңыз. Сол жаққа бірдей (әр бағытта 3 рет). 4. б. қ. - отыру, аяқтар ашсаң, оң қолда күб. Бүктеңіз, текшені саусақтардың	

	арасына қойыңыз, түзіңіз, қолды белдікте ұстаңыз; еңкейіп, сол қолыңызбен текшені алыңыз, бастапқы күйіне оралыңыз (5 рет). 5. б. Ғ. - аяқ сәл ашық, қолдар дененің бойымен. Едендегі текше. Екі аяқпен құбылған айналасында екі бағытта секіру (3-4 рет). Тыныс алу жаттығулары: «Шар» - ерніңді жұмып, ұртыңды момтайту; жұдырық-пен жайлап жұмыту; ернінен ауаны шығарады (3 - 4 рет). Бастапқы қалыпқа келу. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Орнында тұрған екі аяғындағы қысқа арқаннан секіру. 2. Доттарды бір-біріне жұтпен лақтыру (екі қолмен бастың арт жағынан). Балапартарасындағы қашықтық 2 м. 3. Қашықтарды қашықтыққа лақтыру (оң және сол қол). 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Маршау мен күшік» ойыны. Бір-бірден бағанда жүру. Балапартардың тандауы бойынша төмен қозғалмалы ойын. -Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін тандайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Балапартармен бірге ойыған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	
IV. ҰОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту	

Директор
А.А.А.А.

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Денсаулықтыру
Мамыр айы. Өтпегі тақырып: «Әрқашан күн сөнбесін»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	Затта
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды жоғарғы тіземен жүруге, жүгіруге, орындықта жорғалатуға жаттығу; тік мақсатқа қайта лақтыру.	
Күтілетін нәтиже:	Саптізбекке бір-бірден, саңқа тұру, қатардан өзінің орнын табады. Жүрудің артүрлі қимылдарын жасап жүреді сұрақтарға жауап береді:	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңілі күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру. 3-5 минут	-саңқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Бағанда бір-бірден жүру; мұғалімнің белгісі бойынша: «Жылыңдар!» - балалар тізгелерін жоғарғы көтеріп, белдікке қолдарын созады (орташа қарқын); шашырау; Залдың бір жағында алдың-ала (сабаққа дейін) баланың бір адымында 5-6 инур (итарқа) салынады. Колоннада жүру кезінде балалар кезекпен оң және сол аяқтарымен балалардың үстінен өтеді.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Тапқпен жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша тұрғыңыз, төмен қарай жабысыңыз. Жабысыңыз, бастың артында, жоғарыда, бастың артында, бастапқы күйге оралыңыз (5 рет). 2. б. қ. - аяқтың шық енінде тұрғыңыз, төмен қарай жабысыңыз. Оңға (солға) еңкейту, еңкейту; түзету, бастапқы күйге оралу (6 рет). 3. б. қ. - отыру, аяқтар алшақ, тізеге таяу. Жабысыңыз, алға шіліңіз, сауақтарыңызды түрткіңіз; түзу, бастапқы қалыпқа оралу (5-6 рет). 4. б. қ. - аяқтың ені бойынша тіреу, төмен қарай жабысу. Отырыңыз, таяқты алға	

	шығарыңыз, көтеріңіз, бастапқы қалыпқа оралу (5-6 рет). 5. б. қ. - аяқтар сәл ашық, қолдар ерікті, еденге жабысады. Қысқа үзілісте (3 рет) кезек-кезек таяқшаны екі бағытта екі аяқпен секіріңіз. Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын есту. Терең тыныс алып, демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Тік нысанаға лақтыру (диаметрі 50 см дөңгелек нысан бар қалқан, қалқанның төменгі шеті баланың көзі деңгейінде), оң және сол қолмен 1, 5-2 м қашықтықтан (адіс - ықтан) (3-4 рет). 2. Асқазандағы гимнастикалық орындықта серуендеу (2 рет). Жоралаушы жаттығу екі бағанмен орындалады. 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Қоян мен қасқыр» ойыны. Төмен қозғалмалы ойын «Қоянды таппайық».	
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-арекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасады? -Балалармен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету нәтижесін таныту

Шәкербай
Аманжол

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Мамыр айы. Өтпелі тақырып: «Дружбан күн сенбесін»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	1 сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Танымдармен жүруді және жүгіруді қайталаңыз; секіру кезінде артылған тіреуішпен жүру кезінде тұрақты теңе-теңдікті сақтауға арналған жаттығулар.	
Күтілетін нәтиже:	Салтiзбекте бiр-бiрден жүрудi, бағытты сақтай бiлудi, салтiзбектен шығып кетпеудi, салтiзбекте өзiнiң орнын таба бiледi -Бүгiнгi жаттығу түрлерiн бiледi. - Балалар нұсқаушының түсiндiруi бойынша негiзгi жаттығу түрлерiн жасайды	
Тiлдiк мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметiнiң нәтижесi бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап бередi:	
Өткен ҰОҚ-пен алған бiлiм	-Балалармен бiрге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсiру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткiзiлу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған iс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлi көңiл күй орнату 0-2 минут	-санқа тұрғызу -сәлемдесу	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	1 бөлiм. Бағанда бiр-бiрден жүру; тәрбиешiнiң белгiсi бойынша жартылай шапқалап жүру (15 секундтан аспайды), жазу жүру, тiзенi жозары көтеру, кiшкене, майдалау сатысымен жүру, қалыпты жүрумен ауысу; бағанда бiр-бiрлеп жүгiру.	
ҰОҚ-нiң ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлiм. Дөппен жағалы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың енi бойынша аяқ тiреуi, дөп төмен. Аяқтың ұшымен көтерiлiп, дөпты жозары көтеру; бастапқы қалыңқа оралу (5-6 рет). 2. б. қ. - аяқ шық енiнде, дөп төмен. Дөпты көтеру; оңға (солға) еңкейтiңiз, түзеңiз, бастапқы күйге оралыңыз (6 рет). 3. б. қ. - аяқтың енi бойынша аяқ, тiрелген қолмен дөп кеудеге. Отырыңыз, дөпты алға, қолды түзу алыңыз; көтерiлу, бастапқы қалыңқа оралу (5-6 рет). 4. б. қ. - шапқалңызда жатып, аяғыңыз түзу, дөп бастың артында. Оң (сол жақ) түзу	

	аяқты көтеріңіз, домпен тізеңізге тигізіңіз, аяқты түсіріңіз; бастапқы қалыпқа оралу (6 рет). 5. б.к. - аяқтың иық енінде тұруы, дом кезде тұсында бүгілген қолдарда. Домты көтеру, алға еңкею, домты бір аяғынан екінші аяғына айналындыру; тұзу Бастапқы қалыпқа оралу (4-5 рет). Тыныс алу жаттығулары: Тік тұрып, аяқты бір - бірінен ашақ ұстайды, қолды белге қояды, демді ішке біртіндеп тартады, «Ку-ку, Ку-ку» деп дыбыстап демді сыртқа шығара денені алға еңкейтеді. Бастапқы қалыпқа келу. Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Тене-мендік - басында сөмкесі бар орындыққа жүру, қолды екі жаққа (2-3 рет). 2. Екі аяғымен шұңғ арқылы оңға және солға секіру, алға жылжу (арқаишықтық 3 м) (2-3 рет). 3 бөлім. Аю орманында ашық ойын. Бір-бірінен бағанда жүру. -Ұйымдастырылған оқу іс-арекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалаумен бірге ойнаған және жаттығқан қимыл қозғалыстарын еске түсіру.	
IV. ХОҚ-нің қорытындысы. Рефлексия минут	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту	

Шәкербай
Аман

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Мамыр айы. Өтпелі тақырып: «Әрқашан күн сенбесін»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	2 сағат	4 апта
ТОП:	Ересек топ	
Қатысқан балалар саны:		
ҰОҚ мақсаты	Тапсырмалармен жүруді және жүгіруді қайталаңыз; гимнастикалық қабырғаға көтерілу кезінде артылған тірекімен жүру кезінде тұрақты теңестірілген сақтау жаттығулары.	
Күтілетін нәтиже:	Салтпібекте бір-бірімен жүруді, бағытты сақтай білуді, салтпібектен шығып кетпеуді, салтпібекте өзінің орнын таба біледі. -Бүгінгі жаттығу түрлерін біледі. - Балалар нұсқаушының түсіндіруі бойынша негізгі жаттығу түрлерін жасайды	
Түйдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша тапқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-нен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
1. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут Ұйымдастыру: 3-5 минут	-санқа тұрғызу -сәлемдесу 1 бөлім. Бағанда бір-бірімен жүру; тәрбиешінің белгісі бойынша жартылай шалқалап жүру (15 секундтан аспайды), жазу жүру; тізені жоғары көтеру, кішкене, майдалау сатысымен жүру, қалыпты жүрумен ауысу; бағанда бір-бірімен жүгіру	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Дөппен жатып дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ тіреуі, дөп төмен. Аяқтың ұшымен көтеріліп, дөпті жоғары көтеру; бастапқы қалыңқа оралу (5-6 рет). 2. б. қ. - аяқ пық енінде, дөп төмен. Дөпті көтеру; оңға (солға) еңкейтіңіз, түзеңіз, бастапқы күйге оралыңыз (6 рет). 3. б. қ. - аяқтың ені бойынша аяқ, тірелген қолмен дөп кеудеге. Отырыңыз, дөпті алға, қолды түзу алыңыз; көтерілу, бастапқы қалыңқа оралу (5-6 рет). 4. б. қ. - шалқанда жатып, аяғыңыз түзу, дөп бастың артында. Оң (сол жақ) түзу аяқты көтеріңіз, дөппен тізеңізге тигізіңіз, аяқты түсіріңіз; бастапқы қалыңқа оралу (6 рет).	

	кезек-кезек таяқшаны екі бағытта екі аяқпен секіру. Тынғыс алу жаттығуы Араның дыбысын салу.3-3-3 Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. 2 м қашықтықтан тік нысанаға дақтыру. 2. Гимнастикалық орындықта алақан мен аяққа сүйеніп жүру («аю»). 3. Қысқа арқаннан секіру. 3 бөлім. Ашық аспан астындағы «Қоян мен қасқыр» ойыны. Төмен қозғалмағы ойын «Қоянды табайық».	
IV. ХОК-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-дірекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттығуған құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

*Әміреғалиевтің
Аманжол*

Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет циклограммасы
Білім беру саласы: «Денсаулық» Оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру
Мамыр айы. Өтпегі тақырып: «Әрқашан күн сенбесін»

ҰОҚ тақырыбы:»		
Күні:	1 сағат	
ТОП:	Ересек топ	Қатысқан балалар саны:
ҰОҚ мақсаты	Балаларды жоғары тіземен жүруге, жүгіруге, орындықта жорғалауға жаттығу; тік мақсатқа қайта лғартыру.	
Күтілетін нәтиже:	ойын кезінде ептілік, икемділікті пайдаланып ойнауды біледі. негізгі қимыл жасаған кезде өздерінің кезектерін біліп отыруды, шеңбер бойымен ұзақ уақыт арасында жүгіріп шығуды біледі	
Тілдік мақсат:	Ұйымдастырылған оқу қызметінің нәтижесі бойынша талқылауға қатысу - сұрақтарға жауап береді:	
Өткен ҰОҚ-пен алған білім	-Балалармен бірге ойнаған және жаттыққан қимыл қозғалыстарын еске түсіру. Сұрақ-жауап	
ҰОҚ өткізілу барысы		
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
I. Дұрыс әсерлі көңіл күй орнату 0-2 минут	-сатқа тұрғызу -сәлемдесу	
Ұйымдастыру. 3-5 минут	I бөлім. Бағанда бір-бірден жүру: мұғалімнің белгісі бойынша: «Жылқылар!» - балалар тізгіндерін жоғары көтеріп, белдікке қолдарын созады (ортанша қарқын); шашырау. Залдың бір жағында алдын-ала (сабаққа дейін) баланың бір адымында 5-6 шнур (итарқа) салынады. Колоннада жүру кезінде балалар кезекпен оң және сол аяқтарымен балалардың үстінен өтеді.	
ҰОҚ-нің ортасы III. Тақырып бойынша жұмыс минут	2 бөлім. Таяқпен жалпы дамыту жаттығулары. 1. б. қ. - аяқтың ені бойынша тұрғыңыз, төмен қарай жабысыңыз. Жабысыңыз, бастың артында. жоғарыда, бастың артында, бастапқы күйге оралыңыз (5 рет). 2. б. қ. - аяқтың шық енінде тұрғыңыз, төмен қарай жабысыңыз. Оңға (солға) еңкейту, еңкейту; түзету, бастапқы күйге оралу (6 рет). 3. б. қ. - отыру, аяқтар алшақ, тізеге таяу. Жабысыңыз, алға шіліңіз, сауақтарыңызды түрттіңіз; түзу, бастапқы қалыпқа оралу (5-6 рет). 4. б. қ. - аяқтың ені бойынша тіреу, төмен қарай жабысу. Отырыңыз, таяқты алға шығарыңыз; көтерілу, бастапқы қалыпқа оралу (5-6 рет). 5. б. қ. - аяқтар сәл алшақ, қолдар ерікті, еденге жабысады. Қысқа үзілісте (3 рет)	

	5. б. қ. - аяқтың иық енінде тұруы, дөп келуде тұсында бүгілген қолдарда. Дотты көтеру, алға еңкею, дотты бір аяғынан екінші аяғына айналыту; түзу Бастапқы қатыпқа оралу (4-5 рет). Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен ашақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «Үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады. Бастапқы қатыпқа келу: Қозғалыстардың негізгі түрлері. 1. Гимнастикалық қабдыраға көтеріліп, одан түсу (2 рет). 2. Тене-теңдік - еденде, сауақтарда, қолдың бастың артында жатқан тақтамен жүру (2 рет). 3 бөлім. «Аю орманды» ашық ойын. Бір-бірден бағанда жүру.	
IV. ХОК-нің қорытындысы. Рефлексия минут	-Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің нәтижесін талдайды: -Қандай жаттығулар жасадық? -Бағалармен бірге ойнаған және жаттығуған құмыл қозғалыстарын еске түсіру.	Нұсқаушыға көмек көрсету ниетін таныту

Тексерілді: Мамы