

**№53 «Ер-Асыл» бөбекжай- бақшасы**  
**«Әсел» ортаңғы тобының**  
**дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу қызметінің**  
**технологиялық картасы**  
**2020-2021ж.**

**Тәрбиешілер: Зиябекова Д**  
**Ергешбаева З**

**Шымкент**

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 01.09.2020ж

Тақырыбы: Музыка ырғағымен бірінің артынан бірі жүру.

Мақсаты: Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру.

Міндеті: Жаттығу жасау арқылы қимыл қозғалысын арттырып икемін қалыптастыру.

Көрнекіліктер: доп, жалаушалар.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: жүру-ходить.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Балаларды сапқа тұрғызу денені тік ұстау сәлемдесу. Оңға, солға бұрылу бір қатармен залдың ішінде айналып қол желке тұста аяқтың ұшымен, өкшемен жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары.</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Қолды бастан жоғары көтеріп. Б.қ. аяқ иық көлемінде қол белде оңға солға иілу. 5 рет.</li><li>2. Алақанды көрсет б.қ. қолды алға созу, артқа жасыру. 5 рет.</li><li>3. Тізені соқ. Б.қ. отыру аяқты тізені соғу. 5 рет.</li></ol> <p>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек» - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу,</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>

	демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.	
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Музыка ырғағымен бірінің артынан бірі гимнастикалық орындық үстімен жүру.	Балалар ептілікпен бір-бірінің артынан жүреді.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: « <b>Қоңырау қайдан естілді</b> ». Балалар беттерімен қабырғаға қарап тұрады. Нұсқаушы балаларға Тыңдаңдар, қоңырау қайдан соғылып тұр, қоңырауды табыңдар дейді. Балалар қоңырауды тапқандан нұсқаушы оларды мақтайды.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Музыка ырғағымен бірінің артынан бірі жүруді біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Музыка ырғағымен бірінің артынан бірі гимнастикалық орындық үстімен жүруді игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға дағдыланды.

Әдіскер: *Аманжол*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 03.09.2020ж-04.09.2020ж

Тақырыбы: Шеңбер бойымен жүру

Мақсаты: Сапта бір-бірлеп аралықты сақтай отырып, шеңбер бойымен жүру

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, атрибуттар

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
	Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру. Сапта бір-бірлеп аралықты сақтай отырып, шеңбер бойымен жүру	Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.  Тыныс алу жаттығуын орындайды.
Ұйымдастыру-ізденушілік	<b>Жалпы дамыту жаттығулары.</b> <b>Доппен орындалатын ЖДЖ.</b> 1. Допты жоғары көтер. Б:қ.аяқ сәл алшақ, екі қол төменде. Допты жоғары көтеру, төмен түсіру. 6 рет қайталау.  2. Допты қой. Б.қ. еденде отырып, аяқ созулы, доп оң тұста. Қол төменде тізені бүгіп, аяқты кеуде тұсына жинау, допты аяқ астынан оңға солға домалату, аяқты созу. 6 рет қайталау.  3. Допты еденге қой. Б.қ. аяқ сәл алшақ, қолда доп төменд. Допты жоғары көтеру түсіру, қайта иілу, допты алу, қайта түзелу. 4 рет қайталау.  4. Отырып –тұру. Б.қ. аяқ алшақ доп қолда,	Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.

	<p>төменде.Отыру,допты аяқ арасына еденге қою, тұру қайта отыру, допты еденнен алу,қайта тұру, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</p> <p>Фонорева бойынша тыныс алу жаттығулары.Үйшік тік тұрып аяқты бір-бірінен алшақ ұстайды,қолды бастан асыра көтеріп,үйшік сияқты біріктіреді демді ішке тартады қолды төмен түсіріп ,демді шығарады.</p>	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Шеңбер бойымен жүру	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<p>Қимыл қозғалыс ойыны: <b>«Мысық пен тышқан»</b>. Барлық балалар айнала шеңберге тұрып, «тышқан» мен «мысық» таңдайды. «Тышқандар» «мысықтан» қашады, дөңгелек ішінде жүругеде болады. «Мысықты» балалар дөңгелек ішіне жібермейді.</p>	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балаларбір-бірлеп сапта жүруді

**Қалыптасқан түсініктер:**Шеңбер бойымен жүруді

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

Әдіскер: *Аманжол*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 08.09.2020 ж

Тақырыбы: Екі аяқпен алға қарай секіру.

Мақсаты: Балаларды бір бағытта жүруге жүгіруге және бір орында екі аяқпен секіруге үйрету. Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қара 2-3метр алға секіруді қалыптастыру

Міндеті: Балаларға түрлі жаттығулар жасату арқылы, жүгіру секіру арқылы қимыл қозғалыс қабілеттерін артыру.

Көрнекіліктер: доп, қақпа .

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: варота-қақпа.

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қатарға тұру, денені тік ұстау, сәлемдесу. Оңға бұрылу бір қатармен залды айналып жүріп қолға арналған жаттығуларды орындау. Екі жаққа жоғары артқа, белге қолды қою.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Басынан асырып шапалақ ұру. Б.қ. қолды жоғары көтеріп басынан асырып шапалақ ұру. 5 рет.</li><li>2. Иілу түрлері. т б.қ. оңға солға иілу. 5 рет.</li><li>3. Екі аяқты бірге қойып ішпен жату, қолды созу. 4 рет.</li><li>4. Секірулер. Б.қ. аяқты қосып секіру. 5 рет.</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>

<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Екі аяқпен алға қарай секіру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: « <b>Қасқыр мен қояндар</b> » Ойыншылар арасынан қасқыр тағайындалады, қалғандары қояндар. Қояндар өздеріне ін жасайды. Қасқыр қояндарды қуады, қояндар індеріне қашады кім үлгермесе сол ойыннан шағады.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Екі аяқпен алға қарай секіруді біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Негізгі қимылды орындауды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға дағдыланды.

*Әдіскер: Асият Рахметова 9.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары«Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 11.09.2020 ж

Тақырыбы:Бөлме қабырғасын жағалай жүру.

Мақсаты: . Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру

Міндеті: Балаларды даттығуларды мұқият орындауға дағдыландыру.

Көрнекіліктер:қимылды ойынға қажетті құралдар.

Алдын-ала жұмыстар:сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:жүру -ходить

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қатарға тұру, денені тік ұстау, сәлемдесу.Оңға бұрылуді қатармен залды айналыпжүріп қолға арналған жаттығуларды орындау. Екі жаққа жоғары артқа, белге қолды қою.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:«Көкжиек» - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</b></p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Ағаштар тербеледі. Б.қ. қолды жоғары көтеру. Қолды оңға, солға тербету. 6 рет.</li><li>2. Жан-жаққа иілу. Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол белде. Оңға солға иілу. 5 рет.</li><li>3. Секірулер. Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол белде. Бір орында екі аяқпен бірдей 6 рет секіру.</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:«Көкжиек» - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</b></p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>



<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Бөлме қабырғасын жағалай жүру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: « <b>Аяқ пенен жер тебінеміз</b> » Балалар қосылғанда шеңбер болып отырады .Музыка балалар қолдарын жерге сүйеп аяқтарымен жерді тебеді.Нұсқаушы тоқта дейді.Бәрі тоқтайды. Ойын осылай жалғасады.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Жаттығуларды мұқият орындауды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Бөлме қабырғасын жағалай жүруді иерді..

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға машықтанды.

*Әдіскер: Асият Рамағалова*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 15.09.2020ж-17.09.2020 ж

Тақырыбы: Балаларды молдас құрып отырып, 1,5 м қашықтықта допты бір-біріне домалату.

Мақсаты: Балаларды молдас құрып, 1,5 м қашықтықта допты бір-біріне домалатуды үйретуді қалыптастыру.

Міндеті: Қимылды ойында жылдамдығын арттыруға үйрену, шыдамдылыққа бейімдеу.

Көрнекіліктер: доп, жалаушалар.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: доп- мяч

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қатарға тұру түзелу, сап түзеу. Сәлемдесу. Оңға солға бұрылу, жәй жүріспен жүру, аяқтың ұшымен қол белде, өкшемен жүру қол желкеде, қолды екі жанға созып жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>

<p><b>Ұйымдастыру-ізденушілік</b></p>	<p><b>Жалпы дамыту жаттығуы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Қолды шапалақта. Б.қ. аяқ иық деңгейде қолды алға созып шапалақтау. 5 рет.</li> <li>2. Қолды еденге тигіз. Б.қ. аяқты қосып қол белде отыру, қолды еденге тигізу. 4 рет.</li> <li>3. Қолды артқа тигіз. Б.қ. аяқты алша ашып отыру, қолды артқа тигізу. 4 рет.</li> </ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
---------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------

	жұдырыққа қысу.	
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	Малдас құрып отырып, 1,5 м қашықтықта допты бір-біріне домалату.	Балалар ептілікпен бір-біріне допты домалатады.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: «Өз түсінді тап» Балалар 3-4 жалауша алады. Біріншісі жасыл, екіншісі көк, үшіншісі сары. Бөлменің әр бұрышына көк, жасыл, сары құрсаулар қойып қояды. Балаларға қыдырындар дейді. Балалар шулай жүгіреді. Осы кезде нұсқаушы өз түстерінді табындар дейді. Балалар қолындағы жалаушаның түсімен өз түстерін табады	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Малдас құрып отырып, 1,5 м қашықтықта допты бір-біріне домалатуды білді..

**Қалыптасқан түсініктер:** Балаларды молдас құрып отырып, 1,5 м қашықтықта допты бір-біріне домалатуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға дағдыланды.

*Әдіскер: Аманжолжанова А.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 18.09.2020ж

Тақырыбы: Кішкене доппен алаңның бір шетінен екінші шетіне жарыса жүгіру.

Мақсаты: Алаңның бір жағынан екінші жағына аралақты сақтай отырып жүгіру.

Міндеті: Балаларға қауіпсіздік туралы түсіндіру, уйрету.

Көрнекіліктер: доп, жалаушалар ойынғақажетті заттар.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: доп- мяч, жүгіру-бегат

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қатарға тұру түзелу, сап түзеу. Сәлемдесу. Оңға солға бұрылу, жәй жүріспен жүру, аяқтың ұшымен қол белде, өкшемен жүру қол желкеде, қолды екі жанға созып жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығуы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Сылдырмақты сылдырлат. Б.қ. аяқ иық деңгейде қолды алға созып сылдырлату. 5 рет.</li><li>2. Сылдырмақты соқ. Б.қ. аяқты қосып қол белде отыру, қолды тізегесылдырмақты тигізу. 4 рет.</li><li>3. Сылдырмақты жасыр. Қолды артқа қойып сылдырмақты жасырамыз. 4 рет қайталау.</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>

<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Белгіленген алаңның бір шетінен екінші шетіне жарыса жүгіру.	Балалар ептілікпен бір-біріне допты домалатады.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: «Допты қуып жет» Бұл ойынға 5-6 бала қатысады. Нұсқаушы себеттегі доптарды шашып, балаларға қуындар дейді. Балалар доптарды қуып жетіп әкеліп береді.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Кішкене топпен алаңның бір шетінен екінші шетіне жарыса жүгіруді біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Сылдырмақпен дамыту жаттығуларын игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға дағдыланды.

*Әдіскер: Аманжолжан Ғ.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 22.09.2020ж-24.09.2020ж

Тақырыбы: 6 м қашықтықтағы жалаушаға дейін еңбектеу.

**Мақсаты:** Балалардың жарыс ойынға қызыға қатысуына жағдай жасау, балалардың қимыл қозғалысын нақты үйлестіру.

**Міндеті:** балалардың қимыл қозғалысын нақты үйлестіру.

**Көрнекіліктер:** жалауша, қимылды ойынға қажетті құралдар.

**Алдын-ала жұмыстар:** сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:** жалауша-флажок.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қатарға тұру түзелу, сап түзеу. Сәлемдесу.</p> <p>Бой жазу жаттығуларын орындау. Қолды белге қойып аяқ ұшымен жүру.</p> <p>Қолды желкеге қойып аяқ ұшымен жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Басын бұру»</b> - түзу тұрып, аяғын иық деңгейінен сәл кішілеу ұстау; басын бір жағына бұрып дыбыспен демін ішке тарту, басын екінші жағына бұрып дыбыспен демін сыртқа шығару.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығуы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. «Қол жоғарыда» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, қол төменде. Қолды жоғары көтеру, төмен түсіру, «төмен» деп айту. 5 рет қайталау.</li><li>2. «Алға иілу» Б.қ. аяқ иық көлемінде, қол белде. Алға иілу, түзелу. 6 рет қайталау.</li><li>3. «Отырып-тұру» Б.қ. аяқ біршама алшақ, қол белде. Отыру, қолды алға созу, «отыру» деп айту, бастапқы қалыпқа оралу. 6 рет қайталау.</li></ol>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p>

	<b>Тыныс алу жаттығуы: «Басын бұру»</b> - түзу тұрып, аяғын иық деңгейінен сәл кішілеу ұстау; басын бір жағына бұрып дыбыспен демін ішке тарту, басын екінші жағына бұрып дыбыспен демін сыртқа шығару.	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	6 м қашықтықтағы жалаушаға дейін еңбектеу.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Еңбектеуге арналған ойыны: <b>«Тасбақа»</b> . Ойыншылар залда еден үстінде тасбақа болып жорғалайды. Нұсқаушының дабылы бойынша қолдарын, аяқтарын ішінің астына жасырады.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже**

**Орындаушылық қабілеті:** нұсқаушы бұйрығын толық орынд:

**Білуі қажет:** балалар дамыту жаттығуларын орындауды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** 6 м қашықтықтағы жалаушаға дейін еңбектеуді игерді..

Әдіскер: *Аманжол*



## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 25.09.2020ж-29.09.2020ж

Тақырыбы: Екіден қол ұстасып, бірінің артынан бірі соқтығыспай тұзу, қисық жолмен жүру

Мақсаты: Балалардың көтеріңкі көңіл күйін туғызу бір-біріне ортақ қарым-қатынасын дамыту

Міндеті: Балалар жаттығуларды орындау денені тік ұстау дағдылану.

Көрнекіліктер: қимылды ойынға қажетті заттар.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: жол- улица.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы атарға тұру түзелу, сәлемдесу.</p> <p>Қатар бойымен жүру, жүгіру. Қолға арналған жаттығулар. Қолды созу, жанға созу, алдыға созу.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> <b>А.Н.Стрельникова. «Қуғындар»</b> - тік тұрып, аяқты қосу, қолды жіберу; қолдарын жанына көтеріп одан кейін денесінің алдына қарай былғалау; демдерін тез шығару.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Қол төменде.Б.қ. Қол төменде қолды екі жанға созу түсіру. 4 рет.</li><li>2. Қол алда. Б.қ. отырып қолды алға созу. 5 рет.</li><li>3. Секіру . б.қ. аяқты қосып қолды белге қойып секіру. 6 рет.</li></ol>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p>

	<b>Тыныс алу жаттығуы:</b> <b>А.Н.Стрельникова. «Қуғындар»</b> - тік тұрып, аяқты қосу, қолды жіберу; қолдарын жанына көтеріп одан кейін денесінің алдына қарай былғалау; демдерін тез шығару.	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Екіден қол ұстасып, бірінің артынан бірі соқтығыспай тұзу, қисық жолмен жүру.	Балалар ептілікпен бір-бір-біріне соқтығыспай жүреді.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: «Поезд» Нұсқаушы балаларға ойын ұсынады Мен паровоз боламын, сендер кішкентай вагонсыңдар. Балалар бірінің артынан бірі вагон болып тізбектеліп тұрады. Нұсқаушы белгі бергенде балалар тізбектеліп бөлмені айналып жүреді	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар жаттығуды жасауды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Екіден қол ұстасып, бірінің артынан бірі соқтығыспай тұзу, қисық жолмен жүруді игереді.

**Орындаушылық қабілеті:** жалпы балалар жаттығуларды дұрыс жасайды орындайды.

*Әзіскер: Аманжол Стрельникова*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 01.10.2020ж-02.10.2020 ж.

Тақырыбы: Жерде жатқан бөренені аттап өту.

Мақсаты: Еденде қойылған бөрене арасымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру

Міндеті: Дене жаттығуларың негізі түрлерін балаларға меңгерту.

Көрнекіліктер: бөрене,

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: доп- мяч, жүгіру-бегать.

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қаттарға тұру денені тік ұстау. Сәлемдесу. Денені тік ұстау бір тізбекпен жүру. Бой жазу жаттығуларын орындау. Қолды белге қойып аяқ ұшымен жүру. Қолды желкеге қойып аяқ ұшымен жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Кеудені бұру»</b> - түзу тұру, аяқ арасы иықтан сәл кеңдеу; қолдары дененің бойымен; денені бұрған сайын дыбыспен; қысқа, демді ішке жұту; жаттығу арасында демді сытрқы шығарады.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Ат болу. Екі аяқты алға қойып кезек-кезек иілу. 4 рет.</li><li>2. Велосепед тебеміз. Жатып аяқтарын қимылдату. 4 рет.</li><li>3. Секірулер. Қолды белге қойып аяқты қосып секіру. 5 рет</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Кеудені бұру»</b> - түзу тұру, аяқ арасы иықтан сәл кеңдеу; қолдары дененің бойымен; денені бұрған сайын дыбыспен; қысқа, демді ішке жұту; жаттығу арасында демді сытрқы шығарады.</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>

<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Жерде жатқан бөренені аттап өту.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: « <b>Кім тез</b> » Ойыншылардың міндеті бір жерден екінші жерге ойыншық, текше, доп сияқты заттарды қолмен ұстамай тасу кере.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар ойын туралы біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Жерде жатқан бөренені аттап өтуді игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** жалпы балалар жаттығуларды дұрыс жасайды орындайды.

*Әдіскер: Аманжолжанова Ә.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 08.10.2020ж-09.10.2020ж

Тақырыбы: Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүру

**Мақсаты:** Балаларды аяқтың ұшымен тізені жоғары көтеріп жүруге үйрету. Балалардың тәрбиесін арттыра отырып, іс-қимылын қалыптастыру

**Міндеті:** Балалардың тәрбиесін арттыра отырып, іс-қимылын қалыптастыру.

**Көрнекіліктер:** тақтайша, қимылды ойынға қажетті құралдар.

**Алдын-ала жұмыстар:** сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:** жүру-ходить.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Балаларды сапқа тұрғызу денені тік ұстау сәлемдесу. Оңға, солға бұрылу бір қатармен залдың ішінде айналып қол желке тұста аяқтың ұшымен, өкшемен жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»-</b> түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<ol style="list-style-type: none"><li>1. «Қол алға, жоғары» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, қол төменде. Қолды алға созу, жоғары көтеріп, оларға қарау, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</li><li>2. «Әткеншектер» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, қол белде. Оңға қарай иілу, қайта түзелу. Сол жаққа да дәл солай жасау. 4 рет қайталау.</li><li>3. «Серіппелер» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, қол белде. 2-3 реттен жартылай отырып-тұру. 4 рет қайталау.</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек» -</b> түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп,</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p> <p>ыныс алу жаттығуын</p>

	алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.	орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. : Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүру	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: <i>«Мысық пен тышқан»</i> . Барлық балалар айнала шеңберге тұрып, «тышқан» мен «мысық» таңдайды. «Тышқандар» «мысықтан» қашады, дөңгелек ішінде жүруге болады. «Мысықты» балалар дөңгелек ішіне жібермейді.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар нұсқауды түсініп неізгі қимылды орындай алады.

**Қалыптасқан түсініктер:** Қашықтығы 1 м қойылған 2-3 тақтайшалардан аттауды игереді.

**Орындаушылық қабілеті:** Жалпы дамыту жаттығулары арқылы арқылы қимыл қозғалыстары артады.

Әдіскер: *Асият Рамағалова*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 13.10.2020-15.10.2020ж

Тақырыбы: Биіктігі 2-5 см заттардың үстінен секіру. Балаларға биіктігі 2-5 см заттардың үстінен секіруге машықтандыру.

Мақсаты: Балалардың ойын барысында көтеріңкі көңіл- күйін туғызу, бір-біріне достық қарым-қатынаста болу.

Міндеті: Балалардың тәрбиесін арттыра отырып, іс-қимылын қалыптастыру.

Көрнекіліктер:зат, қимылды ойынға қажетті құралдар.

Алдын-ала жұмыстар:сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:секіру-прыгать.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Балаларды сапқа тұрғызу денені тік ұстау сәлемдесу. Оңға, солға бұрылу бір қатармен залдың ішінде айналып қол желке тұста аяқтың ұшымен, өкшемен жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Көкжиек» - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>I.</b> “Қолды желкеге қоямыз” Б.Қ. аяқты алшақ қою. Қол төменде 1 – 2 алақанды желкеге қою шынтақты жанға созу басты тік ұстау дем шығару. “Төмен” деп айту аяқ ұшымен тұру 6 рет.</p> <p><b>II.</b> “Алақанымызды еденге қоямыз” Б.Қ. отыру аяқ иық көлемінде қолды артқа тіреу 1 – 2 қолды жанмен жоғары көтеру. Алға еңкею. Қолды окше тұсқа әкеліп еденге қою – демалу. 3 – 4 қолды жоғары көтеру. Б.Қ. келу.</p> <p><b>III.</b> “Аяғымызды бүгеміз, созамыз” Б.Қ. шалқадан жату. Аяқты бүгу созу. 5 рет.</p> <p><b>IV.</b> “Сағат тілі” аяқты алшақ ұстау оңға қарай қисаю “тик” деп айту солға “так” деп айту.</p> <p><b>V.</b> “Аяқты қолды жанға созамыз” Б.Қ. қол белде</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p>

	<p>оң аяқты оң қолды жанға созу. Солға қайталау. 4 рет.</p> <p><b>VI. “Секіреміз”</b> Б.Қ. аяқ қосылған қол төменде аяқты алшақ және қосып секіру. 8 рет секіру жүрумен кезектестіреміз. 2 рет.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Көкжиек» - тұзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Биіктігі 2-5 см заттардың үстінен секіру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: «Тик-так» Ойыншылар екі топқа бөлінеді. Жүргізуші бір рет ысқырса, бірінші топ балалары Тик деп айқайлады. Ал екі рет ысқырса Так деп айқайлайды. ойынды шатастыру үшін қатарының бір және екі рет ысқырады.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар нұсқауды түсініп неізгі қимылды орындай алады.

**Қалыптасқан түсініктер:** Биіктігі 2-5 см заттардың үстінен секіруді игереді.

**Орындаушылық қабілеті:** Жалпы дамыту жаттығулары арқылы арқылы қимыл қозғалыстары артады.

Әдіскер: *Аманжол*



## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 16.10.2020ж

Тақырыбы: Жіңішке ирелең жолмен жүгіру.

**Мақсаты:** Сапта бірінің артынан бірі аралықты сақтай отырып «жыланша»ирелеңдеп жүруді қалыптастыру

**Міндеті:** Жаттығу жасау арқылы қимыл қозғалысын арттырып икемін қалыптастыру.

**Көрнекіліктер:**қоңырау, жалаушалар.

**Алдын-ала жұмыстар:**сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:**жүру-ходить.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Балаларды сапқа тұрғызу денені тік ұстау сәлемдесу. Оңға, солға бұрылу бір қатармен залдың ішінде айналып қол желке тұста аяқтың ұшымен, өкшемен жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b>«Көкжиек» - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары.</b></p> <p><b>I.</b> “Күштірек” Б.Қ. аяқты алшақ қою бір жалауды жоғары біреуін төмен ұстау жалауларды жоғары төмен бұлғау.</p> <p>Төмен түсіру. 4 рет.</p> <p><b>II.</b> Б.Қ. аяқты алшақ қою жалауды төмен ұстау.</p> <p>1 – 2 аяқты бүкпеу алға еңкею жалауды жынға көтеру.</p> <p>Басты тік ұстау дем шығару.</p> <p>3 – 4 Б.Қ. 4 – 5 рет.</p> <p><b>III.</b> “Өкшенді көтер” Б.Қ. жалауды жанға ұстау 1 – 2 өкшені көтеру, отыру тізе арасын ашу. 3 – 4 Б.Қ. 6 рет.</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p>

	<p><b>IV. “Бұрылыс”</b> Б.Қ. отыру аяқты алшақ ұстау жалауды жанға көтеру.</p> <p>1 – оңға бұрылу басты тік ұстау. 2 – Б.Қ. Солға қайталау. 4 рет.</p> <p><b>V. “Тиіп кетпе”</b> Б.Қ. шалқадан жату аяқты алшақ ұстау.</p> <p>Жалау еденде өкшенің қасында жатады. Қолды артқа тіреп отыру.</p> <p>1 – 2 аяқты көтеру. 3 – 4 Б.қ. басты түсірмеу. 6 рет.</p> <p><b>VI. “Секіру”</b> – Б.Қ. аяқты алшақ қою, жалауды төмен ұстау.</p> <p>8 рет секіру сегізінші ретінде оңға бұрылып 8 қадам жасаап жүру. 4 рет.</p> <p>Жаттығудың соңынан жүруді жалғастыру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b>«Көкжиек» - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<p><b>Негізгі қимыл қозғалыс</b></p>	<p>1. Жіңішке ирелең жолмен жүгіру.</p>	<p>Балалар ептілікпен бір-бірінің артынан жүреді.</p>
<p><b>Жетекші-жөндеуші</b></p>	<p>Қимыл қозғалыс ойыны: «<b>Қарым қатынас орнату</b>». Жүргізуші «Мен шаша қара бала іздеп жүрмін дейді. Осы кезде шаштары қара балалар бір жерге үймеліп, тізерлеп отырып, жасырынуға тырысады.</p>	<p>Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.</p>

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** балалар бірінің артынан бірі жүруді біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Жіңішке ирелең жолмен жүгіруді игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға дағдыланды.

Әдіскер: 

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

**Топтары:** «Әсел» ортаңғы тобы

**Білім саласы:** «Денсаулық»

**Білім бөлімі:** «Дене шынықтыру»

**Өтілетін күні:** 20.10.2020ж-22.10.2020ж

**Тақырыбы:** Баспалдақпен өрмелеу.

**Мақсаты:** Балаларды баспалдақпен өрмелеуге үйрету.

**Міндеті:** Балаларға түрлі жаттығулар жасату арқылы, жүгіру секіру арқылы қимыл қозғалыс қабілеттерін артыру.

**Көрнекіліктер:** баспалдақ, доп, қақпа .

**Алдын-ала жұмыстар:** сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:** баспалдақ-лестница.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
<p><b>Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі</b></p>	<p>Қатарға тұру, денені тік ұстау, сәлемдесу. Оңға бұрылу бір қатармен залды айналып жүріп қолға арналған жаттығуларды орындау. Екі жаққа жоғары артқа, белге қолды қою.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Басын бұру» - түзу тұрып, аяғын иық деңгейінен сәл кішілеу ұстау; басын бір жағына бұрып дыбыспен демін ішке тарту, басын екінші жағына бұрып дыбыспен демін сыртқа шығару.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<p><b>Ұйымдастыру-ізденушілік</b></p>	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары:</b></p> <p><b>I.</b> “Шапалақтар” Б.Қ. аяқты алшақ қою қолды төмен ұстау. 1 – 2 қолды жанға созу. 3 – 4 төменге екі рет жамбасқа ұру “Хлоп” деп айту “Тарс” “Тарс” 6 рет.</p> <p><b>II.</b> “Еденді тарсылдат” Б.Қ. аяқты айқастырып қолды артқа тіреп отыру. 1 – алға еңкею қолды еденге тигізу. 2 – қолды ұру “хлоп” “хлоп” деп айту. 5 рет.</p> <p><b>III.</b> “Қой” Б.Қ. шалқадан жату қол желкеде аяқ бүгілген. 1 – 2 аяқты қосып бүгілген қалпы оңға қою. Басты, иықты көтермеу. 3 – 4 Б.Қ. солға қайталау. 4 рет.</p> <p><b>IV.</b> “Артыңа қара” Б.Қ. аяқты айқастырып қолды иыққа қойып отыру. 1 – 2 оңға бұрылу қарау “Көріп тұрмын” деп айту.</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p>

	<p>3 - 4 Б.Қ. Сол жаққа қайталау. 4 рет.  <b>V.</b> “Тізеден жоғары” Б.Қ. қолды артта ұстау аяқты алшақ қою.  1 – оң аяқты бүгіп көтеру, аяқ ұшын төмен қарату.  2 – Б.Қ. сол аяқпен қайталау. 4 рет.  <b>VI.</b> “Серіппелі қимыл жаса және секір” Б.Қ. қол белде.  1 – 2 серіппелі қимыл.  Бір орында секіру. 8 рет. Жүрумен кезектестіре 3 - 4 рет қайталау.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Басын бұру» - түзу тұрып, аяғын иық деңгейінен сәл кішілеу ұстау; басын бір жағына бұрып дыбыспен демін ішке тарту, басын екінші жағына бұрып дыбыспен демін сыртқа шығару.</p>	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Баспалдақпен өрмелеу.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: « <b>Кім тез</b> » Ойыншылардың міндеті бір жерден екінші жерге ойыншық, текше, доп сияқты заттарды қолмен ұстамай тасу керек.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** баспалдақпен жүруді біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Негізгі қимылды орындауды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға дағдыланды.

Әдіскер: *Аманжол*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары«Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 23.10.2020ж

Тақырыбы: Сапқа қатар тұрып, әр түрлі бағытта жүру.

**Мақсаты:**Балалардың көтеріңкі көңіл күйін туғызу бір-біріне ортақ қарым-қатынасын дамыту.Балаларды сапқа қатар тұрғызып әр түрлі бағытта жүруге үйрету.

**Міндеті:** Балалар жаттығуларды орындау денені тік ұстау дағдылану.

**Көрнекіліктер:**қимылды ойынға қажетті заттар.

**Алдын-ала жұмыстар:**сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:**жүру-ходить.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы атарға тұру түзелу, сәлемдесу.</p> <p>Қатар бойымен жүру, жүгіру. Қолға арналған жаттығулар. Қолды созу, жанға созу, алдыға созу.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> <b>А.Н.Стрельникова. «Қуғындар»</b> - тік тұрып, аяқты қосу, қолды жіберу; қолдарын жанына көтеріп одан кейін денесінің алдына қарай былғалау; демдерін тез шығару.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары:</b></p> <p><b>I.</b> “Кубикті кубикке” Б.Қ. кубикті артқа қойып аяқты алшақ ұстау. 1 – 2 кубикті алға шығару кубикті кубикке қою. 3 – 4 Б.Қ. Осы жаттығуды кубикті жаңға, иыққа, белге қойып жасау. 6 рет.</p> <p><b>II.</b> “Созыл” “Тартыл” Б.Қ. қолды артқа тіреп кубикті өкшенің жанына қойып аяқты алшақ ұстап отыру. 1 – 2қолды жоғары көтеру, еңкейіп кубикке тигізу. 3 – 4 Б.Қ. 5 рет.</p> <p><b>III.</b> “Тізені ұр” Б.Қ. шалқадан жату кубикті жоғару ұстау.</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p>

	<p>1 – оң аяқты бүгіп жоғары көтеру кубикті ұру. 2 – Б.Қ. сол аяқпен қайталау. Басты көтермеу.</p> <p><b>IV. “Бұрылыс”</b> Б.Қ. кубикті иыққа қойып аяқты айқастырып отыру. 1 – оңға бұрылу кубикті қою. 2 – Б.Қ. солға қайталау. 4 рет.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> <b>А.Н.Стрельникова. «Қуғындар»</b> - тік тұрып, аяқты қосу, қолды жіберу; қолдарын жанына көтеріп одан кейін денесінің алдына қарай былғалау; демдерін тез шығару.</p>	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Сапқа қатар тұрып, әр түрлі бағытта жүру.	Балалар ептілікпен бір-бір-біріне соқтығыспай жүреді.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<p>Қимыл қозғалыс ойыны: «Поезд»</p> <p>Нұсқаушы балаларға ойын ұсынады Мен паровоз боламын, сендер кішкентай вагонсындар. Балалар бірінің артынан бірі вагон болып тізбектеліп тұрады. Нұсқаушы белгі бергенде балалар тізбектеліп бөлмені айналып жүреді</p>	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар жаттығуды жасауды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Екіден қол ұстасып, бірінің артынан бірі соқтығыспай тұзу, қисық жолмен жүруді игереді.

**Орындаушылық қабілеті:** жалпы балалар жаттығуларды дұрыс жасайды орындайды.

*Әдіскер: Аманжол Жантөре*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 27.10.-29.10.2020ж

Тақырыбы: Жерден сәл көтерілген саты баспалдақтарынан аттау.

Мақсаты: Жерден сәл көтеріліп жатқан саты баспалдақтарынан аттауға жаттықтыру.

Міндеті: Балаларды жаттығуларды мұқият орындауға дағдыландыру.

Көрнекіліктер: қимылды ойынға қажетті құралдар.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: баспалдақ-лестница.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қатарға тұру, денені тік ұстау, сәлемдесу. Оңға бұрылу бір қатармен залды айналып жүріп қолға арналған жаттығуларды орындау. Екі жаққа жоғары артқа, белге қолды қою.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Итбалық» - отырып бір қолын ішіне, екінші қолын кеудесіне қою; ішін тартып демін ішке алу, кеудесін төмен түсіріп, ішін жіберіп томпайтып ауаны сыртқа шығару.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары:</b></p> <p><b>I.</b> “Шеңберге қара” Б.Қ. аяқты алшақ ұстау. 1. Шеңберді жоғары көтеру, қарау. 2. Б.Қ. “төмен” деп айту. 5 рет.</p> <p><b>II.</b> “Шеңберді бұр”. Б.Қ. шеңбер ішінде аяқты айқастырып отыру. Шеңберді белдің тұсында ұстау. 1 – 2 оңға бұрылу. 3 – 4 Б.Қ. Солға қайталау. 3 реттен.</p> <p><b>III.</b> “Тиіп кетпе” Б.Қ. аяқты бүгіп отыру шеңбер аяқтың алдында қолды артқа тіреп отыру. 1 – 2 аяқты алшақ етіп созу. 3 – 4. Б.Қ.</p> <p><b>IV.</b> “Түсіріп алма” Б.Қ. аяқты алшақ ұстап шеңберді мойынға қою, қол белде. 1 – 2 басты көтеру алға еңкею дем шығару. 3 – 4 Б.Қ. 5 рет.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Итбалық» - отырып бір қолын ішіне, екінші қолын кеудесіне</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>

	қою; ішін тартып демін ішке алу, кеудесін төмен түсіріп, ішін жіберіп томпайтып ауаны сыртқа шығару.	
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Жерден сәл көтерілген саты баспалдақтарынан аттау.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: « <i>Сақина</i> ». Дөңгелек ортасында тұрған жүргізуші, алақанының арасына сақинаны салып, қалған ойыншылардың алақандарына салған болып шығады. Ойыншылардың біреуінің алақанына сақинаны салып: «Менің сақинам қайда?» - деп дауыстап сұрайды. Сұрақты естіген соң, сақинаны алған бала ортадан жүгіріп шығуы қажет. Ойын шарты бойынша көршісінің мсіндеті сақинасы бар баланы ұстап жібермеуі керек.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Жаттығуларды мұқият орындауды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Жерден сәл көтерілген саты баспалдақтарынан аттауды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға машықтанды.

Әдіскер: *Аманжол*



## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 30.10.2020ж

Тақырыбы: Тепе-теңдік сақтап, тақтай үстімен жүру.

**Мақсаты:** Тепе-теңдікті сақтай отырып тақтай үстімен жүгіруге жаттықтыру. Балалардың ойын барысында көтеріңкі көңіл- күйін туғызу, бір-біріне достық қарым-қатынаста болу.

**Міндеті:** Балалардың тәрбиесін арттыра отырып, іс-қимылын қалыптастыру.

**Көрнекіліктер:** тақтайша, қимылды ойынға қажетті құралдар.

**Алдын-ала жұмыстар:** сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:** жүру-ходить.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Балаларды сапқа тұрғызу денені тік ұстау сәлемдесу. Оңға, солға бұрылу бір қатармен залдың ішінде айналып қол желке тұста аяқтың ұшымен, өкшемен жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b>- түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. «Қол алға, жоғары» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, қол төменде. Қолды алға созу, жоғары көтеріп, оларға қарау, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</li><li>2. «Әткеншектер» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, қол белде. Оңға қарай иілу, қайта түзелу. Сол жаққа да дәл солай жасау. 4 рет қайталау.</li><li>3. «Серіппелер» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, қол белде. 2-3 реттен жартылай отырып-тұру. 4 рет қайталау.</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> - түзу</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p> <p>ыныс алу жаттығуын</p>

	тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.	орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Тепе-теңдік сақтап, тақтай үстімен жүру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: <b>«Мысық пен тышқан»</b> . Барлық балалар айнала шеңберге тұрып, «тышқан» мен «мысық» таңдайды. «Тышқандар» «мысықтан» қашады, дөңгелек ішінде жүруге болады. «Мысықты» балалар дөңгелек ішіне жібермейді.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар нұсқауды түсініп неізгі қимылды орындай алады.

**Қалыптасқан түсініктер:** Тепе-теңдік сақтап, тақтай үстімен жүруді игереді.

**Орындаушылық қабілеті:** Жалпы дамыту жаттығулары арқылы арқылы қимыл қозғалыстары артады.

Әзіскер: *Аманжол*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 03.11.2020ж

Тақырыбы: Жіп бойымен шеңбер жасап жүру.

Мақсаты: Балаларды жіп бойымен шеңбер жасап жүруді үйрету.

Міндеті: Қимылды ойында жылдамдығын арттыруға үйрену, шыдамдылыққа бейімдеу.

Көрнекіліктер: жіп, жалаушалар.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: жүру-ходить

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қатарға тұру түзелу, сап түзеу. Сәлемдесу. Оңға солға бұрылу, жәй жүріспен жүру, аяқтың ұшымен қол белде, өкшемен жүру қол желкеде, қолды екі жанға созып жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығуы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Қолды шапалақта. Б.қ. аяқ иық деңгейде қолды алға созып шапалақтау. 5 рет.</li><li>2. Қолды еденге тигіз. Б.қ. аяқты қосып қол белде отыру, қолды еденге тигізу. 4 рет.</li><li>3. Қолды артқа тигіз. Б.қ. аяқты алша ашып отыру, қолды артқа тигізу. 4 рет.</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>

<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Жіп бойымен шеңбер жасап жүру.	Балалар ептілікпен бір-біріне допты домалатады.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<p>Қимыл қозғалыс ойыны: «Өз түсіңді тап»</p> <p>Балалар 3-4 жалауша алады. Біріншісі жасыл, екіншісі көк, үшіншісі сары. Бөлменің әр бұрышына көк, жасыл, сары құрсаулар қойып қояды. Балаларға қыдырыңдар дейді. Балалар шулай жүгіреді. Осы кезде нұсқаушы өз түстерінді табындар дейді. Балалар қолындағы жалаушаның түсімен өз түстерін табады.</p>	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** шеңбер жасап жүруді біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Жіп бойымен шеңбер жасап жүруді игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға дағдыланды.

*Әдіскер: Аманжол Рахметовна Ғ.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 05.11.2020ж-06.11.2020ж

Тақырыбы: Қашықтығы 1м қойылған 2-3 тақтайшалардан аттау.

**Мақсаты:** Балалардың ойын барысында көтеріңкі көңіл- күйін туғызу, бір-біріне достық қарым-қатынаста болу.

**Міндеті:** Балалардың тәрбиесін арттыра отырып, іс-қимылын қалыптастыру.

**Көрнекіліктер:** зат, қимылды ойынға қажетті құралдар.

**Алдын-ала жұмыстар:** сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:** секіру-прыгать.

**Инклюзивтік әлеумет:**

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Балаларды сапқа тұрғызу денені тік ұстау сәлемдесу. Оңға, солға бұрылу бір қатармен залдың ішінде айналып қол желке тұста аяқтың ұшымен, өкшемен жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Көкжиек» - тұзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>I.</b> “Қолды желкеге қоямыз” Б.Қ. аяқты алшақ қою. Қол төменде 1 – 2 алақанды желкеге қою шынтақты жанға созу басты тік ұстау дем шығару. “Төмен” деп айту аяқ ұшымен тұру 6 рет.</p> <p><b>II.</b> “Алақанымызды еденге қоямыз” Б.Қ. отыру аяқ иық көлемінде қолды артқа тіреу 1 – 2 қолдыжанмен жоғары көтеру. Алға еңкею. Қолды окше тұсқа әкеліп еденге қою – демалу. 3 – 4 қолды жоғары көтеру. Б.Қ. келу.</p> <p><b>III.</b> “Аяғымызды бүгеміз, созамыз” Б.Қ. шалқадан жату. Аяқты бүгу созу. 5 рет.</p> <p><b>IV.</b> “Сағат тілі” аяқты алшақ ұстау оңға қарай қисаю “тик” деп айту солға “так” деп айту.</p> <p><b>V.</b> “Аяқты қолды жанға созамыз” Б.Қ. қол белде</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p>

	<p>оң аяқты оң қолды жанға созу. Солға қайталау. 4 рет.</p> <p><b>VI. “Секіреміз”</b> Б.Қ. аяқ қосылған қол төменде аяқты алшақ және қосып секіру. 8 рет секіру жүрумен кезектестіреміз. 2 рет.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Көкжиек» - тұзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Қашықтығы 1м қойылған 2-3 тақтайшалардан аттау.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: « <b>Торғайлар мен автомобиль</b> » Балалар орындықтарға бөлменің қабырға жағында отырады. Олар ұяда отырған торғайлар. Ойын алаңының қарсы бетінде тәрбиеші тұрады, ол автомобиль. Торғайлар жүгіріңдер- деп нұсқау бергенде олар қолдарын жайып ұшқан қимыл жасап жүреді. Абайлаңдар машина дегенде өз ұяларына ұшады.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар нұсқауды түсініп неізгі қимылды орындай алады.

**Қалыптасқан түсініктер:** Қашықтығы 1м қойылған 2-3 тақтайшалардан аттауды

игереді.

**Орындаушылық қабілеті:** Жалпы дамыту жаттығулары арқылы арқылы қимыл қозғалыстары артады.

Әдіскер: *Аманжол*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 10.11.2020ж

Тақырыбы: «Шеңбер бойымен топтасып, бір-бірінің артынан жүгіру».

Мақсаты: Топтасып жүру кезінде бір-бірін соқпай жүре отырып, достыққа баулу;

Міндеті: Балаларға қауіпсіздік туралы түсіндіру, уйрету.

Көрнекіліктер: доп, жалаушалар ойынға қажетті заттар.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: жүгіру-бегать.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қатарға тұру түзелу, сап түзеу. Сәлемдесу. Оңға солға бұрылу, жәй жүріспен жүру, аяқтың ұшымен қол белде, өкшемен жүру қол желкеде, қолды екі жанға созып жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығуы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>4. Сылдырмақты сылдырлат. Б.қ. аяқ иық деңгейде қолды алға созып сылдырлату. 5 рет.</li><li>5. Сылдырмақты соқ. Б.қ. аяқты қосып қол белде отыру, қолды тізегесылдырмақты тигізу. 4 рет.</li><li>6. Сылдырмақты жасыр. Қолды артқа қойып сылдырмақты жасырамыз. 4 рет қайталау.</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>

<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	<b>1. «Шеңбер бойымен топтасып, бір-бірінің артынан жүгіру».</b>	Балалар ептілікпен бір-біріне допты домалатады.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: «Допты қуып жет». Балалар ойын алаңында өз қалаулары бойынша ойнап жүреді. Нұсқаушы әр түрлі бағытта доптарды домалатады. Балалар допты қуып жетіп нұсқаушыға әкеліп береді.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Кішкене топпен алаңның бір шетінен екінші шетіне жарыса жүгіруді біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Шеңбер бойымен топтасып, бір-бірінің артынан жүгіруді үйренді.

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға дағдыланды.

*Әдіскер: Аманжолжанова А.*



## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 12.11.2020ж-13.11.2020ж

Тақырыбы:Құм толтырылған дорбаны бір, екі қолмен алға лақтыру.

**Мақсаты:** Қолды артқа кере алға дұрыс сермей отырып дорбаны нысынаға дәл лақтыруға машықтандыру;

**Міндеті:** Балаларды жаттығуларды мұқият орындауға дағдыландыру.

**Көрнекіліктер:**қимылды ойынға қажетті құралдар құм салынған дорба..

**Алдын-ала жұмыстар:**сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:**

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қатарға тұру, денені тік ұстау, сәлемдесу.Оңға бұрылубір қатармен залды айналыпжүріп қолға арналған жаттығуларды орындау. Екі жаққа жоғары артқа, белге қолды қою.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b>«Итбалық» - отырып бір қолын ішіне, екінші қолын кеудесіне қою; ішін тартып демін ішке алу, кеудесін төмен түсіріп, ішін жіберіп томпайтып ауаны сыртқа шығару.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары:</b></p> <p><b>I.</b> “Шеңберге қара” Б.Қ. аяқты алшақ ұстау. 1. Шеңберді жоғары көтеру, қарау. 2. Б.Қ. “төмен” деп айту. 5 рет.</p> <p><b>II.</b> “Шеңберді бұр”. Б.Қ. шеңбер ішінде аяқты айкастырып отыру. Шеңберді белдің тұсында ұстау. 1 – 2 оңға бұрылу. 3 – 4 Б.Қ. Солға қайталау. 3 реттен.</p> <p><b>III.</b> “Тиіп кетпе” Б.Қ. аяқты бүгіп отыру шеңбер аяқтың алдында қолды артқа тіреп отыру. 1 – 2 аяқты алшақ етіп созу. 3 – 4. Б.Қ.</p> <p><b>IV.</b> “Түсіріп алма” Б.Қ. аяқты алшақ ұстап шеңберді мойынға қою, қол белде. 1 – 2 басты көтеру алға еңкею дем шығару. 3 – 4 Б.Қ. 5 рет.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b>«Итбалық» - отырып</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>

	бір қолын ішіне, екінші қолын кеудесіне қою; ішін тартып демін ішке алу, кеудесін төмен түсіріп, ішін жіберіп томпайтып ауаны сыртқа шығару.	
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Құм толтырылған дорбаны бір, екі қолмен алға лақтыру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: « <i>Сақина</i> ». Дөңгелек ортасында тұрған жүргізуші, алақанының арасына сақинаны салып, қалған ойыншылардың алақандарына салған болып шығады. Ойыншылардың біреуінің алақанына сақинаны салып: «Менің сақинам қайда?» - деп дауыстап сұрайды. Сұрақты естіген соң, сақинаны алған бала ортадан жүгіріп шығуы қажет. Ойын шарты бойынша көршісінің мсіндеті сақинасы бар баланы ұстап жібермеуі керек.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Жаттығуларды мұқият орындауды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Құм толтырылған дорбаны бір, екі қолмен алға лақтыруды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға машықтанды.

Әдіскер: *Аманжол*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Тобы: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 17.11.2020ж

Тақырыбы: Бір-біріне қарсы тұрып, допты лақтыру, қағу.

**Мақсаты:** Допты лақтыра, қағып алуда дәлдікке баулып, достыққа тәрбиелеу.

**Міндеті:** Балаларға түрлі жаттығулар жасату арқылы, жүгіру секіру арқылы қимыл қозғалыс қабілеттерін артыру.

**Көрнекіліктер:** доп, қақпа .

**Алдын-ала жұмыстар:** сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:** доп-мячъ

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қатарға тұру, денені тік ұстау, сәлемдесу. Оңға бұрылу бір қатармен залды айналып жүріп қолға арналған жаттығуларды орындау. Екі жаққа жоғары артқа, белге қолды қою.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> - тұзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары:</b> Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. «Допты лақтырып, екі қолмен тосып ал» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, доп екі қолда төменде. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу. 4 рет қайталау.</li><li>2. «Допты айналаңда дөңгелет» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, доп төменде. Алға иілу, оң аяқпен допты өзінен айналдыру, кейін сол аяқпен, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</li><li>3. «Доппен бірге бұрылулар» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, доп кеуде тұсында. Оңға бұрылу, оң қолмен допты оң тұсқа созу, бастапқы қалыпқа оралу, сол жаққа бұрылу, сол қолмен допты сол тұсқа созу, бастапқы қалыпқа оралу. 2 рет қайталау.</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> -</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p>

	түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Бір-біріне қарсы тұрып, допты лақтыру, қағу.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: <b>«Менің зымыраған көңілді добым»</b> Доптарды нұсқаушы балаларға шашыратып лақтырдырады балалар зымыраған доптарды қуа жөнеледі.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Бір-біріне қарсы тұрып, допты лақтыру, қағуды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Негізгі қимылды орындауды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға дағдыланды.

Әдіскер: *Аманжолжанова А.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 19.11.2020-20.11.2020ж

Тақырыбы: Гимнастикалық қабырғада өрмелеу.

Мақсаты: Балаларды аяқпен ретті өрмелеуге машықтандыру;

Міндеті: Балалар жаттығуларды орындау денені тік ұстау дағдылану.

Көрнекіліктер: қимылды ойынға қажетті заттар.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы атарға тұру түзелу, сәлемдесу.</p> <p>Қатар бойымен жүру, жүгіру. Қолға арналған жаттығулар. Қолды созу, жанға созу, алдыға созу.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> <b>А.Н.Стрельникова. «Қуғындар»</b> - тік тұрып, аяқты қосу, қолды жіберу; қолдарын жанына көтеріп одан кейін денесінің алдына қарай былғалау; демдерін тез шығару.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары:</b></p> <p><b>I.</b> “Кубикті кубикке” Б.Қ. кубикті артқа қойып аяқты алшақ ұстау. 1 – 2 кубикті алға шығару кубикті кубикке қою. 3 – 4 Б.Қ. Осы жаттығуды кубикті жаңға, иыққа, белге қойып жасау. 6 рет.</p> <p><b>II.</b> “Созыл” “Тартыл” Б.Қ. қолды артқа тіреп кубикті өкшенің жанына қойып аяқты алшақ ұстап отыру. 1 – 2 қолды жоғары көтеру, еңкейіп кубикке тигізу. 3 – 4 Б.Қ. 5 рет.</p> <p><b>III.</b> “Тізені ұр” Б.Қ. шалқадан жату кубикті жоғару ұстау. 1 – оң аяқты бүгіп жоғары көтеру кубикті ұру.</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p>

	<p>2 – Б.Қ. сол аяқпен қайталау. Басты көтермеу.</p> <p><b>IV. “Бұрылыс” Б.Қ. кубикті иыққа қойып аяқты айқастырып отыру.</b> 1 – оңға бұрылу кубикті қою. 2 – Б.Қ. солға қайталау. 4 рет.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> <b>А.Н.Стрельникова. «Қуғындар»</b> - тік тұрып, аяқты қосу, қолды жіберу; қолдарын жанына көтеріп одан кейін денесінің алдына қарай былғалау; демдерін тез шығару.</p>	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	Гимнастикалық қабырғада өрмелеу.	Балалар ептілікпен бір-бір-біріне соқтығыспай жүреді.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: «Поезд» Балалар бір-бірінің артынан тұрып бәз поездың вагондарымыз деп жайлап, одан соң қатты чу-чу чу –деп қимылда бастайды. Қатардағы тәрбиеші бірінші болып тұрады да жайлап жүруді бастайды.Тәрбиеші Біз станцияға келдік аялдама жасаймыз –деп тоқтап тұрып алып қайта гудок беріп жүреді.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар жаттығуды жасауды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Гимнастикалық қабырғада өрмелеуді игереді.

**Орындаушылық қабілеті:** жалпы балалар жаттығуларды дұрыс жасайды орындайды.

*Әдіскер: Асият Жамалова 9.*

## Ұйымдастырылған қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 24.11.2020ж

Тақырыбы:Тепе-теңдік сақтап, арқан үстімен жүру

Мақсаты: Екі қолды екі жанға жайып, жүріс кезінде тепе-теңдік сақтай алуды үйрету;

Міндеті: Балаларды жаттығуларды мұқият орындауға дағдыландыру.

Көрнекіліктер:қимылды ойынға қажетті құралдар.

Алдын-ала жұмыстар:сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:жүру -ходить

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қатарға тұру, денені тік ұстау, сәлемдесу.Оңға бұрылубір қатармен залды айналыпжүріп қолға арналған жаттығуларды орындау. Екі жаққа жоғары артқа, белге қолды қою.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:«Көкжиек» - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</b></p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>4. Ағаштар тербеледі. Б.қ. қолды жоғары көтеру. Қолды оңға, солға тербету. 6 рет.</li><li>5. Жан-жаққа иілу. Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол белде. Оңға солға иілу. 5 рет.</li><li>6. Секірулер. Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол белде. Бір орында екі аяқпен бірдей 6 рет секіру.</li></ol>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p>

	<b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек» - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</b>	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
	1. Тепе-теңдік сақтап, арқан үстімен жүру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: «Допты қуып жет» Балалар ойын алаңында өз қалаулары бойынша ойнап жүреді. Доптарды әр бағытта домалатады, балалар оларды қуып жетіп нұсқаушыға апарып береді.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Жаттығуларды мұқият орындауды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Тепе-теңдік сақтап, арқан үстімен жүруді игерді..

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға машықтанды.

*Әдіскер: Асият Рахметова*



## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 26.11.2020ж-27.11.2020ж

Тақырыбы: Кедергілер арасынан еңбектеп өту

Мақсаты: Еңбектеу кезінде кедергіге тимей өте алу машықтарын арттыру;

Міндеті: Балалардың тәрбиесін арттыра отырып, іс-қимылын қалыптастыру.

Көрнекіліктер: тақтайша, қимылды ойынға қажетті құралдар.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Балаларды сапқа тұрғызу денені тік ұстау сәлемдесу. Оңға, солға бұрылу бір қатармен залдың ішінде айналып қол желке тұста аяқтың ұшымен, өкшемен жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Қуғындар» - тік тұрып, аяқты қосу, қолды жіберу; қолдарын жанына көтеріп одан кейін денесінің алдына қарай былғалау; демдерін тез шығару.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>I.</b> “Саусақтарымызды ұрамыз”. Б.Қ. шалқадан жату. 1 - 2 қолды жоғары көтеру. Еденге ұру 3 – 4 Б.Қ. 6 рет.</p> <p><b>II.</b> “Бөренеге ұқсаймыз” Б.Қ. қолды желкеде ұстау 1 – 2 шынтакты алға шығару оңға шығару оңға бұрылу. 3 – 4 Б.Қ. солға қайталау. 4 рет.</p> <p><b>III.</b> “Жағажайдамыз” Б.Қ. ішпен жату. Қолды тамақ астында ұстау. 1 – 6 аяқты бүгу ойнату. 7 – 8 бұрылып шалқадан жату. Саусақты ойнату. Аяқты қарау. 5 рет.</p> <p><b>VI.</b> “Артымызға қараймыз” Б.Қ. тіземен тұру. Қолды желкеде ұстау 1 – 2 оңға бұрылу. Өкшеге алақанмен ұру. Хлоп деп айту. 3 – 4 солға қайталау. 4 реттен.</p> <p><b>V.</b> “Отырып тұрамыз” Б.Қ. қол белде. Отыру</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p>

	<p>тұру. 5 рет.  <b>VI.</b> “Секіреміз” Б.Қ. аяқты алшақ қоямыз. 15 – 20 рет.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Қуғындар» - тік тұрып, аяқты қосу, қолды жіберу; қолдарын жанына көтеріп одан кейін денесінің алдына қарай былғалау; демдерін тез шығару.</p>	тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1.Кедергілер арасынан еңбектеп өту	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: « <b>Аяқпен жер тебінеміз</b> »Балалар қолдарын жерге сүйеп шеңбер болып отырады. .Музыкақосылғанда балалар аяқтарымен жерді тебеді.Нұсқаушы тоқта дейді.Бәрі тоқтайды. Ойын осылай жалғасады.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар нұсқауды түсініп неізгі қимылды орындай алады.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арасынан еңбектеп өтуді игереді..

**Орындаушылық қабілеті:** Жалпы дамыту жаттығулары арқылы арқылы қимыл қозғалыстары артады.

*Әдіскер: Асият Рамағалова 9.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық».

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру».

Өтілетін күні: 03.12.2020ж-04.12.2020ж

Тақырыбы: Допты екі қолмен желке тұсынан алысқа лақтыру

Мақсаты: Неғұрлым алысқа әрі дәл лақтыра алуға машықтандыру;

Балаларды допты жоғары лақтыруға қағып алуға машықтандыру.

### Міндеті:

Балаларды ептілікке, шапшаңдыққа тәрбиелеу. Ұжым болып бірлесіп ойнауға тәрбиелеу.

**Көрнекіліктер:** доп, қақпа, қимылды ойынға қажетті заттар.

**Алдын-ала жұмыстар:** Сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:** доп-мячъ.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
<b>Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі</b>	Қатарға тұру түзелу, балалармен сәлемдесу: Балалар бүгінгі оқу іс әрекетке дайынсындар ма?  Аяқтың ұшымен жүру, жылан жүріспен жүру, ат жүрісімен жүру.  Тыныс алу жаттығу: «Басын бұру» - түзу тұрып, аяғын иық деңгейінен сәл кішілеу ұстау; басын бір жағына бұрып дыбыспен демін ішке тарту, басын екінші жағына бұрып дыбыспен демін сыртқа шығару.	Сапқа тұрады денені тік ұстап сәлемдеседі. Бой сергіту жаттығуларын орындайды.  Тыныс алу жаттығуын орындайды.

<p><b>Ұйымдастыру-ізденушілік</b></p>	<p><b>Таяқшамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Арақашықтықты сақтап жаттығу жасауға ыңғайлы етіп тұрайық.</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Допты лақтырып, екі қолмен тосып ал» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшак, доп екі қолда төменде. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу. 4рет қайталау.</li> <li>2. «Допты айналанда дөңгелет» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, доп төменде. Алға иілу, оң аяқпен допты өзінен айналдыру, кейін сол аяқпен, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</li> <li>3. «Доппен бірге бұрылулар» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, доп кеуде тұсында. Оңға бұрылу, оң қолмен допты оң тұсқа созу, бастапқы қалыпқа оралу, сол жаққа бұрылу, сол қолмен допты сол тұсқа созу, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</li> </ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: Т. Ф. Виноградова бойынша «Түтікше»</b> - ысқырықты үрлегендей қылып, ерніңмен түтікшені қысып, сосын жымыып ерніңді босатасың; еріннің осындай қалыптарын кезектестіріп қайталайды.</p>	<p>Жалпы дамыту жаттығуларын нұсқаушымен бірге қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<p><b>Негізгі қимыл қозғалыс</b></p>	<p>1. Допты екі қолмен желке тұсынан алысқа лақтыру</p>	<p>Ептілікпен орындайды.</p>
<p><b>Жетекші-жөндеуші</b></p>	<p>Қимыл қозғалыс ойыны: «<b>Допты қақпаға дәл соқ</b>».Алаңға қақпа қояды .Балалар сол қақпаға біртіндеп допты дәл соғып ойнайды.</p>	<p>Балалар ептілікпен ойынды қызығушылықпен ойнады.</p>

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар жаттығуларды жасауды үйренді.

**Қалыптасқан түсініктер:** Жалпы дамыту жаттығуларына белсене қатысты. Допты екі қолмен желке тұсынан алысқа лақтыруды игереді.

**Орындаушылық қабілеті:** Нұсқауды қызығушылықпен орындайды.

*Әзіскер: Аманжол*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

**Топтары:** «Әсел» ортаңғы тобы

**Білім саласы:** «Денсаулық»

**Білім бөлімі:** «Дене шынықтыру»

**Өтілетін күні:** 08.12.2020ж

**Тақырыбы:** Бір жағы жерден сәл көтерілген тақтай үстімен жоғары, төмен жүру.

**Мақсаты:** Жоғары, төмен тақтай үстімен жүру кезінде тепе-теңдік сақтауға баулу;

**Міндеті:** Жаттығу жасау арқылы қимыл қозғалысын арттырып икемін қалыптастыру.

**Көрнекіліктер:** тақтай, доп, жалаушалар.

**Алдын-ала жұмыстар:** сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:** жүру-ходить.

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Балаларды сапқа тұрғызу денені тік ұстау сәлемдесу. Бір қатармен жүру, аяқтың ұшымен, өкшемен, аяқтың сыртымен, жартылай отырып жүру, тіземен жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Көкжиек» - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>

<p><b>Ұйымдастыру-ізденушілік</b></p>	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Б.қ. Қолды жанға созу кеуде тұсына әкелу, айналдыру. 4 рет.</li> <li>2. Алақанды көрсет б.қ. қолды алға созу, артқа жасыру. 5 рет.</li> <li>3. Тізені соқ. Б.қ. отыру аяқты тізені соғу. 5 рет.</li> </ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
---------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------

	жұдырыққа қысу.	
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Бір жағы жерден сәл көтерілген тақтай үстімен жоғары, төмен жүру.	Балалар ептілікпен бір-бірінің артынан жүреді.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: « <b>Арықтан аттап өтеміз</b> ». Жерде тақтай тасталады. Оның ені 25-30см. ұзындығы 25-30см. Ол көпір болып саналады. Арғы жағада гүлдер өседі. Балалар көпірден өтіп арғы жағадағы гүлдерді жинап, қайдадан көпірден өтіп ойын алаңына оралады.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** тақтай үстімен жоғары, төмен жүруді біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Бір жағы жерден сәл көтерілген тақтай үстімен жоғары, төмен жүруді меңгерді.

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға дағдыланды.

Әдіскер: *Асият Жантөле*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 10.12.2020ж-11.12.2020ж

Тақырыбы: Биіктігі 10-15см заттың үстінен жерге секіру.

Мақсаты: Секіру элементтерін балалардың бойына барынша сіңіру;

Міндеті: Жүру кезінде бір-біріне соқтығыспауға тепе-теңдікті сақтауға баулу.

Көрнекіліктер: қимылды ойынға қажетті құралдар, доп, арқан.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: секіру -прыгать

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қатарға тұру, денені тік ұстау, сәлемдесу. Оңға бұрылу бір қатармен залды айналып. Тізені жоғары көтеріп жүру. Екі жаққа жоғары артқа, белге қолды қою.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Басын бұру» - түзу тұрып, аяқтарын иық деңгейінен сәл ашамыз; басын бір жағына бұрып, дыбыспен демін ішке тарту, басын екінші жағына бұрып дыбыспен демін сыртқа шығару;</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Ағаштар тербеледі. Б.қ. қолды жоғары көтеру. Қолды оңға, солға тербету. 4 рет.</li><li>2. Жан-жаққа иілу. Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол белде. Оңға солға иілу. 4 рет.</li><li>3. Б.қ. Қолды алға созу, тізені алақанға тигізу.</li><li>4. Секірулер. Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол белде. Бір орында екі аяқпен бірдей 6 рет секіру.</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Басын</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>



	бұру» - түзу тұрып, аяқтарын иық деңгейінен сәл ашамыз; басын бір жағына бұрып, дыбыспен демін ішке тарту, басын екінші жағына бұрып дыбыспен демін сыртқа шығару;	
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Биіктігі 10-15см заттың үстінен жерге секіру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: « <b>Ұшақтар</b> » Балалар қолдан ұшақ жасайды. Кімнің ұшағы алысқа ұшады деп атқанда балалар ұшақтарын ұшырады Кімнің ұшағы алысқа ұшса сол жеңіске жетеді.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Жаттығуларды мұқият орындауды біледі

**.Қалыптасқан түсініктер** Заттың үстімен жүруді игереді

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға машықтанды.

Әдіскер: *Аманжол*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 15.12.2020ж

Тақырыбы:Музыка ырғағына сай қимылдар жасай жүру.

**Мақсаты:** Қимыл-қозғалыс жаттығуларын музыка ырғағына бағына жасай алуға үйрету;

**Міндеті:** Балалардың негізгі қимыл қозғалысына назар аудару.

**Көрнекіліктер:**үнтаспа,доп,қимылды ойынға қажетті атрибуттар.

**Алдын-ала жұмыстар:**сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:**музыка-музыка

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қатарға тұру, денені тік ұстау, сәлемдесу.Оңға бұрылуді қатармен залды айналыпжүріп қолға арналған жаттығуларды орындау.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Үлкен маятник» - түзу тұрып, аяқтарын иық деңгейінен сәл ғана ашып қою; ілгері еңкейіп, еденге қарай созу, демін ішке алу; тоқтамастан артқа шалқаю, қолымен иықтарын құшақтау, жаттығулардың арасында демін сыртқа шығару;</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары:</b> Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1.«Допты лақтырып, екі қолмен тосып ал» Б.к. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, доп екі қолда төменде. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу. 4 рет қайталау.</li><li>2.«Допты айналаңда дөңгелет» Б.к. аяқ иық деңгейінде, доп төменде. Алға иілу, оң аяқпен допты өзінен айналдыру, кейін сол аяқпен, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</li><li>3.«Доппен бірге бұрылулар» Б.к. аяқ иық деңгейінде, доп кеуде тұсында. Оңға бұрылу, оң қолмен допты оң тұсқа созу, бастапқы қалыпқа оралу, сол жаққа бұрылу, сол қолмен допты сол тұсқа созу, бастапқы қалыпқа оралу. 2 рет қайталау.</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b>«Көкжиек» - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p>

	көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1.Музыка ырғағына сай қимылдар жасай жүру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: « <b>Торғайлар мен мысық</b> »Жерде диаметрі 3-4 шеңбер сызылады.Балалардың біреуі мысық болып, шеңбердің ішінде отырады.Қалған балалар-торғайлар,олар шеңбердің сыртында тұрады.Нұсқаушы Торғайлар ұшты» деген белгісі бойынша шатырдан,ұяларынан жерге ұшып түсіп қанаттарын жайып, бөлме бойы шашырап жүгіреді.Ол кезде «мысық» оянып «мяу-мяу» деп «торғайларды» қуалай жөнеледі.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Негізгі қимылды орындауды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Музыка ырғағына сай қимылдар жасай жүруді игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға дағдыланды.

Әдіскер: *Аманжол*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 22.12.2020ж-24.12.2020ж

Тақырыбы: Заттардың арасымен допты, шарды домалату.

Мақсаты: Заттар арасымен допты домалату арқылы балаларды ептілікке тарту;

Міндеті: Балаларға қауіпсіздік туралы түсіндіру, іс-қимылдарының нақты болуын қадағалау.

Көрнекіліктер: доп, жалаушалар ойынға қажетті заттар.

Алдын-ала жұмыстар: спорттық ойындарды ұйымдастыру.

Блингвалдық компоненттері: доп-мячъ.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қатарға тұру түзелу, сап түзеу. Сәлемдесу. Оңға солға бұрылу, жәй жүріспен жүру, аяқтың ұшымен қол белде, өкшемен жүру қол желкеде, қолды екі жанға созып жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Кеудені бұру» - түзу тұру, аяқ арасын иық көлемінде қою; қолдары дененің бойымен; денені бұрған сайын дыбыспен; қысқа, демді ішке жұту; жаттығу арасында демді сыртқа шығару;</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары:</b> Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1.«Допты лақтырып, екі қолмен тосып ал» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, доп екі қолда төменде. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу. 4 рет қайталау.</li><li>2.«Допты айналаңда дөңгелет» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, доп төменде. Алға иілу, оң аяқпен допты өзінен айналдыру, кейін сол аяқпен, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</li><li>3.«Доппен бірге бұрылулар» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, доп кеуде тұсында. Оңға бұрылу, оң қолмен допты оң тұсқа созу, бастапқы қалыпқа оралу, сол жаққа бұрылу, сол қолмен допты сол тұсқа созу, бастапқы қалыпқа оралу. 2 рет қайталау.</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Кеудені бұру» - түзу тұру, аяқ арасын иық көлемінде қою;</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын</p>

	қолдары дененің бойымен; денені бұрған сайын дыбыспен; қысқа, демді ішке жұту; жаттығу арасында демді сыртқа шығару;	орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Заттардың арасымен допты, шарды домалату.	Балалар ептілікпен бір-біріне допты домалатады.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: «Допты қуып жет». Бұл ойынға 5-6 бала қатысады. Нұсқаушы себеттегі доптарды шашып, балаларға қуындар дейді. Балалар доптарды қуып жетіп әкеліп береді.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Шеңбер бойымен топтасып, бір-бірінің артынан жүгіруді біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Заттардың арасымен допты, шарды домалатуды игереді.

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға дағдыланды.

Әдіскер: *Асият Рамағалова*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 24.12.2020ж

Тақырыбы: Кедір-бұдыр тақтай үстімен жүру.

Мақсаты: Кедір-бұдыр жолмен жүру дағдыларын арттырып, ептілікке баулу;

Міндеті: Жалпы дамыту жаттығуларын дұрыс орындауға үйрету.

Көрнекіліктер: тақтайша, қимылды ойынға қажетті құралдар.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: жүру-ходить.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Балаларды сапқа тұрғызу денені тік ұстау сәлемдесу. Оңға, солға бұрылу бір қатармен залдың ішінде айналып қол желке тұста аяқтың ұшымен, өкшемен жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Қуғындар» - тік тұрып, аяқты қосу, қолды жіберу; қолдарын жанына көтеріп одан кейін денесінің алдына қарай былғалау; демдерін тез шығару.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жатығулары:</b> <b>«Сылдырмақпен»</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Сылдырмақты сылдырлат. Б.қ. аяқ иық деңгейде қолды алға созып сылдырлату. 5 рет.</li><li>2. Сылдырмақты соқ. Б.қ. аяқты қосып қол белде отыру, қолды тізегесылдырмақты тигізу. 4 рет.</li><li>3. Сылдырмақты жасыр. Қолды артқа қойып сылдырмақты жасырамыз. 4 рет қайталау.</li><li>4. Сылдырмақты қой. Отырамыз сылдырмақты жерге қоямыз, тұрамыз, отырамыз сылдырмақты қолға аламыз, тұрамыз.</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Қуғындар» - тік</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p>

	тұрып, аяқты қосу, қолды жіберу; қолдарын жанына көтеріп одан кейін денесінің алдына қарай былғалау; демдерін тез шығару.	тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1.Кедір-бұдыр тақтай үстімен жүру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: « <b>Кім тез</b> »Ойыншылардың міндеті бір жерден екінші жерге ойыншық , текше, доп сияқты заттарды қолмен ұстамай тасу керек.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар нұсқауды түсініп неізгі қимылды орындай алады.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедір-бұдыр тақтай үстімен жүруді игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** Жалпы дамыту жаттығулары арқылы арқылы қимыл қозғалыстары артады.

Әдіскер: *Асият Жантөле*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 31.12.2020ж

Тақырыбы: Допты мақсатты домалату

**Мақсаты:** Шеңбер бойымен аралықты сақтай отырып жүруге допты қақпаға қарай домалатуға үйрету. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау біліктерін арттыру.

**Міндеті:** Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

**Көрнекіліктер:** негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар

**Алдын-ала жұмыстар:** сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:** доп-мячь

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p>бастапқы жүрістер, тыныс алу жаттығуы: А.Н.Стрельникова. «Басын бұру» дамытушы жалпы жаттығулар доппен орындау, негізгі қимылдар «Допты мақсатты домалату», қимылды ойындар.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<b>Ұйымдастыру-ізденушілік</b>	<p>Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. «Допты лақтыр» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, доп екі қолда төменде. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу. 4 рет қайталау.</li><li>2. «Доппен бірге бұрылулар» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, доп төменде. Оңға бұрылу, оң қолмен допты оң тұсқа созу, бастапқы қалыпқа оралу, сол жаққа бұрылу, сол қолмен допты сол тұсқа созу, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</li><li>3. «Допты аяқ астына қой» Б.қ. еденде</li></ol>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>



	отырып, аяқ созулы, доп оң тұста, қол төменде. тізені бүгіп, аяқты кеуде тұсына жинау, допты аяқ астынан оңға және солға домалату, аяқты созу. 5 рет қайталау.	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1 Допты мақсатты домалату	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимыл қозғалыс ойыны «Қоймадағы тышқандар».</b> Балалар «Тышқандар» тәрбиеші «Мысық» болады. Алаңның бір бұрышында қойма болады «мысық» ұйықтаған кейіп танытады осы кезде «тышқандар» қоймаға кірмекші болады. Мысық оларды қуа жөнеледі	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет** Жаттығуды мұқият орындауды

**Қалыптасқан түсінікте** Допты домалатуды

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әдіскер: Аманжол Жантөле*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

**Топтары:** «Әсел» ортаңғы тобы

**Білім саласы:** «Денсаулық»

**Білім бөлімі:** «Дене шынықтыру»

**Өтілетін күні:** 05.01.2021ж-08.01.2021ж

**Тақырыбы:** Бір орында тұрып ұзандыққа секіру.

**Мақсаты:** Қос аяқпен алға жылжи секіреді, қойылған заттардың арасымен секіруге үйрету. Балалардың көтеріңкі көңіл күйін туғызу бір-біріне ортақ қарым-қатынасын дамыту

**Міндеті:** Балалар жаттығуларды орындау денені тік ұстау дағдылану.

**Көрнекіліктер:** қимылды ойынға қажетті заттар.

**Алдын-ала жұмыстар:** сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:** секіру-прыгать

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	Қатарға тұру түзелу, балалармен сәлемдесу: Балалар бүгінгі оқу іс әрекетке дайынсындар ма?  Аяқтың ұшымен жүру, жылан жүріспен жүру, ат жүрісімен жүру. <b>Тыныс алу жаттығу: А.Н. Стрельникова</b> «Басын бұру» - түзу тұрып, аяғын иық деңгейінен сәл кішілеу ұстау; басын бір жағына бұрып дыбыспен демін ішке тарту, басын екінші жағына бұрып дыбыспен демін сыртқа шығару.	Сапқа тұрады денені тік ұстап сәлемдеседі. Бой сергіту жаттығуларын орындайды.  Тыныс алу жаттығуын орындайды.

<p>Ұйымдастыру- ізденушілік</p>	<p>Жалпы дамыту жаттығулары: Арақашықтықты сақтап жаттығу жасауға ыңғайлы етіп тұрайық.</p> <p>1.«Допты лақтырып, екі қолмен тосып ал» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, доп екі қолда төменде. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу. 6 рет қайталау.</p> <p>2.«Допты айналанда дөңгелет» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, доп төменде. Алға иілу, оң аяқпен допты өзінен айналдыру, кейін сол аяқпен, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</p> <p>3.«Доппен бірге бұрылулар» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, доп кеуде тұсында. Оңға бұрылу, оң қолмен допты оң тұсқа созу, бастапқы қалыпқа оралу, сол жаққа бұрылу, сол қолмен допты сол тұсқа созу, бастапқы қалыпқа оралу. 6 рет қайталау.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: Т. Ф. Виноградова бойынша «Түтікше» -</b> ысқырықты үрлегендей қылып, ерніңмен түтікшені қысып, сосын жымиып ернінді босатасың; еріннің осындай қалыптарын кезектестіріп қайталайды.</p>	<p>Жалпы дамыту жаттығуларын нұсқаушымен бірге қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<p><b>Негізгі қимыл қозғалыс</b></p>	<p><b>1.</b> Бір орында тұрып ұзандыққа секіру.</p>	<p>Балалар ептілікпен орындайды.</p>
<p>Жетекші- жөндеуші</p>	<p>Қимыл қозғалыс ойыны: <b>«Допты қақпаға дәл соқ»</b>. 1,5-2 метр қашақтықта баланың алдына тәрбиеші тұрады. Бала допты қағып алып, тәрбиешіге қайтаруы тиіс. Допты лақтырған балаға «допты қағып ал» деген сөздерді айту керек.</p>	<p>Балалар ептілікпен ойынды қызығушылықпен ойнады.</p>

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар жаттығуды жасауды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Бір орында тұрып секіруді

**Орындаушылық қабілеті:** Сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі. Жалпы балалар жаттығуларды дұрыс жасайды орындайды.

Әдіскер: *Аманжол*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 12.01.2021ж

Тақырыбы: Допты жоғары лақтырып, жерге соғып, қағып алу

Мақсаты: Допты әр түрлі қалыпта лақтырып, қағып алу машықтарын арттыру.

Міндеті: Қимылды ойында жылдамдығын арттыру, шыдамдылыққа бейімдеу.

Көрнекіліктер: доп, жалаушалар.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: доп-мячь.

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қатарға тұру түзелу, сап түзеу. Сәлемдесу.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Ойын «Маған қарай жүгіріңдер» - бір бағытта топ болып жүру.</li><li>2. Бытырап жеңіл – желпі жүгіру - торғайларға ұқсап ұшамыз.</li><li>3. Тәрбиешінің көмегімен шеңберге тұру.</li><li>4. Бастапқы қалып. Қолды артқа жіберіп, аяқты сәл ашып, тіке тұру.</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Итбалық» - отырып бір қолын ішіне, екінші қолын кеудесіне қою; ішін тартып демін ішке алу, кеудесін төмен түсіріп, ішін жіберіп томпайтып ауаны сыртқа шығару.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығуы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1.«Допты лақтырып, екі қолмен тосып ал» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, доп екі қолда төменде. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу. 4 рет қайталау.</li><li>2.«Допты айналанда дөңгелет» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, доп төменде. Алға иілу, оң аяқпен допты өзінен айналдыру, кейін сол аяқпен, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</li><li>3.«Доппен бірге бұрылулар» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, доп кеуде тұсында. Оңға бұрылу, оң қолмен допты оң тұсқа созу, бастапқы қалыпқа оралу, сол жаққа бұрылу, сол қолмен допты сол тұсқа созу, бастапқы қалыпқа оралу. 2 рет қайталау.</li></ol>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p>

	<b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Итбалық» - отырып бір қолын ішіне, екінші қолын кеудесіне қою; ішін тартып демін ішке алу, кеудесін төмен түсіріп, ішін жіберіп томпайтып ауаны сыртқа шығару.	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Допты жоғары лақтырып, жерге соғып, қағып алу	Балалар ептілікпен допты жоғарыға лақтырып жерге соғып қағып алады.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: « <b>Құстар</b> » Құстар қанаттарын жайып, жүгіріп жүреді. Ойын жүргізуші «Дауыл» деген белгісі бойынша ағаштарға шығып кетеді. Ойын бастаушы «Дауыл басылды» деген белгі бергенде ағаштан түсіп, қайта ұшып жүрген құстар қимылын жасайды.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** жалпы дамыту жаттығуларын орындауды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Допты жоғары лақтырып, жерге соғып, қағып алуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға дағдыланды.

Әдіскер: *Аманжол*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 14.01.2021-15.01.2021ж

Тақырыбы: Кеуде тұсынан бір, екі қолмен ұсақ заттарды лақтыру

**Мақсаты:** Қолды кеуде тұсынан алып, ұсақ заттырды лақтыруда кеңістікті бағдарлай алу машықтарын дамыту;

**Міндеті:** Балаларға қауіпсіздік туралы түсіндіру, үйрету.

**Көрнекіліктер:** доп, жалаушалар ойынға қажетті заттар.

**Алдын-ала жұмыстар:** сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:**

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қатарға тұру түзелу, сап түзеу. Сәлемдесу. Оңға солға бұрылу, жәй жүріспен жүру, аяқтың ұшымен қол белде, өкшемен жүру қол желкеде, қолды екі жанға созып жүру.</p> <p>1. «Тоқта» деген белгі берілгенше топ болып бір бағытта жүру. 2 - 3 рет қайталау. Әрбір балаға екеуден сылдырмақ беру.</p> <p>2. Сылдырмақпен жүгіру және бір жерде тұрып оң және сол аяқпен кезекпе – кезек топылдату.</p> <p>3. Еркін тұру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығуы:</b></p> <p>1. Б. қ. қолға сылдырмақ ұстап төмен қарай жіберіп, аяқты сәл алшақ қойып, тіке тұру. Тәрбиеші: «Сылдырмақты көрсетіндер» дегенде балалар қолдарын жанына жіберіп, алдына қарай созып «Міне» -- дейді.</p> <p>2. Б. қ. «Сылдырмақты жасырыңдар» -- дегенде балалар сылдырмақты артына жасырады. 4 -- 6 рет қайталау.</p> <p>3. Б. қ. жоғарыдағыдай. Отырып, сылдырмақпен еденге соғып: «Тук – тук» деп айтып түрегелу. 4 – 6 рет</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p>

	<p>қайталау.</p> <p>4. Б. қ. қолды жіберіп, аяқты қосып, тіке тұру. Бір орында тұрып біір уақытта сылдырмақты сылдырлатып қос аяқпен секіру, жеңіл – желпі жүгіру.</p> <p>5. Топ болып бір бағытта жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	<b>1.</b> Кеуде тұсынан бір, екі қолмен ұсақ заттарды лақтыру.	Балалар ептілікпен бір-біріне допты домалатады.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимыл қозғалыс ойыны: «Байланған орамал».</b> Орамалды допқа ұқсатып орап байлайды. Бір ойыншы ортада тұрады, ал қалғандары оны қоршап айналып тұрады. Дабыл бергеннен кейін қатысушылар жан - жаққа жүгіріп, ортадағы ойыншыға ұстатпай, бір - біріне орамалды лақтырады. Ортадағы ойыншы «допты» қағып алуы керек. Орамалдан айырылып қалған ойыншы ортадағымен орын ауыстырады.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Кішкене топпен алаңның бір шетінен екінші шетіне жарыса жүгіруді біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Кеуде тұсынан бір, екі қолмен ұсақ заттарды лақтыруды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға дағдыланды.

Әдіскер: *Аманжол* / *Жамалова А.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 19.01.2021ж

Тақырыбы: Жерде жатқан тақтай үстімен еңбектеп өту

**Мақсаты:** Тақтай үстімен еңбектеуде тізені қажетті деңгейде көтеру элементін ұғындыру;

**Міндеті:** Қауіпсіздік ережесін айтып түсіндіру. Қимылды ойында жылдамдығын арттыруға үйрену, шыдамдылыққа бейімдеу.

**Көрнекіліктер:** доп, жалаушалар.

**Алдын-ала жұмыстар:** сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:**

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қатарға тұру түзелу, сап түзеу. Сәлемдесу. Оңға солға бұрылу, жәй жүріспен жүру, аяқтың ұшымен қол белде, өкшемен жүру қол желкеде, қолды екі жанға созып жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп, алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығуы: «Жалаушамен»</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Жалаушаны алып қой. Б.қ. аяқ сәл алшақ қол жалаушамен тқменде. Қолды жқғары көтеру, жалаушаны шайұау, төментүсіру. 3 рет.</li><li>2. Жалаушамен соқ. Б.қ. отырып аяқ алшақ қол жалаушамен төменде, Иілу жалаушамен тізені соғу, «тук-тук» деп дыбыстау. 3 рет.</li><li>3. Жалаушаны қой. Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол артта. Қолды алға созу, артқа жасыру. 3 рет.</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Көкжиек»</b> - түзу тұрып, қолдарын шынтақтан көтеріп,</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>



	алақанды көрсету; дыбысты қысқа дем алу, демді мұрыннан шығару және саусақтарын жұдырыққа қысу.	
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	Жерде жатқан тақтай үстімен еңбектеп өту.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: «Өз түсіңді тап» Балалар 3-4 жалауша алады. Біріншісі жасыл, екіншісі көк, үшіншісі сары. Бөлменің әр бұрышына көк, жасыл, сары құрсаулар қойып қояды. Балаларға қыдырыңдар дейді. Балалар шулай жүгіреді. Осы кезде нұсқаушы өз түстерінді табындар дейді. Балалар қолындағы жалаушаның түсімен өз түстерін табады.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Жерде жатқан тақтай үстімен еңбектеп өтуді біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Жерде жатқан тақтай үстімен еңбектеп өтуді жақсы меңгерді

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға дағдыланды.

*Әдіскер: Асият Рамағалова Т.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 21.01.2021ж-22.01.2021ж

Тақырыбы: Төбелеріне құм қойылған дорбаны қойып жүру.

Мақсаты: Құмды құлатып алмай алып жүру, тепе-теңдік сақтай жүруге үйрету;

Міндеті: Жалпы дамыту жаттығуларын дұрыс орындауға үйрету.

Көрнекіліктер: құм салынған дорбаша, қимылды ойынға қажетті құралдар.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: жүру-ходить.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Балаларды сапқа тұрғызу денені тік ұстау сәлемдесу. Оңға, солға бұрылу бір қатармен залдың ішінде айналып қол желке тұста аяқтың ұшымен, өкшемен жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Қуғындар» - тік тұрып, аяқты қосу, қолды жіберу; қолдарын жанына көтеріп одан кейін денесінің алдына қарай былғалау; демдерін тез шығару.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жатығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Құстар қанаттарын қағады. Б.қ. қол төменде, аяқты сәл алшақ ұстаймыз, қолды екі жанға созамыз қанатын қағу, қайта түсіру. 4 рет.</li><li>2. Құстар дәнді шоқып тұр. Б.қ. қол төменде, аяқты сәл алшақ ұстаймыз отырып тізені саусақтармен төрт рет ұру. 4 рет.</li><li>3. Құстар су ішеді. Б.қ. қолды екі жанға созып отыру, қайта тұру. 4 рет қайталау.</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Қуғындар» - тік</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p>

	тұрып, аяқты қосу, қолды жіберу; қолдарын жанына көтеріп одан кейін денесінің алдына қарай былғалау; демдерін тез шығару.	тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	Төбелеріне құм қойылған дорбаны қойып жүру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны « <b>Аяқпен жер тебінеміз</b> » Балалар шеңбер болып отырады .Музыка қосылғанда балалар қолдарын жерге сүйеп аяқтарымен жерді тебеді.Нұсқаушы тоқта дейді.Бәрі тоқтайды. Ойын осылай жалғасады.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар нұсқауды түсініп неізгі қимылды орындай алады.

**Қалыптасқан түсініктер:**Төбелеріне құм қойылған дорбаны қойып жүруді игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** Жалпы дамыту жаттығулары арқылы қимыл қозғалыстары артады.

*Әдіскер: Асият Жантөле*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 26.01.2021ж.

Тақырыбы: Доға астынан еңбектеп өту

Мақсаты: Доғаға денесін тигізбей өте алуға шақыру, ептіліктерін шындай түсу;

Міндеті: Негізгі қимылды орындағанда қауіпсіздікті сақтап жүруді үйрету. Жалпы дамыту жаттығуларын дұрыс орындауға үйрету.

Көрнекіліктер: доға, қимылды ойынға қажетті құралдар.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: доға-тунель.

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Балаларды сапқа тұрғызу денені тік ұстау сәлемдесу. Оңға, солға бұрылу бір қатармен залдың ішінде айналып қол желке тұста аяқтың ұшымен, өкшемен жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> М.И. Фонарева бойынша «Үйшік» тік тұрып, аяқты бір-бірінен алшақ ұстайды., қолды бастан асыра көтеріп, «үшік сияқты біріктіреді», демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатыпдемді шығарады.</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жатығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. «Қояндар тыңдайды» Б.қ. отырып аяқ бірге қол төменде. Шынтақтан бүккен қолды жоғары көтеру, сұқ саусақты басқа тәрізді қою, қолды төмен түсіру. 5 рет қайталау.</li><li>2. «Қояндар аяқтарын жасырады». Б.қ. отырып, аяқ бірге, қол төменде, қолмен құшақтау, аяқтарды жазу, өолды төмен түсіру. 5 рет қайталау.</li><li>3. «Қояндар секіреді». Б.қ. аяқ сәл алшақ қол белде бір орында екі аяқпен 6 рет секіру,</li></ol>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p>

	<p>бір орында жүру. 2 рет қайталау.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> М.И. Фонарева бойынша «Үйшік» тік тұрып, аяқты бір-бірінен алшақ ұстайды., қолды бастан асыра көтеріп, «үшік сияқты біріктіреді», демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатыпдемді шығарады.</p>	<p>тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<p><b>Негізгі қимыл қозғалыс</b></p>	<p>Доға астынан еңбектеп өту</p>	<p>Балалар ептілікпен орындайды.</p>
<p><b>Жетекші-жөндеуші</b></p>	<p>Қимыл қозғалыс ойыны: <b>«Мысық тышқан»</b>Балалар қол ұстасып, шеңбер жасап тұрады.Ортаға екі баланы шығарады. Біреуі «мысық»,екіншісі «тышқан» болады.Мысық тышқады қуады ,тышқан жеткізбеуге әрекет жасайды.Ойын осылай жалғасады.</p>	<p>Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.</p>

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар нұсқауды түсініп неізгі қимылды орындай алады.

**Қалыптасқан түсініктер:**Доға астынан еңбектеп өтуді меңгерді.

**Орындаушылық қабілеті:** Жалпы дамыту жаттығулары арқылы арқылы қимыл қозғалыстары артады.

*Әдіскер: Асият Жамалова 9.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 28.01.2021ж-29.01.2021ж

Тақырыбы: Орындық аяқтары арасынан допты домалатып, кеглді құлату.

Мақсаты: Дәлдікке, нақтылыққа машықтандыру, мергендік қасиеттерін дамыту;

Міндеті: Балаларға қауіпсіздік туралы түсіндіру, іс-қимылдарының нақты болуын қадағалау.

Көрнекіліктер: доп, жалаушалар ойынға қажетті заттар.

Алдын-ала жұмыстар: спортық ойындарды ұйымдастыру.

Блингвалдық компоненттері: доп-мячь.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Қатарға тұру түзелу, сап түзеу. Сәлемдесу. Оңға солға бұрылу, жәй жүріспен жүру, аяқтың ұшымен қол белде, өкшемен жүру қол желкеде, қолды екі жанға созып жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Кеудені бұру» - түзу тұру, аяқ арасын иық көлемінде қою; қолдары дененің бойымен; денені бұрған сайын дыбыспен; қысқа, демді ішке жұту; жаттығу арасында демді сыртқа шығару;</p>	<p>Балалар нұсқаушы бұйрығын орындап қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары:</b> Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1.«Допты лақтырып, екі қолмен тосып ал» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, доп екі қолда төменде. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу. 4 рет қайталау.</li><li>2.«Допты айналаңда дөңгелет» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, доп төменде. Алға иілу, оң аяқпен допты өзінен айналдыру, кейін сол аяқпен, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</li><li>3.«Доппен бірге бұрылулар» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, доп кеуде тұсында. Оңға бұрылу, оң қолмен допты оң тұсқа созу, бастапқы қалыпқа оралу, сол жаққа бұрылу, сол қолмен допты сол тұсқа созу, бастапқы қалыпқа оралу. 2 рет қайталау.</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> «Кеудені бұру» - түзу тұру, аяқ арасын иық көлемінде қою;</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығуды мұқият орындайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын</p>

	қолдары дененің бойымен; денені бұрған сайын дыбыспен; қысқа, демді ішке жұту; жаттығу арасында демді сыртқа шығару;	орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1.Орындық аяқтары арасынан допты домалатып, кегльді құлату.	Балалар ептілікпен бір-біріне допты домалатады.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимыл қозғалыс ойыны: «Кеглиді соқ». Алаңға кеглиді қатар тізбектеп қояды. Балалар кегли добымен оларды дәлдеп соғады.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Шеңбер бойымен топтасып, бір-бірінің артынан жүгіруді біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Орындық аяқтары арасынан допты домалатып, кегльді құлатуды игереді.

**Орындаушылық қабілеті:** Көрсетілген жаттығулардың әдіс-тәсілін дұрыс орындауға дағдыланды.

*Әдіскер: Аманжол Маманжолқызы*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 02.02.2021ж

Тақырыбы: 1-1,5 м ара қашықтықтан жәшікке құм толтырылған дорбаны лақтыру.

Мақсаты: Қашықтықтан құм толтырылған дорбаны дәл деп лақтырып жәшікке салуға үйрету.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, қапшық.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: С.М. Иванов бойынша «Реттеуші»</b> - түзу тұрып, аяқтарын иықтарының деңгейіне қойып, бір қолын жоғары көтеріп, екінші қолын жанына қарай бағыттау; ішке демді мұрнымен алу, қол қимылдарын өзгертіп, «р-р-р» деген дыбыспен бірге созып, демін сыртқа шығарады.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p>Жалаушалармен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. «Жалаушаларды тербелту» Б.к. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, жалаушалар дене бойымен төменде. Жалаушаларды алға-артқа тербелту, бірнеше қимылдан кейін бастапқы қалыпқа оралу. 3 рет қайталау</li><li>2. «Жан-жаққа бұрылулар» Б.к. аяқ иық деңгейінде, жалаушалар төменде. Оңға бұрылу, жалаушаларды екі жаққа созу, «оңға» деп дыбыстау, түзелу. Дәл солай сол жаққа да жасау. 5 рет қайталау.</li><li>3. «Жалаушалармен бірге бүгілу» Б.к. бастапқыдай. Алға иілу, қолдағы жалаушаларды артқа созу, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау</li></ol>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>



	<b>Тыныс алу жаттығуы: С.М. Иванов бойынша «Реттеуші»</b> - түзу тұрып, аяқтарын иықтарының деңгейіне қойып, бір қолын жоғары көтеріп, екінші қолын жанына қарай бағыттау; ішке демді мұрнымен алу, қол қимылдарын өзгертіп, «р-р-р» деген дыбыспен бірге созып, демін сыртқа шығарады.	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1.1-1,5 м ара қашықтықтан жәшікке құм толтырылған дорбаны лақтыру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимыл қозғалыс ойыны: «мысық пен тышқан»</b> Балалар қол ұстасып, шеңбер жасап тұрады.Ортаға екі баланы шығарады. Біреуі «мысық»,екіншісі «тышқан» болады.Мысық тышқады қуады ,тышқан жеткізбеуге әрекет жасайды.Ойын осылай жалғасады	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар ойын шартын біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** 1-1,5 м ара қашықтықтан жәшікке құм толтырылған дорбаны лақтыруды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әдіскер: Асият Рамағалова 9.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: дене шынықтыру»

Өтілетін күн: 04.02.21ж-05.02.2021ж

Тақырыбы: Бір –бірінің соңынан тізені көтеріп, кедергілерді аттау

Мақсаты: Бір-бірін соқпай, арақашықтық сақтай отырып, достық қарым-қатынаста болу.

Міндеті: Балалардың көңіл-күйін көтеру, қарым-қатынастарын дамыту. Жаттығуларды дұрыс орындауға жаттықтыру.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доп.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: текшелер.

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен қояндарша секіріп жүру, тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p>Тыныс алу жаттығуы:«Итбалық» - отырып бір қолын ішіне, екінші қолын кеудесіне қою; ішін тартып демін ішке алу, кеудесін төмен түсіріп, ішін жіберіп томпайтып ауаны сыртқа шығару.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p>Жалпы дамыту жаттығуы: «Қыс»</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. «Қолымызды жылытамыз» Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол төменде. Қол шынтақтан бүгулі, кеуде тұсында шапалақтау, «хлоп» деп айту, төмен түсіру 5рет қайталау.</li><li>2. «Аяқты жылытамыз» Б.қ. еденде отырып, аяқ алшақ, қол төменде. Иілу, тізені шапалақтап «хлоп» деп айту. 5 рет.</li><li>3. «Секіреміз» Б.қ. аяқ сәл алшақ , қол төменде бір орында тұрып екі аяқпен секіру. 6 рет.</li></ol>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	Тыныс алу жаттығуы: «Итбалық» - отырып бір қолын ішіне, екінші қолын кеудесіне қою; ішін тартып демін ішке алу, кеудесін төмен түсіріп, ішін жіберіп томпайтып ауаны сыртқа шығару.	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. «Бір –бірінің соңынан тізені көтеріп, кедергілерді аттау»	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	Қимылды ойын: « <b>Дөңелек ішіндегі ұстаушы</b> » Жерде дияметрі 3-3,5 метірлік шеңбер сызылады. Санамақтың көмегімен балалар ұстаушыны таңдап алады. Ол шеңбердің ортасында тұрады, қалған балалар шеңбер сыртнда орналасады. «Бір-екі, үш, ойын басталды»-деп ойыншының балалар шеңбер ішінен ары-бері өтіп жүгіріп жүреді. Біраз балалар ұсталғаннан соң балалар басқа ұстаушыны салыйды.	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар ойын туралы біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Жаттығуларды дұрыс орындап дене бітімі қалыптасады.

**Орындаушылық қабілеті:** сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әдіскер: Аманжол Жантөле*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 09.02.2021ж

Тақырыбы: Арақашықтығы 1-3-4 секіртпелер үстінен секіріп өту

Мақсаты: Секіртпеге ілесе, қимыл-қозғалысты сәйкестендіре отырып, секіруге үлгеруге үйрету

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, секіртпе.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: секіру-прыгать.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бастаушының қатарымен жүру. Шеңбер бойына тұру. Қолға арналған жаттығулар жасау.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы «Кеудені бұру»</b> - түзу тұру, аяқ арасы иықтан сәл кеңдеу; қолдары дененің бойымен; денені бұрған сайын дыбыспен; қысқа, демді ішке жұту; жаттығу арасында демді сыртқы шығарады.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары: Кубикпен</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. «Қолдарды тербелту» Б.қ. аяқ сәл ашақ, қол төменде кубикпен. Қолды алға-артқа тербелту. 2 рет қайталау.</li><li>2. «Кубикпен соқ» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, қол төменде кубикпен. Алға иілу, кубикпен тізені соғу, қайта түзелу. 2 рет.</li><li>3. «Кубикті қой» Б.қ. сәл алшақ, қол төменде кубикпен. Отыру, кубикті еденге қою. Түзелуотыру, кубикті алу, қайта түзелу. 2 рет қайталау.</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы «Кеудені бұру»</b> - түзу тұру, аяқ арасы иықтан сәл кеңдеу; қолдары дененің бойымен; денені бұрған сайын дыбыспен; қысқа, демді ішке жұту;</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>

	жаттығу арасында демді сытрқы шығарады.	
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1.Арақашықтығы 1-3-4 секіртпелер үстінен секіріп өту	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<p><b>Қимыл қозғалыс ойыны: «Ақ қоян»</b>Балалар шеңбер жасап тұрада да ал бір бала ортада қоян болып отырады.Шеңбердегі балалар қол ұстасып тақпақ айтады</p> <p>Ақ қоян ау ақ қоян</p> <p>Орнынан тұршы</p> <p>Бетінді жушы</p> <p>Шашынды тарашы</p> <p>Біреудің қолын үзеңші-дегенде ортадағы қоян шеңбрді үзуге тырысады.</p>	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Арақашықтығы 1-3-4 секіртпелер үстінен секіріп өтуді игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әдіскер: Асият Рамағалова Ғ.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 11.02.2021ж-12.02.2021ж

Тақырыбы: Арқан үстімен көлденең табанның ортасымен жүру.

Мақсаты: Табан бұлшықеттеріне тиімділігін арттыра отырып, жаттығуды меңгеру;

Міндеті: Балалардың көтеріңкі көңіл күйін туғызу, балаларды достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доп.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: жүру-ходить.

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Оңға солға бұрылулар бір қатармен бой жазу жаттығуларын жасау.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: А.А. Бирюк</b> бойынша «тук-тук» түзу тұрып, қолдарын иығына ұстау, демін ішке алғанда белді айналдыра, шынтақтарын артқа жіберіп, жауырынды қосады; содан кейін кері жайып, тұрып, демін сыртқа шығарады.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p>Бір-бірінің соңынан жүру, жүгіру. Шеңбер бойымен жұппен жүру. Шеңбер бойы тұру. Жалпы дамыту жаттығулары кубикпен.</p> <p>1. Қолдарды тербелту. Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол төменде кубикпен. Қолды артқа алға тербелту.</p> <p>2. Кубикпен соқ. Б.қ. аяқ иық деңгейде, қол төменде кубикпен. Алға иілу, кубикпен тізені соғу, қайта түзелу. 2 рет.</p> <p>3. кубикті қой. Б.қ. сәл алшақ, қол төменде кубикпен. Отыру кубикті еденге қою, түзелу, отыру, кубикті алу, қайта түзелу. 2 рет.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: А.А. Бирюк</b></p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	бойынша «тук-тук» тұзу тұрып, қолдарын иығына ұстау, демін ішке алғанда белді айналдыра, шынтақтарын артқа жіберіп, жауырынды қосады; содан кейін кері жайып, тұрып, демін сыртқа шығарады.	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Арқан үстімен көлденең табанның ортасымен жүру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимыл қозғалыс ойыны: Тик-так»</b> Ойыншылар екі топқа бөлінеді. Жүргізуші бір рет ысқырса, бірінші топ балалары Тик деп айқайлады. Ал екі рет ысқырса Так деп айқайлайды. ойынды шатастыру үшін қатарынын бір және екі рет ысқырады.	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар балалар шеңбер болып тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Арқан үстімен көлденең табанның ортасымен жүруді игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әдіскер: Асият Рамағалова Ғ.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 16.02.2021ж

Тақырыбы: Етпетінен жатып, гимнастикалық орындыққа тартыла жылжу.

Мақсаты: Екі алақан мен екі тізеге сүйене тартылу машықтарын арттыру;

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доп.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: орындық-стуль

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен тізені жоғары көтеріп жүгіру.  <b>Тыныс алу жаттығуы: С.М. Иванов бойынша «Паровоз»</b> - қолдарымен кезектестіріп қимылдар жасап, бөлме ішінде жүру; мұрын арқылы демді ішке жұтып, ауыздан «чух-чух-чух» сөздерімен бірге демді шығарады.	Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.  Тыныс алу жаттығуын орындайды.
Ұйымдастыру-ізденушілік	Жалпы дамыту жаттығулары: 1. «Қолды сермеу» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, қол төменде. Оң қолды алға созу сол мезетте сол қолды артқа сермеу, белсенді қалыпта кері сермеу. Бірнеше қайталаудан соң бастапқы қалыпқа оралу. 2. «Жан-жаққа иілулер» Б.қ. тізерлеп тұрып, қол белде. Оңға иілу, бастапқы қалыпқа оралу. Сол жаққа да дәл солай жасау. 6 рет қайталау. 3. «Отырып-тұру» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, қол төменде. Отыру, қолды алға созу, «Отыр» деп дыбыстау, бастапқы қалыпқа оралу. 5 рет қайталау.	Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.



	<b>Тыныс алу жаттығуы: С.М. Иванов бойынша «Паровоз»</b> - қолдарымен кезектестіріп қимылдар жасап, бөлме ішінде жүру; мұрын арқылы демді ішке жұтып, ауыздан «чух-чух-чух» сөздерімен бірге демді шығарады.	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1.Етпетінен жатып, гимнастикалық орындыққа тартыла жылжу.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимыл қозғалыс ойыны: «Торғайлар мен мысық»</b> Жерде диаметрі 3-4 шеңбер сызылады.Балалардың біреуі мысық болып, шеңбердің ішінде отырады.Қалған балалар-торғайлар,олар шеңбердің сыртында тұрады.Нұсқаушы Торғайлар ұшты» деген белгісі бойынша шатырдан,ұяларынан жерге ұшып түсіп қанаттарын жайып, бөлме бойы шашырап жүгіреді.Ол кезде «мысық» оянып «мяу-мяу» деп «торғайларды» қуалай жөнеледі.	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:**Балалар ойын туралы біледі,

**Қалыптасқан түсініктер:**Етпетінен жатып, гимнастикалық орындыққа тартыла жылжуды меңгереді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі.

*Әдіскер: Асият Рамағалиева 9.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 18.02.2021ж-19.02.2021ж

Тақырыбы: 60-80 м қашықтықта жарысып жүгіру.

**Мақсаты:** Жүгіру кезінде балаларды топтасып, қашықтықты сақтай жүгіруге шақырып, өзара достыққа баулу;

**Міндеті:** Балаларға дене жаттығуларын орындату.

**Көрнекіліктер:** негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доп.

**Алдын-ала жұмыстар:** сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:** жүгіру-бегать.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру. Оң жақ сол жақ бүйірімен секіріп жүру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: «Итбалық»</b> - отырып бір қолын ішіне, екінші қолын кеудесіне қою; ішін тартып демін ішке алу, кеудесін төмен түсіріп, ішін жіберіп томпайтып ауаны сыртқа шығару.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p>Бір-бірінің соңынан жүру, жүгіру. Шеңбер бойымен жұппен жүру. Шеңбер бойы тұру.</p> <p>Жалпы дамыту жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. «Мотор» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, қол төменде. қолды шынтақтан бүгіп, кеуде тұсында айналдыру (бір қол екінші қолдың айнала) , «р-р-р» деп дыбыстау, бастапқы қалыпқа оралу. 4рет қайталау.</li><li>2. «Ұшақтар ұшуда» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, қол екі жанда. Оңға иілу, түзелу. Сол жаққа дәл солай жасау. 4 рет қайталау.</li><li>3. «Ұшақтар қонуда» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, қол төменде. оң тізеге тұру,</li></ol>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	қолды екі жанға созу, , бастапқы қалыпқа оралу. Сол тізеге тұрып, дәл солай жасау. 4 рет қайталау.	
	<b>Тыныс алу жаттығуы: «Итбалық»</b> - отырып бір қолын ішіне, екінші қолын кеудесіне қою; ішін тартып демін ішке алу, кеудесін төмен түсіріп, ішін жіберіп томпайтып ауаны сыртқа шығару.	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1.60-80 м қашықтықта жарысып жүгіру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимыл қозғалыс ойыны: «Допты қуып жет»</b> Бұл ойынға 5-6 бала қатысады. Нұсқаушы себеттегі доптарды шашып, балаларға қуындар дейді. Балалар доптарды қуып жетіп әкеліп береді.	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Көрсетілген жаттығуларды дұрыс орындады біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** берілген тапсырмаларды мұқият орындауға дағдыланады.

**Орындаушылық қабілеті:** сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әдіскер: Аманжол Маманжолқызы*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «Дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 23.02.2021ж

Тақырыбы: Тақтай үстімен қырымен жүру.

Мақсаты: Аяқтың қырымен жүрісін меңгерту;

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доп.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: жүру-ходить

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: С.М. Иванов бойынша «Паровоз»</b> - қолдарымен кезектестіріп қимылдар жасап, бөлме ішінде жүру; мұрын арқылы демді ішке жұтып, ауыздан «чух-чух-чух» сөздерімен бірге демді шығарады.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p>Жалпы дамыту жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. «Диірмен» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшак, қол төменде. қолды алға тігінен созып, алда 4 рет айналдыру, қолды төмен түсіру. 4 рет қайталау.</li><li>2. «Жан-жаққа иілулер» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, қол желкеде. Оңға (солға) иілу, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</li><li>3. «Тізенді құшақта» Б.қ. отырып, аяқ бірге, қол артта еденде. Тізені бүгу, оларды қолмен құшақтау, бастапқы өалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</li><li>4. «Қайшы» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшак, қол екі жанда. Қолды алға соза, айқастыру, аяқ ұшына көтерілу, қолдарды қайта қалпына келтіру, түсіру. 4 рет қайталау.</li></ol> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: С.М. Иванов бойынша «Паровоз»</b> - қолдарымен кезектестіріп</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	қимылдар жасап, бөлме ішінде жүру; мұрын арқылы демді ішке жұтып, ауыздан «чух-чух-чух» сөздерімен бірге демді шығарады.	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Тақтай үстімен қырымен жүру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимыл қозғалыс ойыны: «Қоймадағы тышқандар».</b> Балалар «Тышқандар» тәрбиеші «Мысық» болады. Алаңның бір бұрышында қойма болады «мысық» ұйықтаған кейіп танытады осы кезде «тышқандар» қоймаға кірмекші болады. Мысық оларды қуа жөнеледі.	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар шеңберге тұрып жаттығу жасауды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Тақтай үстімен қырымен жүрудігерді.

**Орындаушылық қабілеті:** сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

Әдіскер: *Аманжол Жантөле*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 25.02.2021ж-26.02.2021ж-02.03.2021ж

Тақырыбы:Баспалдақтармен жоғары қарай жүгіру.

Мақсаты: Жоғарыға қарай жүгіруде тыныс алуды реттеу, сақтық шараларын сақтау;

Міндеті: балаларға жаттығуды орындау барысында дұрыс қимыл қозғалыс жасауға дағдыландыру.

Көрнекіліктер:негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доп.

Алдын-ала жұмыстар:сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:баспалдақ-лесница.

Инклюзивтік әлеумет:

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: М.И. Фонарева бойынша «Демалыс»</b> - арқамен жатып, қолды жоғары көтереді, демді ішке тартып, жоғары көтеріледі, қолды төмен түсіріп, тізені қапсыра құшақтап, кеудеге тартады, демді сыртқа шығарады, дәл осылай келесі аяқпен қайталайды.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p>Бір-бірінің соңынан жүру, жүгіру. Шеңбер бойымен жұппен жүру. Шеңбер бойы тұру.</p> <p>Жалпы дамыту жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. «Қолды бастан асыр» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, қол төменде. қолды екі жанға созу, бастан асыру, төмен түсіру. 4 рет қайталау.</li><li>2. «Жан-жаққа бұрылулар» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, қол белде. Оңға бұрылу, түзелу, саоға бұрылу, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</li><li>3. «Тізе астынан шапалақта» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, қол төменде. оң</li></ol>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	<p>(сол) аяқты тізеден бүгіп, көтеру, тізе астынан шапалақтау, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: М.И. Фонарева бойынша «Демалыс»</b> - арқамен жатып, қолды жоғары көтереді, демді ішке тартып, жоғары көтеріледі, қолды төмен түсіріп, тізені қапсыра құшақтап, кеудеге тартады, демді сыртқа шығарады, дәл осылай келесі аяқпен қайталайды.</p>	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1.Баспалдақтармен жоғары қарай жүгіру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимыл қозғалыс ойыны: «Шар».</b> Тәрбиеші баларды шеңберге тұрғызып, бірі-бірінің қолдаранан ұстадады .Шар үлкейе бер,үлкейе бер бірақ жарылма деп балалар үлкен шеңбер жасайды.Шеңбер үлкейеді осы кезде шеңбер үзіліп шар жарылады.Шар жарылғанда балалар қолдарын «хлоп» деп айтады.	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар ойын шартын біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Баспалдақтармен жоғары қарай жүгіруді үйренеді.

**Орындаушылық қабілеті:**негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әзіскер: Асият Қосанбаева*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 04.03.2021-05.03.2021ж

Тақырыбы: 2м қашықтықтағы қақпа арқылы бір-біріне допты таяқшамен домалату

Мақсаты: Допты таяқшамен домалатып, қақпаға дәлдеу тәсілін үйрету;

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доп, таяқша.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: доп-мячь.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	Қатарға тұру түзелу, балалармен сәлемдесу: Балалар бүгінгі оқу іс әрекетке дайынсындар ма?  Аяқтың ұшымен жүру, жылан жүріспен жүру, ат жүрісімен жүру.  <b>Тыныс алу жаттығу: «Басын бұру»</b> - түзу тұрып, аяғын иық деңгейінен сәл кішілеу ұстау; басын бір жағына бұрып дыбыспен демін ішке тарту, басын екінші жағына бұрып дыбыспен демін сыртқа шығару.	Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.  Тыныс алу жаттығуын орындайды.
Ұйымдастыру-ізденушілік	Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары: 1. «Допты лақтыр» Б.қ. өкше бірге, аяқ ұшы алшақ, доп екі қолда төменде. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу. 4 рет қайталау. 2. «Доппен бірге бұрылулар» Б.қ. аяқ иық деңгейінде, доп төменде. Оңға бұрылу, оң қолмен допты оң тұсқа созу, бастапқы қалыпқа оралу, сол жаққа бұрылу, сол қолмен допты сол тұсқа созу, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау. 3. «Допты аяқ астына қой» Б.қ. еденде отырып, аяқ созулы, доп оң тұста, қол төменде. тізені бүгіп, аяқты кеуде тұсына жинау, допты аяқ астынан оңға және	Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.



	<p>солға домалату, аяқты созу. 5 рет қайталау.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығу: «Басын бұру»</b> - тұзу тұрып, аяғын иық деңгейінен сәл кішілеу ұстау; басын бір жағына бұрып дыбыспен демін ішке тарту, басын екінші жағына бұрып дыбыспен демін сыртқа шығару.</p>	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1.2м қашықтықтағы қақпа арқылы бір-біріне допты таяқшамен домалату	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимыл қозғалыс ойыны: «Допты қуып жет».</b> Бұл ойынға 5-6 бала қатысады.Нұсқаушы себеттегі доптарды шашып, балаларға қуындар дейді. Балалар доптарды қуып жетіп әкеліп береді.	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:**Қимыл қозғалыс ойындарын біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**2м қашықтықтағы қақпа арқылы бір-біріне допты таяқшамен домалатуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі.

Әдіскер: *Аманжол*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 09.03.2021ж

Тақырыбы:Бағытты өзгерте бытырап жүру.

Мақсаты: Шашыраңқы жүгіру кезіндеге қауіпсіздік ережелерін меңгеру.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер:негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доп.

Алдын-ала жұмыстар:сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p>М.И.Фонорева бойынша тыныс алу жаттығулары.Үйшік тік тұрып аяқты бір-бірінен алшақ ұстайды,қолды бастан асыра көтеріп,үйшік сияқты біріктіреді демді ішке тартады қолды төмен түсіріп ,демді шығарады.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p>Жалпы дамытушы жаттығулары.</p> <p>1. Ұшақтар.Б.қ. орындықта отырып,шалқамай аяқ сәл алшақ, қол төменде .Қолды екі жанға созу, алақан төменге қарай ,төмен түсіру.5 рет қайталау.</p> <p>2. Ұшақтар ұшады. Б:қ орындықта отырып, аяқ иық деңгейінде, қолмен орындықтың жиектерін ұстау. Алға иілу, қолды артқа жіберу,түзелу, қолды төмен түсіру. 5-рет қайталау.</p> <p>3. Аяқ ұшына көтерілу. Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол орындықтың арқасында.Аяқтың ұшына тұру, түсіріу.5-рет қайталау.</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	Тыныс алу жаттығулары. А.Н.Стрельникова бойынша тыныс алу жаттығулары.	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Бағытты өзгерте бытырап жүру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимыл қозғалыс ойыны: « Дөңелек ішіндегі ұстаушы»</b> Жерде дияметрі 3-3,5 метірлік шеңбер сызыладыСанамақтың көмегімен балалар ұстаушыны таңдап алады..Ол шеңбердің ортасында тұрады,қалған балалар шеңбер сыртнда орналасады. «Бір-екі,үш, ойын басталды»-деп ойыншының балалар шеңбер ішінен ары-бері өтіп жүгіріп жүреді.Біраз балалар ұсталғаннан соң балалар басқа ұстаушыны салыйды.	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

Әдіскер: *Анна Стрельникова*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 11.03.2021ж-12.03.2021ж

Тақырыбы: Гимнастикалық орындық үстімен жүру.

Мақсаты: Екі қолды жанға созып тепе-теңдік жүрісті сақтай отырып, жүргізу.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доп.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p>М.И.Фонорева бойынша тыныс алу жаларттығуы. Үйшік тік тұрып аяқты бір-бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, үйшік сияқты біріктіреді демді ішке тартады қолды төмен түсіріп ,демді шығарады.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары.</b></p> <p>1. Ағаштар тербелуде. Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол төменде. Қолды жоғары көтеру, солға қарай иілу, ш-ш-ш деп дыбыстау, төмен түсіру. 6-рет қайталау.</p> <p>2. Бұтақтар тербелуде. Б.қ. Аяқ иық деңгейінде, қол белде. Солға оңға иілу. 6- рет қайталау.</p> <p>3. Желү Б.қ. Аяқ сәл алшақ, қол төменде. Қолды ауыз тұсына әкелу үрлеу, төмен түсіру. 5- рет қайталау</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	<p>. М.И.Фонорева бойынша тыныс алу жаттығулары.Үйшік тік тұрып аяқты бір-бірінен алшақ ұстайды,қолды бастан асыра көтеріп,үйшік сияқты біріктіреді демді ішке тартады қолды төмен түсіріп ,демді шығарады.</p>	<p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<p><b>Негізгі қимыл қозғалыс</b></p>	<p>1.Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығу.</p>	<p>Балалар ептілікпен орындайды.</p>
<p><b>Жетекші-жөндеуші</b></p>	<p><b>Қимыл қозғалыс ойыны: «шеңбердегі доп»</b>Балалар дөңгелене отырып, допты бір-біріне домалатады.Тәрбиеші балалармен бірге отырып, өзінен екі қолмен домалату керек екенін көрсетіп бірге ойнайды.</p>	<p>Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.</p>

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әдіскер: Асият Рахметова 9.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 16.03.2021ж

Тақырыбы:Горизонталь нысанаға допты лақтыру.

Мақсаты: Лақтыру кезіндегі қол мен дененің қалпын дұрыс сақтау.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер:негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доп.нысаналар.

Алдын-ала жұмыстар:сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: доп,мячь

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p>А.Бирюк бойынша Тук-тук тыныс алу жаттығулары.Тук-тук тұзу тұрып , қолдарын иығына ұстау демін ішке алғанда белді айналдыра, А.шынтақтарын артқа жіберіп жауырынды қосады содан кейін кері жайып , тұрып демін сыртқа шығарады.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары.</b> Орындықта. Жалпы дамытушы жаттығулары. 1. Ұшақтар.Б.қ. орындықта отырып,шалқамай аяқ сәл алшақ, қол төменде .Қолды екі жанға созу, алақан төменге қарай ,төмен түсіру.5 рет қайталау.</p> <p>2. Ұшақтар ұшады. Б:қ орындықта отырып, аяқ иық деңгейінде, қолмен орындықтың жиектерін ұстау. Алға иілу, қолды артқа жіберу,түзелу, қолды төмен түсіру. 5-рет қайталау.</p> <p>3. Аяқ ұшына көтерілу. Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол орындықтың арқасында.Аяқтың ұшына тұру, түсіріу.5-рет қайталау.</p> <p>А. Бирюк бойынша Тук-тук тыныс алу</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	жаттығулары.Тук-тук түзу тұрып , қолдарын иығына ұстау демін ішке алғанда белді айналдыра, А.шынтақтарын артқа жіберіп жауырынды қосады содан кейін кері жайып , тұрып демін сыртқа шығарады.	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	<b>1. Горизонталь нысанаға допты лақтыру.</b>	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимыл қозғалыс ойыны: Допты қуып жет.</b> Бұл ойынға 5-6 бала қатысады.Нұсқаушы себеттегі доптарды шашып, балаларға қуындар дейді. Балалар доптарды қуып жетіп әкеліп береді.	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әдіскер: Асият Рамағалова*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 18.03.2021ж-19.03.2021ж-25.03.2021ж

Тақырыбы:Допты жоғары лақтырып қағып алу.

Мақсаты: Допты әр түрлі қалыпта қағып алу машықтарын дамыту.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер:негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доп, сылдырмақ.

Алдын-ала жұмыстар:сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:Доп,мячь.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: С.М. Иванов бойынша «Реттеуші»</b> - түзу тұрып, аяқтарын иықтарының деңгейіне қойып, бір қолын жоғары көтеріп, екінші қолын жанына қарай бағыттау; ішке демді мұрнымен алу, қол қимылдарын өзгертіп, «р-р-р» деген дыбыспен бірге созып, демін сыртқа шығарады.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары Сылдырмақтар.</b></p> <p>1.Сылдырмақты қақ. Б.қ, аяқ сәл алшақ,қол сылдырмақпен төменде.Қол алға артқа тербелету.3-рет қайталау Сылдырмақты сол қолға алмастыру, жаттығуды қайта қайта қайталау.</p> <p>2.Сылдырмақпен соқ. Б.қ.аяқ сәл алшақ, қол сылдырмақпен төменде.Иілу сылдырмақпен тізені соғу,тук-тук деп дыбыстау,түзелу.3-рет қайталау. Сылдырмақты келесі қолға алмастыру. Жаттығуды қайталау.</p> <p>3.Сылдырмақаты қой. Б.қ. Аяқ сәл алшақ, қол сылдырмақпен төменде.Сылдырмақты алу,қайта тұру.Сылдырмақты келесі қолға ауыстырып , жаттығуды қайталау</p> <p>4.Сылдырмаққа қара.</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>



	<p>Б.қ.баастапқыдай.Қолды жоғары көтеру, сылдырмаққа қарау, төмен түсіру,5-рет қайталау</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: С.М. Иванов бойынша «Реттеуші»</b> - түзу тұрып, аяқтарын иықтарының деңгейіне қойып, бір қолын жоғары көтеріп, екінші қолын жанына қарай бағыттау; ішке демді мұрнымен алу, қол қимылдарын өзгертіп, «р-р-р» деген дыбыспен бірге созып, демін сыртқа шығарады.</p>	<p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	<p>1. Допты жоғары лақтырып қағып алу.</p>	<p>Балалар ептілікпен орындайды.</p>
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<p><b>Қимыл қозғалыс ойыны: Доп шеңберде.</b> Балалар дөңгелене отырып, допты бір-біріне домалатады.Тәрбиеші балалармен бірге отырып, өзінен екі қолмен домалату керек екенін көрсетіп бірге ойнайды</p>	<p>Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.</p>

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әдіскер: Асият Рахметова 9.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 26.03.2021ж

Тақырыбы: Бір-біріне қарсы отырып домалату.

Мақсаты: Топ арасында өзара достыққа көпшілікке тарту.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доп.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: Доп, мячь

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: С.М. Иванов бойынша «Паровоз»</b> - қолдарымен кезектестіріп қимылдар жасап, бөлме ішінде жүру; мұрын арқылы демді ішке жұтып, ауыздан «чух-чух-чух» сөздерімен бірге демді шығарады.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары. Қаздар.</b> Қаздар қанатын қағады. 1.Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол төменде. Қолды екі жаққа созу, қанаттарын қағу, га-га-га деп дауыс шығару.5- рет қайталау. 2.Қаздар сыбырлайды. Б.қ. аяқ иық деңгейінде, қол төменде. Алғ иілу. Қолды артқа жіберу, ш-ш-ш деп дыбыстау, қайта түзелу.5- рет қайталау. 3.Қаздар жем жеуде.Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол төменде.Отыру,қол тізде,басты төмен түсіру,орнынан тұру.5- рет қайталау. 4.қаздар ұшып кетті. Б.қ. бастапқыдай Қолды жоғары көтеру, төмен түсіру.5- рет қайталау.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: С.М. Иванов бойынша «Паровоз»</b> - қолдарымен кезектестіріп қимылдар жасап, бөлме ішінде жүру; мұрын арқылы демді ішке жұтып, ауыздан «чух-чух-чух» сөздерімен бірге демді шығарады.</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

		Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Бір-біріне қарсы отырып домалату.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимыл қозғалыс ойыны: Допты қағып ал.</b> 1.5,2 метр қашықтықта баланың алдында тәрбиеші тұрады. Бала допты қағып алып, тәрбиешіге лақтырып қайтару тиіс. Допты лақтырғанда балаға «допты қағып ал, жерге төсіріп алма» деген сөздер айтуына болады. Бірақ допты жәй бала қағып алып үлгеретіндей етіп лақтарғаны дұрыс.	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әдіскер: Асият Рамағалова Ғ.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 30.03.2021ж-01.04.2021ж

Тақырыбы: Алға қарай секіре жылжу.

Мақсаты: Секіру кезіндегі қауіпсіздік ережелерін барынша ұғындыру.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доп. сылдырмақ.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: құрсау, обручъ

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: С.М. Иванов бойынша «Паровоз»</b> - қолдарымен кезектестіріп қимылдар жасап, бөлме ішінде жүру; мұрын арқылы демді ішке жұтып, ауыздан «чух-чух-чух» сөздерімен бірге демді шығарады.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары Сылдырмақтар.</b></p> <p>1. Сылдырмақты қақ. Б.қ, аяқ сәл алшақ, қол сылдырмақпен төменде. Қол алға артқа тербелету. 3-рет қайталау Сылдырмақты сол қолға алмастыру, жаттығуды қайта қайта қайталау.</p> <p>2. Сылдырмақпен соқ. Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол сылдырмақпен төменде. Иілу сылдырмақпен тізені соғу, тук-тук деп дыбыстау, түзелу. 3-рет қайталау. Сылдырмақты келесі қолға алмастыру. Жаттығуды қайталау.</p> <p>3. Сылдырмақаты қой. Б.қ. Аяқ сәл алшақ, қол сылдырмақпен төменде. Сылдырмақты алу, қайта тұру. Сылдырмақты келесі қолға ауыстырып, жаттығуды қайталау</p> <p>4. Сылдырмаққа қара.</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	<p>Б.қ.баастапқыдай.Қолды жоғары көтеру, сылдырмаққа қарау, төмен түсіру,5-рет қайталау</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: С.М. Иванов бойынша «Паровоз»</b> - қолдарымен кезектестіріп қимылдар жасап, бөлме ішінде жүру; мұрын арқылы демді ішке жұтып, ауыздан «чух-чух-чух» сөздерімен бірге демді шығарады.</p>	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Алға қарай секіре жылжу	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<p><b>Қимыл қозғалыс ойыны:</b></p> <p><b>Маймылдар.</b>Тәрбиеші балаларға бір-біреуден немесе екеуден гимнастикалық саты тұсына келіп, сатының3-4 еуінен жоғары өрмелеп онда ағаштан жемістер жинап жатқан қимыл жасау керек екенін түсіндіреді. Жемістерді жинап болған соң жерге түседі де, орнына басқа бала келеді.</p>	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әдіскер: Асият Рахметова 9.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 02.04.2021ж

Тақырыбы:Бұлақтан екі аяқпен секіріп өту.

Мақсаты: Балаларға өздерін қорғай алатын машықтарын меңгерту. Салауатты өмір салтын тәрбиелеу.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер:негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доп.

Алдын-ала жұмыстар:сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы: С.М. Иванов бойынша «Паровоз»</b> - қолдарымен кезектестіріп қимылдар жасап, бөлме ішінде жүру; мұрын арқылы демді ішке жұтып, ауыздан «чух-чух-чух» сөздерімен бірге демді шығарады</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары.</b></p> <p>1.Сылдырмақты қақ. Б.қ, аяқ сәл алшақ,қол сылдырмақпен төменде.Қол алға артқа тербелету.3-рет қайталау Сылдырмақты сол қолға алмастыру, жаттығуды қайта қайта қайталау.</p> <p>2.Сылдырмақпен соқ. Б.қ.аяқ сәл алшақ, қол сылдырмақпен төменде.Иілу сылдырмақпен тізені соғу,тук-тук деп дыбыстау,түзелу.3-рет қайталау. Сылдырмақты келесі қолға алмастыру. Жаттығуды қайталау.</p> <p>3.Сылдырмақаты қой.</p> <p>Б.қ. Аяқ сәл алшақ, қол сылдырмақпен төменде.Сылдырмақты алу,қайта тұру.Сылдырмақты келесі қолға ауыстырып</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	, жаттығуды қайталау 4.Сылдырмаққа қара. Б.қ.баастапқыдай.Қолды жоғары көтеру, сылдырмаққа қарау, төмен түсіру,5-рет қайталау	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1.Бұлақтан екі аяқпен секіріп өту.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимыл қозғалыс ойыны: мысық пен тышқан»</b> Балалар қол ұстасып, шеңбер жасап тұрады.Ортаға екі баланы шығарады. Біреуі «мысық»,екіншісі «тышқан» болады.Мысық тышқады қуады ,тышқан жеткізбеуге әрекет жасайды.Ойын осылай жалғасады	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әдіскер: Асият Рамағалова Ғ.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 06.04.2021ж-08.04.2021ж

Тақырыбы: Гимнастикалық орындық астынан өту, орындықты аттау.

Мақсаты: Гимнастикалық орындық жанында әр –түрлі жаттығулар ретінде жасай алуға машықтандыру.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доп гимнастикалық орындық, қол жатыр.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығулар.</b> М.И.Фонорева бойынша Жаңбырдан кейін шеңбер сызығындай айналып жүру керек, жүрісті біртіндеп баяулатып қолды жоғары көтеріп, терең дем алады, төмен түсіріп, а-а-а-а деп дыбыстап, демді біртіндеп сыртқа шығарады.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>ЖДЖ</b></p> <p>1. Ағаштар тербелуде. Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол төменде. Қолды жоғары көтеру, солға қарай иілу, ш-ш-ш деп дыбыстау, төмен түсіру. 6-рет қайталау.</p> <p>2. Бұтақтар тербелуде. Б.қ. Аяқ иық деңгейінде, қол белде. Солға оңға иілу. 6- рет қайталау.</p> <p>3. Желу Б.қ. Аяқ сәл алшақ, қол төменде. Қолды ауыз тұсына әкелу үрлеу, төмен түсіру. 5- рет қайталау</p> <p><b>Тыныс алу жаттығулар.</b> М.И.Фонорева бойынша Жаңбырдан кейін шеңбер сызығындай</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>



	айналып жүру керек, жүрісті біртіндеп баяулатып қолды жоғары көтеріп, терең дем алады, төмен түсіріп, а-а-а-а деп дыбыстап, демді біртіндеп сыртқа шығарады	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1 Гимнастикалық орындық астынан өту, орындықты аттау.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимыл қозғалыс ойыны: Күн мен Жаңбыр.</b> Ойын өтетін бөлменің қабырғасынан кішкене алыстау етіп орындықтар қойылады, балалар орындықтардың артына тізерлеп отырады. Тәрбиеші «Күн шықты, қыдыруға барыңдар», дегенде балалар жан-жаққа ойын алаңында жүгіріп жүреді. Балалар біраз жігіріп алғаналған соң «Жаңбыр жауды» деген белгі бойынша балалар орын орындықтарына қарай барып отырады.	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әзіскер: Аманжол*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 09.04..2021ж

Тақырыбы:Музыкаға сай би элементтерін орындау.

**Мақсаты:** Музыка ырғағына денені бағындыру,қимыл қозғалысты музыкаға сай жасау дағдыларын қалыптастыру.

**Міндеті:** Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

**Көрнекіліктер:**негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доп.

**Алдын-ала жұмыстар:**сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:**

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> М.И. Фонарева бойынша «Үйшік» тік тұрып, аяқты бір-бірінен алшақ ұстайды., қолды бастан асыра көтеріп, «үшік сияқты біріктіреді», демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатыпдемді шығарады.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары.</b> <b>Доппен орындалатын ЖДЖ.</b></p> <p>1.Допты жоғары көтер. Б.қ.аяқ сәл алшақ, екі қол төменде. Допты жоғары көтеру, төмен түсіру. 6 рет қайталау.</p> <p>2.Допты қой. Б.қ. еденде отырып, аяқ созулы, доп оң тұста. Қол төменде тізені бүгіп, аяқты кеуде тұсына жинау, допты аяқ астынан оңға солға домалату, аяқты созу. 6 рет қайталау.</p> <p>3. Допты еденге қой.Б.қ. аяқ сәл алшақ, қолда доп төменд.Допты жоғары көтеру түсіру, қайта иілу,допты алу, қайта түзелу. 4 рет қайталау.</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	<p>4.Отырып –тұру. Б.қ. аяқ алшақ доп қолда, төменде.Отыру,допты аяқ арасына еденге қою, тұру қайта отыру, допты еденнен алу,қайта тұру, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> М.И. Фонарева бойынша «Үйшік» тік тұрып, аяқты бір-бірінен алшақ ұстайды., қолды бастан асыра көтеріп, «үшік сияқты біріктіреді», демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатыпдемді шығарады.</p>	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Музыкаға сай би элементтерін орындау.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимыл қозғалыс ойыны: Допты қағып ал.</b> 1.5,2 метр қашықтықта баланың алдында тәрбиеші тұрады.Бала допты қағып алып, тәрбиешіге лақтырып қайтару тиіс. Допты лақтырғанда балаға «допты қағып ал, жерге төсіріп алма» деген сөздер айтуына болады. Бірақ допты жәй бала қағып алып үлгеретіндей етіп лақтарғаны дұрыс.	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

Әдіскер: *Аманжолтаева Ғ.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 13.04.2021ж-15.04.2021ж

Тақырыбы: Гимнастикалық орындық үстімен төрт аяқтап еңбектеу.

Мақсаты: Екі алақан екі тізеге сүйену арқылы еңбектеуді меңгерту. САлауатты өмір салтын иәрбиелеу.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, допгимнастикалық орындық.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: стол, стуль

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру. <b>Тыныс алу жаттығуы:</b> М.И. Фонарева бойынша «Үйшік» тік тұрып, аяқты бір-бірінен алшақ ұстайды., қолды бастан асыра көтеріп, «үшік сияқты біріктіреді», демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатыпдемді шығарады.	Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.  Тыныс алу жаттығуын орындайды.
Ұйымдастыру-ізденушілік	<b>Жалпы дамыту жаттығулары.</b> <b>Доппен орындалатын ЖДЖ.</b> 1. Допты жоғары көтер. Б.қ.аяқ сәл алшақ, екі қол төменде. Допты жоғары көтеру, төмен түсіру. 6 рет қайталау. 2. Допты қой. Б.қ. еденде отырып, аяқ созулы, доп оң тұста. Қол төменде тізені бүгіп, аяқты кеуде тұсына жинау, допты аяқ астынан оңға солға домалату, аяқты созу. 6 рет қайталау. 3. Допты еденге қой. Б.қ. аяқ сәл алшақ, қолда доп төменд. Допты жоғары көтеру түсіру, қайта иілу, допты алу, қайта түзелу. 4 рет қайталау.	Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.

	<p>4.Отырып –тұру. Б.қ. аяқ алшақ доп қолда, төменде.Отыру,допты аяқ арасына еденге қою, тұру қайта отыру, допты еденнен алу,қайта тұру, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығуы:</b> М.И. Фонарева бойынша «Үйшік» тік тұрып, аяқты бір-бірінен алшақ ұстайды., қолды бастан асыра көтеріп, «үшік сияқты біріктіреді», демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатыпдемді шығарады.</p>	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Гимнастикалық орындық үстімен төрт аяқтап еңбектеу	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<p><b>Қимыл қозғалыс ойыны:</b> :«Ақ қоян»Балалар шеңбер жасап тұрада да ал бір бала ортада қоян болып отырады.Шеңбердегі балалар қол ұстасып тақпақ айтады</p> <p>Ақ қоян ау ақ қоян</p> <p>Орнынан тұршы</p> <p>Бетінді жушы</p> <p>Шашыңды тарашы</p> <p>Біреудің қолын үзеңші-дегенде ортадағы қоян шеңбрді үзуге тырысады</p>	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі.

Әдіскер: 

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 16.04.2021ж

Тақырыбы: Тышқан, аю, қоян, түлкі жүрістерін салу.

Мақсаты: Әр түрлі аңдар жүрісін салғызу арқылы балалардың жаттығуға деген қызығушылығын арттыру.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, аңдардың атрибуттары, ұнтаспа.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру. <b>Тыныс алу жаттығулар.</b> М.И. Фонорева бойынша Жаңбырдан кейін шеңбер сызығындай айналып жүру керек, жүрісті біртіндеп баяулатып қолды жоғары көтеріп, терең дем алады, төмен түсіріп, а-а-а-а деп дыбыстап, демді біртіндеп сыртқа шығарады	Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.  Тыныс алу жаттығуын орындайды.
Ұйымдастыру-ізденушілік	<b>ЖДЖ</b> 1. Ағаштар тербелуде. Б.к. аяқ сәл алшақ, қол төменде. Қолды жоғары көтеру, солға қарай иілу, ш-ш-ш деп дыбыстау, төмен түсіру. 6-рет қайталау.  2. Бұтақтар тербелуде. Б.к. Аяқ иық деңгейінде, қол белде. Солға оңға иілу. 6-рет қайталау.  3. Желу Б.к. Аяқ сәл алшақ, қол төменде. Қолды ауыз тұсына әкелу үрлеу, төмен түсіру. 5-рет қайталау	Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.

	<b>Тыныс алу жаттығулар.</b> М,И.Фонорева бойынша Жаңбырдан кейін шеңбер сызығындай айналып жүру керек, жүрісті біртіндеп баяулатып қолды жоғары көтеріп, терең дем алады, төмен түсіріп, а-а-а-а деп дыбыстап, демді біртіндеп сыртқа шығарады	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1 Тышқан, аю, қоян, түлкі жүрістерін салу.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимыл қозғалыс ойыны: Мысық пен тышқан.</b> Балалар қол ұстасып, шеңбер жасап тұрады. Ортаға екі баланы шығарады. Біреуі «мысық», екіншісі «тышқан» болады. Мысық тышқады қуады, тышқан жеткізбеуге әрекет жасайды. Ойын осылай жалғасады.	Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әзіскер: Асият Рахметова 9.*

## Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің технологиялы картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 20.04.2021ж-22.04.2021ж

Тақырыбы: Доппен өз еркінше ойнау.

Мақсаты: Балаларды еркін ойнауға шақыру. Салауатты өмір салтын тәрбиелеу.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доп ұнтаспа.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: Доп, мячь

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру. <b>Тыныс алу жаттығулар.</b> М.И. Фонорева бойынша Жаңбырдан кейін шеңбер сызығындай айналып жүру керек, жүрісті біртіндеп баяулатып қолды жоғары көтеріп, терең дем алады, төмен түсіріп, а-а-а-а деп дыбыстап, демді біртіндеп сыртқа шығарады	Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.  Тыныс алу жаттығуын орындайды.
Ұйымдастыру-ізденушілік	<b>ЖДЖ</b> 1. Ағаштар тербелуде. Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол төменде. Қолды жоғары көтеру, солға қарай иілу, ш-ш-ш деп дыбыстау, төмен түсіру. 6-рет қайталау.  2. Бұтақтар тербелуде. Б.қ. Аяқ иық деңгейінде, қол белде. Солға оңға иілу. 6-рет қайталау.  3. Желу Б.қ. Аяқ сәл алшақ, қол төменде. Қолды ауыз тұсына әкелу үрлеу, төмен түсіру. 5-рет қайталау	Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.



	<p><b>Тыныс алу жаттығулар.</b>М.И.Фонорева бойынша Жаңбырдан кейін шеңбер сызығындай айналып жүру керек, жүрісті біртіндеп баяулатып қолды жоғары көтеріп, терең дем алады, төмен түсіріп, а-а-а-а деп дыбыстап, демді біртіндеп сыртқа шығарады</p>	<p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<p><b>Негізгі қимыл қозғалыс</b></p>	<p>1. Доппен өз еркінше ойнау</p>	<p>Балалар ептілікпен орындайды.</p>
<p><b>Жетекші-жөндеуші</b></p>	<p><b>Қимыл қозғалыс ойыны: Доп шеңберде.</b> Балалар дөңгелене отырып, допты бір-біріне домалатады.Тәрбиеші балалармен бірге отырып, өзінен екі қолмен домалату керек екенін көрсетіп бірге ойнайды</p>	<p>Балалар ойын шартын түсініп ойнайды.</p>

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әзіскер: Аманжол*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 23.04.2021ж-27.04.2021ж-29.04.2021ж

Тақырыбы:Бой бойынша сапқа тұру, залға шашырап жүгіріп келіп қайта орнына отыру.

Мақсаты: Сапқа тұру ережелерімен толықтай таныстыру, жүгіріп келіп қайта ткру дағдыларын арттыру.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер:негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доп ұнтаспа, жалауша.

Алдын-ала жұмыстар:сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы қызмет түрі	Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру. М.И.Фонорева бойынша тыныс алу жаттығулары.Үйшік тік тұрып аяқты бір-бірінен алшақ ұстайды,қолды бастан асыра көтеріп,үйшік сияқты біріктіреді демді ішке тартады қолды төмен түсіріп ,демді шығарады.	Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.  Тыныс алу жаттығуын орындайды.
Ұйымдастыру-ізденушілік	<b>Жалпы дамыту жаттығулары.</b> <b>Доппен орындалатын ЖДЖ.</b> 1.Допты жоғары көтер. Б:қ.аяқ сәл алшақ, екі қол төменде. Допты жоғары көтеру, төмен түсіру. 6 рет қайталау. 2.Допты қой. Б.қ. еденде отырып, аяқ созулы, доп оң тұста. Қол төменде тізені бүгіп, аяқты кеуде тұсына жинау, допты аяқ астынан оңға солға домалату, аяқты созу. 6 рет қайталау. 3.Допты еденге қой.Б.қ. аяқ сәл алшақ, қолда доп төменд.Допты жоғары көтеру түсіру, қайта иілу,допты алу, қайта түзелу. 4 рет қайталау.	Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.

	4. Отырып –тұру. Б.қ. аяқ алшақ доп қолда,	
--	--------------------------------------------	--

	<p>төменде.Отыру,допты аяқ арасына еденге қою, тұру қайта отыру, допты еденнен алу,қайта тұру, бастапқы қалыпқа оралу. 4 рет қайталау.</p> <p>Фонорева бойынша тыныс алу жаттығулары.Үйшік тік тұрып аяқты бір-бірінен алшақ ұстайды,қолды бастан асыра көтеріп,үйшік сияқты біріктіреді демді ішке тартады қолды төмен түсіріп ,демді шығарады.</p>	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Бой бойынша сапқа тұру, залға шашырап жүгіріп келіп қайта орнына отыру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимыл қозғалыс ойыны: Өз түсінді тап.</b> Балалар 3-4 жалауша алады.Біріншісі жасыл,екіншісі көк,үшіншісісары.Бөлменің әр бұрышына көк,жасыл, сары құрсаулар қойып қояды.Балаларға қыдырындар дейді. Балалар шулай жүгіреді.Осы кезде нұсқаушы өз түстерінді табындар дейді.Балалар қолындағы жалаушаның түсімен өз түстерін табады.	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды

*Әдіскер: Аманжол*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 30.04.2021ж

Тақырыбы: Ілулі тұрған қоңырауға тимей тартылған жіп астынан өту.

Мақсаты: Балалардың ептілігін шыңдай түсу, қызығушылықтарын арттыру.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доқоңырау, доға, ұнтаспа.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері: арқан, канат.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығулар.</b> М.И. Фонорева бойынша Жаңбырдан кейін шеңбер сызығындай айналып жүру керек, жүрісті біртіндеп баяулатып қолды жоғары көтеріп, терең дем алады, төмен түсіріп, а-а-а-а деп дыбыстап, демді біртіндеп сыртқа шығарады</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>ЖДЖ .</b></p> <p>1. Гүл шоғын жинаймыз. Б.қ, аяқ сәл алшақ қол төменде. Қолды екі жанға созу, төмен түсіру 5 рет қайталау.</p> <p>2. Гүл тереміз. Б.қ. аяқ иық деңгейінде, қол төменде. Алға иілу, түзелу. 4 рет қайталау.</p> <p>3. Гүлдерді көрсет. Б.қ. аяқ сіл алшақ, қол артта. Қолды алғасозу, артқа жасыру 5 рет қайталау.</p> <p>4. Гүлдер қайда. Б.қ. аяқ сәл алшақ. Қол</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	<p>төменде. Аяқ ұшына көтерілу, алға қарау төмен <b>Тыныс алу жаттығулар</b>.М,И.Фонорева бойынша Жаңбырдан кейін шеңбер сызығындай айналып жүру керек, жүрісті біртіндеп баяулатып қолды жоғары көтеріп, терең дем алады, төмен түсіріп, а-а-а-а деп дыбыстап, демді біртіндеп сыртқа шығарады</p> <p>түсіріу.5 рет қайталау.</p>	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Ілулі тұрған қоңырауға тимей тартылған жіп астынан өту.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<p><b>Қимылды қозғалыс ойыны.Қоңырау қайдан естілді.</b> Балалар беттерімен қабырғаға қарап тұрады.</p> <p>Нұсқаушы балаларғаТыңдаңдар,қоңырау қайдан соғылып тұр,қоңырауды табыңдар дейді.Балалар қоңырауды тапқандан нұсқаушы оларды мақтайды.</p>	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әзіскер: Асият Жантөре*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 04.05.2021ж-06.05.2021ж

Тақырыбы: Ұзындыққа орнында тұрып секіру.

Мақсаты: Секіру элементтерін одан әрі бойларына сіңіре түсу.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, таяқша ұнтаспа.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығулар.</b>М,И.Фонорева бойынша Жаңбырдан кейін шеңбер сызығындай айналып жүру керек, жүрісті біртіндеп баяулатып қолды жоғары көтеріп, терең дем алады, төмен түсіріп, а-а-а-а деп дыбыстап, демді біртіндеп сыртқа шығарады</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>ЖДЖ .</b></p> <p>1.Гүл шоғын жинаймыз. Б.қ, аяқ сәл алшақ қол төменде. Қолды екі жанға созу, төмен түсіру 5 рет қайталау.</p> <p>2.Гүл тереміз. Б.к. аяқ иық деңгейінде, қол төменде. Алға иілу, түзелу. 4 рет қайталау.</p> <p>3.Гүлдерді көрсет. Б.қ. аяқ сіл алшақ, қол артта. Қолды алғасозу, артқа жасыру 5 рет қайталау.</p> <p>4.Гүлдер қайда. Б.қ. аяқ сәл алшақ. Қол төм</p> <p><b>Тыныс алу жаттығулар.</b>М,И.Фонорева бойынша Жаңбырдан кейін шеңбер сызығындай</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	<p>айналып жүру керек, жүрісті біртіндеп баяулатып қолды жоғары көтеріп, терең дем алады, төмен түсіріп, а-а-а-а деп дыбыстап, демді біртіндеп сыртқа шығарады</p> <p>енде. Аяқ ұшына көтерілу, алға қарау.</p>	<p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1 Ұзындыққа орнында тұрып секіру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<p><b>Қимылды қозғаыс ойыны.Маймылдар.</b> Тәрбиеші балаларға бір-біреуден немесе екеуден гимнастикалық саты тұсына келіп, сатының3-4 еуінен жоғары өрмелеп онда ағаштан жемістер жинап жатқан қимыл жасау керек екенін түсіндіреді. Жемістерді жинап болған соң жерге түседі де, орнына басқа бала келеді.</p>	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

Әдіскер: *Аманжол*



## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 11.05.2021ж

Тақырыбы:Қолдарына жалауша ұстап, 40-60сек тоқтамай жүгіру.

Мақсаты: Балалардың төзімділік, шапшаңдық қасиеттерін дамыта түсіу.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер:негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, жалауша, ұнтаспа.

Алдын-ала жұмыстар:сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:жалау, флажок.

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Т.Ф Виноградова бойынша тыныс алу жаттығулары.</b>Шар –ерінді жұмып, ұртыңды томпайту, жұдырықпен жайлап жұмылу, ерніннен ауаны шығару.3-4 рет қайталау.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<b>Ұйымдастыру-ізденушілік</b>	<p><b>ЖДЖ</b> .Жалаушамен орындалатын жаттығу.</p> <p>1.Жалаушаны алып қой. Б.қ. аяқ сәл алшақ қол төменде. Қолқ сәл алшақ, жалаушамен төменде. Қолды жоғары көтеру, жалаушаны шайқау, төмен түсіру. 3- рет қайталау.</p> <p>2. Жалаушамен соқ. Б.қ.т аяқ сәл алшақ қол төменде . Иілу, жалаушамен тізені соғу , тук-тук деп дыбыстап түзелу. 3- рет қайталау. Жалаушаны келесі қолға ауыстыру.</p> <p>3. Жалаушаны қой.</p> <p>Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол төменде. Отыру жалаушаны қою, түзелу. Қайта отыру жалаушаны алу, түзелу. 2- рет қайталау4.</p> <p>4.Жалаушаны көрсет. Б.қ. аяқ сәл алшақ,</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	<p>қол артта. Жалаушаны басқа қолға алмастырып, жаттығуды қайталау.</p> <p><b>Т.Ф Виноградова бойынша тыныс алу жаттығулары.</b> Шар –ерінді жұмып, ұртынды томпайту, жұдырықпен жайлап жұмылу, ерніннен ауаны шығару.3-4 рет қайталау.</p>	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Қолдарына жалауша ұстап, 40-60сек тоқтамай жүгіру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<p><b>Қимылды қозғалыс ойыны.</b></p> <p>«Өз түсінді тап»</p> <p>Балалар 3-4 жалауша алады.Біріншісі жасыл,екіншісі көк,үшіншісісары.Бөлменің әр бұрышына көк,жасыл, сары құрсаулар қойып қояды.Балаларға қыдырындар дейді. Балалар шулай жүгіреді.Осы кезде нұсқаушы өз түстерінді табындар дейді.Балалар қолындағы жалаушаның түсімен өз түстерін табады</p>	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

Әдіскер: *Асият Рамағалова*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 13.05.2021ж

Тақырыбы: Желке тұсынан допты тордан асыра лақтыру.

**Мақсаты:** Тепе –теңдік сақтай алу машықтарын арттыра түсу. Ұзындыққа қос аяқтап секіруге үйрету.

**Міндеті:** Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

**Көрнекіліктер:** негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доптар слынған себет, ұнтаспа.

**Алдын-ала жұмыстар:** сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:**

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Т.Ф Виноградова бойынша тыныс алу жаттығулары.</b> Шар –ерінді жұмып, ұртыңды томпайту, жұдырықпен жайлап жұмылу, ерніннен ауаны шығару. 3-4 рет қайталау.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<b>Ұйымдастыру-ізденушілік</b>	<p><b>ЖДЖ</b> .Жалаушамен орындалатын жаттығу.</p> <p>1. Жалаушаны алып қой. Б.қ. аяқ сәл алшақ қол төменде. Қолқ сәл алшақ, жалаушамен төменде. Қолды жоғары көтеру, жалаушаны шайқау, төмен түсіру. 3- рет қайталау.</p> <p>2. Жалаушамен соқ. Б.қ.т аяқ сәл алшақ қол төменде . Иілу, жалаушамен тізені соғу , тук-тук деп дыбыстап түзелу. 3- рет қайталау. Жалаушаны келесі қолға ауыстыру.</p> <p>3. Жалаушаны қой.</p> <p>Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол төменде. Отыру</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	<p>жалаушаны қою, түзелу. Қайта отыру жалаушаны алу, түзелу. 2- рет қайталау4. 4.Жалаушаны көрсет. Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол артта. Жалаушаны басқа қолға алмастырып, жаттығуды қайталау</p> <p><b>Т.Ф Виноградова бойынша тыныс алу жаттығулары.</b>Шар –ерінді жұмып, ұртыңды томпайту, жұдырықпен жайлап жұмылу, ерніннен ауаны шығару.3-4 рет қайталау.</p>	<p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	<p>1. Желке тұсынан допты тордан асыра лақтыру.</p>	<p>Балалар ептілікпен орындайды.</p>
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<p><b>Қимылды қозғалыс ойыны.Арықтан аттап өтеміз».</b>Жерде тақтай тасталады.Оның ені 25-30см.ұзындығы 25-30см.Ол көпір болып саналады.Арғы жағада гүлдер өседі.Балалар көпірден өтіп арғы жағадағы гүлдерді жинап, қайдадан көпірден өтіп ойын алаңына оралады</p>	<p>Балалар ойын шартын түсініп ойнады.</p>

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

Әдіскер: 

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 14.05.2021ж

Тақырыбы: Жерде жатқан жалпақ шеңберге секіру.

Мақсаты: Тепе- теңдік сақтай алу машықтарын арттыра түсу.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доқоңырау, доға, ұнтаспа.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығулар.</b> М.И.Фонорева бойынша Жаңбырдан кейін шеңбер сызығындай айналып жүру керек, жүрісті біртіндеп баяулатып қолды жоғары көтеріп, терең дем алады, төмен түсіріп, а-а-а-а деп дыбыстап, демді біртіндеп сыртқа шығарады</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>ЖДЖ .</b></p> <p>1. Гүл шоғын жинаймыз. Б.қ, аяқ сәл алшақ қол төменде. Қолды екі жанға созу, төмен түсіру 5 рет қайталау.</p> <p>2. Гүл тереміз. Б.қ. аяқ иық деңгейінде, қол төменде. Алға иілу, түзелу. 4 рет қайталау.</p> <p>3. Гүлдерді көрсет. Б.қ. аяқ сіл алшақ, қол артта. Қолды алғасозу, артқа жасыру 5 рет қайталау.</p> <p>4. Гүлдер қайда. Б.қ. аяқ сәл алшақ</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	<p><b>Тыныс алу жаттығулар.</b>М.И.Фонорева бойынша Жаңбырдан кейін шеңбер сызығындай айналып жүру керек, жүрісті біртіндеп баяулатып қолды жоғары көтеріп, терең дем алады, төмен түсіріп, а-а-а-а деп дыбыстап, демді біртіндеп сыртқа шығарады</p>	<p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<p><b>Негізгі қимыл қозғалыс</b></p>	<p>1. Жерде жатқан жалпақ шеңберге секіру.</p>	<p>Балалар ептілікпен орындайды.</p>
<p><b>Жетекші-жөндеуші</b></p>	<p><b>Қимылды қозғалыс ойыны. Торғайлар мен мысық»</b>Жерде диаметрі 3-4 шеңбер сызылады.Балалардың біреуі мысық болып, шеңбердің ішінде отырады.Қалған балалар-торғайлар,олар шеңбердің сыртында тұрады.Нұсқаушы Торғайлар ұшты» деген белгісі бойынша шатырдан,ұяларынан жерге ұшып түсіп қанаттарын жайып, бөлме бойы шашырап жүгіреді.Ол кезде «мысық» оянып «мяу-мяу» деп «торғайларды» қуалай жөнеледі.</p>	<p>Балалар ойын шартын түсініп ойнады.</p>

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимылды орында

*Әдіскер: Асият Жантөле 9.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 18.05.2021ж

Тақырыбы:Құрсауға секіру, одан секіріп шығу.

**Мақсаты:**Өр түрлі жаттығуларды жасата отырып, балалардың шапшаңдық ептілік қасиеттерін дамыту.

**Міндеті:** Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

**Көрнекіліктер:**негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, құрсау, ұнтаспа.

**Алдын-ала жұмыстар:**сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:**обручь, құрсау

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығулар.</b>М,И.Фонорева бойынша Жаңбырдан кейін шеңбер сызығындай айналып жүру керек, жүрісті біртіндеп баяулатып қолды жоғары көтеріп, терең дем алады, төмен түсіріп, а-а-а-а деп дыбыстап, демді біртіндеп сыртқа шығарады</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<b>Ұйымдастыру-ізденушілік</b>	<p><b>ЖДЖ .</b></p> <p>1.Гүл шоғын жинаймыз. Б.қ, аяқ сәл алшақ қол төменде. Қолды екі жанға созу, төмен түсіру 5 рет қайталау.</p> <p>2.Гүл тереміз. Б.қ. аяқ иық деңгейінде, қол төменде. Алға иілу, түзелу. 4 рет қайталау.</p> <p>3.Гүлдерді көрсет. Б.қ. аяқ сіл алшақ, қол артта. Қолды алғасозу, артқа жасыру 5 рет қайталау.</p> <p>4.Гүлдер қайда Б.қ. аяқ сәл алшақ қол артта . Қол түменде .Аяқ ұшына көтерілу.</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	<p><b>Тыныс алу жаттығулар.</b>М.И.Фонорева бойынша Жаңбырдан кейін шеңбер сызығындай айналып жүру керек, жүрісті біртіндеп баяулатып қолды жоғары көтеріп, терең дем алады, төмен түсіріп, а-а-а-а деп дыбыстап, демді біртіндеп сыртқа шығарады</p>	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1 Құрсауға секіру, одан секіріп шығу.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<p><b>Қимылды қозғалыс ойыны. : Күн мен Жаңбыр.</b>Ойын өтетін бөлменің қабырғасынан кішкене алыстау етіп орындықтар қойылады, балалар орындықтардың артына тізерлеп отырады. Тәрбиеші «Күн шықты, қыдыруға барындар», дегенде балалар жан-жаққа ойын алаңында жүгіріп жүреді. Балалар біраз жігіріп алғаналған соң «Жаңбыр жауды» деген белгі бойынша балалар орын орындықтарына қарай барып отырады.</p>	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды

*Әдіскер: Асият Рамағалова 9.*



## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 20.05.2021ж

Тақырыбы:Құрсаудан құрсауға аттап жүру.

**Мақсаты:** Түрлі жаттығулар жасата отырып, балалардың шапшаңдық ептілік қасиеттерін дамыту.

**Міндеті:** Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

**Көрнекіліктер:**негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, ұнтаспа, құрсау, жалаушалар.

**Алдын-ала жұмыстар:**сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:** обручь, құрсау

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Т.Ф Виноградова бойынша тыныс алу жаттығулары.</b>Шар –ерінді жұмып, ұртыңды томпайту, жұдырықпен жайлап жұмылу, ерніннен ауаны шығару.3-4 рет қайталау.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<b>Ұйымдастыру-ізденушілік</b>	<p><b>ЖДЖ</b> .Жалаушамен орындалатын жаттығу.</p> <p>1.Жалаушаны алып қой. Б.қ. аяқ сәл алшақ қол төменде. Қолқ сәл алшақ, жалаушамен төменде. Қолды жоғары көтеру, жалаушаны шайқау, төмен түсіру. 3- рет қайталау.</p> <p>2. Жалаушамен соқ. Б.қ.т аяқ сәл алшақ қол төменде . Иілу, жалаушамен тізені соғу , тук-тук деп дыбыстап түзелу. 3- рет қайталау. Жалаушаны келесі қолға ауыстыру.</p> <p>3. Жалаушаны қой.</p> <p>Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол төменде. Отыру жалаушаны қою, түзелу. Қайта отыру</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	<p>жалаушаны алу, түзелу. 2- рет қайталау4. 4.Жалаушаны көрсет. Б.қ. аяқ сәл алшак, қол артта. Жалаушаны басқа қолға алмастырып, жаттығуды қайталау</p> <p><b>Т.Ф Виноградова бойынша тыныс алу жаттығулары.</b>Шар –ерінді жұмып, ұртынды томпайту, жұдырықпен жайлап жұмылу, ерніннен ауаны шығару.3-4 рет қайталау.</p>	<p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1.Құрсаудан құрсауға аттап жүру.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<p><b>Қимылды қозғалыс ойыны. «Доппен ұстаушы»</b></p> <p>Балалар шеңбер бойымен орналасады. Ұстаушы шеңбер ортасында тұрады. Оның аяғының жананда екі доп жатады. Ұстаушы түрлі қимылдар орындайды</p>	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды

*Әдіскер: Асият Рамағалова 9.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 21.05.2021ж

Тақырыбы: Құм толтырылған дорбаны оң, сол қолмен алға лақтыруы.

Мақсаты: Лақтырудың тәсіліне тоқтала, түсіндіріп, қауіпсіздік ережесін сақтауға шақыру.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер: негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, құм салынған дорба.

Алдын-ала жұмыстар: сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:

Қызмет кезеңдері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Т.Ф Виноградова бойынша тыныс алу жаттығулары.</b> Шар – ерінді жұмып, ұртыңды томпайту, жұдырықпен жайлап жұмылу, ерніннен ауаны шығару. 3-4 рет қайталау.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>ЖДЖ</b> Жалаушамен орындалатын жаттығу.</p> <p>1. Жалаушаны алып қой. Б.қ. аяқ сәл алшақ қол төменде. Қолқ сәл алшақ, жалаушамен төменде. Қолды жоғары көтеру, жалаушаны шайқау, төмен түсіру. 3- рет қайталау.</p> <p>2. Жалаушамен соқ. Б.қ.т аяқ сәл алшақ қол төменде . Иілу, жалаушамен тізені соғу , тук-тук деп дыбыстап түзелу. 3- рет қайталау. Жалаушаны келесі қолға ауыстыру.</p> <p>3. Жалаушаны қой.</p> <p>Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол төменде. Отыру жалаушаны қою, түзелу. Қайта отыру</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	<p>жалаушаны алу, түзелу. 2- рет қайталау4. 4.Жалаушаны көрсет. Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол артта. Жалаушаны басқа қолға алмастырып, жаттығуды қайталау</p> <p><b>Т.Ф Виноградова бойынша тыныс алу жаттығулары.</b>Шар –ерінді жұмып, ұртыңды томпайту, жұдырықпен жайлап жұмылу, ерніннен ауаны шығару.3-4 рет қайталау.</p>	<p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1.. Құм толтырылған дорбаны оң, сол қолмен алға лақтыруы.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші- жөндеуші</b>	<b>Қимылды ойын.</b> «Допты қақпаға дәл сок».Алаңға қақпа қояды .Балалар сол қақпаға біртіндеп допты дәл соғып ойнайды .	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әдіскер: Аманжол Маманжолқызы*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 25.05.2021ж-27.05.2021ж

Тақырыбы:Қатар жатқан қос лентадан секіріп өту.

**Мақсаты:** Би элементтерін қолдана,қимыл-қозғалысты сәйкестіндіруге баулу.Ұзындыққа секіруге баулу. Салауатты өмір салтына тәрбиелеу.

**Міндеті:** Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

**Көрнекіліктер:**негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доқоңырау,доға, үнтаспа.

**Алдын-ала жұмыстар:**сапқа тұру денені тік ұстау.

**Блингвалдық компоненттері:**

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Тыныс алу жаттығулар.</b>М,И.Фонорева бойынша Жаңбырдан кейін шеңбер сызығындай айналып жүру керек, жүрісті біртіндеп баяулатып қолды жоғары көтеріп, терең дем алады, төмен түсіріп, а-а-а-а деп дыбыстап, демді біртіндеп сыртқа шығарады</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
<b>Ұйымдастыру-ізденушілік</b>	<p><b>ЖДЖ .</b></p> <p>1.Гүл шоғын жинаймыз. Б.қ, аяқ сәл алшақ қол төменде. Қолды екі жанға созу, төмен түсіру 5 рет қайталау.</p> <p>2.Гүл тереміз. Б.қ. аяқ иық деңгейінде, қол төменде. Алға иілу, түзелу. 4 рет қайталау.</p> <p>3.Гүлдерді көрсет. Б.қ. аяқ сіл алшақ, қол артта. Қолды алғасозу, артқа жасыру 5 рет қайталау.</p> <p>4.Гүлдер қайда Б.қ. аяқ сәл алшақ қол артта .</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	Қол т <b>Тыныс алу жаттығулар</b> .М,И.Фонорева бойынша Жаңбырдан кейін шеңбер сызығындай айналып жүру керек, жүрісті біртіндеп баяулатып қолды жоғары көтеріп, терең дем алады, төмен түсіріп, а-а-а-а деп дыбыстап, демді біртіндеп сыртқа шығарады	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. Қатар жатқан қос лентадан секіріп өту.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимылды ойын. : «Шар».</b> Тәрбиеші баларды шеңберге тұрғызып, бірі-бірінің қолдаранан ұстадады .Шар үлкейе бер,үлкейе бер бірақ жарылма деп балалар үлкен шеңбер жасайды.Шеңбер үлкейеді осы кезде шеңбер үзіліп шар жарылады.Шар жарылғанда балалар қолдарын «хлоп» деп айтады.	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:**Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:**сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

*Әдіскер: Асият Рахметова 9.*

## Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы

Топтары: «Әсел» ортаңғы тобы

Білім саласы: «Денсаулық»

Білім бөлімі: «дене шынықтыру»

Өтілетін күні: 28.05.2021ж

Тақырыбы:5-20см жоғары ілінген затқа секіріп қолын тигізу.

Мақсаты: Балаларды көңілді секірте ,олардың көңілін көтеру.

Міндеті: Балаларға денелерін тік ұстап бір қатармен жүруге машықтандыру.

Көрнекіліктер:негізгі қимыл қозғалысқа қажетті құралдар, доқоңырау,доға, ұнтаспа.

Алдын-ала жұмыстар:сапқа тұру денені тік ұстау.

Блингвалдық компоненттері:

Қызмет кезендері	Нұсқаушы қызметі	Балалар қызметі
	<p>Жалпы сапқа тұру, түзелу, сәлемдесу. Бір қатармен жүру. Бір қатармен жүру, жай жүгіріспен цирктегі аттар жүрісімен тізені жоғары көтеріп жүгіру.</p> <p><b>Т.Ф Виноградова бойынша тыныс алу жаттығулары.</b>Шар –ерінді жұмып, ұртыңды томпайту, жұдырықпен жайлап жұмылу, ерніннен ауаны шығару.3-4 рет қайталау.</p>	<p>Жалпы бір қатарға тұру. Сәлемдеседі. Нұсқаушы соңынан қайталау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды.</p>
Ұйымдастыру-ізденушілік	<p><b>ЖДЖ</b> .Жалаушамен орындалатын жаттығу.</p> <p>1.Жалаушаны алып қой. Б.қ. аяқ сәл алшақ қол төменде. Қолқ сәл алшақ, жалаушамен төменде. Қолды жоғары көтеру, жалаушаны шайқау, төмен түсіру. 3- рет қайталау.</p> <p>2. Жалаушамен соқ. Б.қ.т аяқ сәл алшақ қол төменде . Иілу, жалаушамен тізені соғу , тук-тук деп дыбыстап түзелу. 3- рет қайталау. Жалаушаны келесі қолға ауыстыру.</p> <p>3. Жалаушаны қой.</p> <p>Б.қ. аяқ сәл алшақ, қол төменде. Отыру жалаушаны қою, түзелу. Қайта отыру жалаушаны алу, түзелу. 2- рет қайталау4.</p>	<p>Дамытушы жаттығуды мұқият көріп қайталап жасайды.</p>

	4. Жалаушаны көрсет. Б.к. аяқ сәл алшақ, қол артта. Жалаушаны басқа қолға алм <b>Т.Ф Виноградова бойынша тыныс алу жаттығулары.</b> Шар – ерінді жұмып, ұртыңды томпайту, жұдырықпен жайлап жұмылу, ернінен ауаны шығару. 3-4 рет қайталау.	Тыныс алу жаттығуын орындайды.
<b>Негізгі қимыл қозғалыс</b>	1. 5-20см жоғары ілінген затқа секіріп қолын тигізу.	Балалар ептілікпен орындайды.
<b>Жетекші-жөндеуші</b>	<b>Қимылды ойын. «Кім тез»</b> Ойыншылардың міндеті бір жерден екінші жерге ойыншық, текше, доп сияқты заттарды қолмен ұстамай тасу керек.	Балалар ойын шартын түсініп ойнады.

**Күтілетін нәтиже:**

**Білуі қажет:** Балалар үш қатарлы сапқа тұруды біледі.

**Қалыптасқан түсініктер:** Кедергілер арсынан допты аяқпен итере алып шығуды игерді.

**Орындаушылық қабілеті:** сап түзеп тұрады, қызығушылығы арта түседі, негізгі қимыл қозғалысты мұқият орындайды.

Әдіскер: *Асият Рахметова*