

Тексерілді
 Әдіскер 30.11.2023
 « 23 » 11

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 ж.ж. 01 Қыркүйек арналған емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Жұма	
	Тақырыбы: Диагностика. Балалардың зейін тұрақтылығын анықтау. Ұсақ қол моторикасын дамытуға арналған жаттығулар.	
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Алина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Балалардың зейін тұрақтылығын анықтау. Ұсақ қол моторикасын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Балалардың зейін тұрақтылығын анықтау. Ұсақ қол моторикасын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Балалардың зейін тұрақтылығын анықтау. Ұсақ қол моторикасын дамытуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Сатптық жаттығулар оңға,солға,артқа бұрылу жаттығулары. 2.Жүру жаттығулары аяқ ұшымен және өкшесімен. 3.Белгі бойынша тоқтап жүру жаттығулары. 4.Доптарды екі қолдың көмегімен жинақтау. 5.Допты екі қолдың көмегімен жүргізу. 6.Қыстырғышты пайдалана отырып жіпшеге қыстыру.	09.00 – 11.00 «Солнышко » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Балалардың зейін тұрақтылығын анықтау. Ұсақ қол моторикасын дамытуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Сатптық жаттығулар оңға,солға,артқа бұрылу жаттығулары. 2.Жүру жаттығулары аяқ ұшымен және өкшесімен. 3.Белгі бойынша тоқтап жүру жаттығулары. 4.Доптарды екі қолдың көмегімен жинақтау. 5.Допты екі қолдың көмегімен жүргізу. 6.Қыстырғышты пайдалана отырып жіпшеге қыстыру.

Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы, дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы, дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль

Тексерілді
Әдіскер 9/
« 01 » 09

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 ж.ж. 04-08 Қыркүйек аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулары				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Алина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35-09.00 Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының	9.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының	10.00 – 11.25 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының	9.30 – 09.55 «Солнышко » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының

	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарына балалардың емдік дене шынықтыруға деген қызығушылықтары туралы әңгімелеу. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз

	Саттыкова Күнсұлу Шопанова Көркем	Саттыкова Күнсұлу Шопанова Көркем	Битимбаева Гульдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Көркем	Битимбаева Гульдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Көркем	Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аиғуль
--	--------------------------------------	--------------------------------------	---	---	-------------------------------------

Тексерілді
Әдіскер
« 09 » 09

2023-2024жж.

2023-2024 жж 11-15 қыркүйек аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшынның жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айғали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айғали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айғали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айғали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Алина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Оқу қызметі бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау.

Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулар бойынша жоспар құру. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніште жатып жүруді имитация жасай отырып орындау. 2.Екі аяқ пен тұру және аяқ ұшымен,өкшемен жүру. 3.Іздік жолдармен жүру жаттығулары 4.Таяқпен жүру жаттығулары. 5.Арқан үстінде жаттығуды орындау. 6.Гимнастикалық бөрене үстімен жүру. 7.Сатымен жүру жаттығулары. 8.Платформа тепе-теңдік сақтау жаттығуларын орындау. 9.Вилосипетпен жүру жаттығулары	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі:Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулар бойынша жоспар құру. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніште жатып жүруді имитация жасай отырып орындау. 2.Екі аяқ пен тұру және аяқ ұшымен,өкшемен жүру. 3.Іздік жолдармен жүру жаттығулары 4.Таяқпен жүру жаттығулары. 5.Арқан үстінде жаттығуды орындау. 6.Гимнастикалық бөрене үстімен жүру. 7.Сатымен жүру жаттығулары. 8.Платформа тепе-теңдік сақтау жаттығуларын орындау. 9.Вилосипетпен жүру жаттығулары	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары бойынша жоспар құру. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніште жатып жүруді имитация жасай отырып орындау. 2.Екі аяқ пен тұру және аяқ ұшымен,өкшемен жүру. 3.Іздік жолдармен жүру жаттығулары 4.Таяқпен жүру жаттығулары. 5.Арқан үстінде жаттығуды орындау. 6.Гимнастикалық бөрене үстімен жүру. 7.Сатымен жүру жаттығулары. 8.Платформа тепе-теңдік сақтау жаттығуларын орындау. 9.Вилосипетпен жүру жаттығулары	10.00 – 11.25 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары бойынша жоспар құру. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніште жатып жүруді имитация жасай отырып орындау. 2.Екі аяқ пен тұру және аяқ ұшымен,өкшемен жүру. 3.Іздік жолдармен жүру жаттығулары 4.Таяқпен жүру жаттығулары. 5.Арқан үстінде жаттығуды орындау. 6.Гимнастикалық бөрене үстімен жүру. 7.Сатымен жүру жаттығулары. 8.Платформа тепе-теңдік сақтау жаттығуларын орындау. 9.Вилосипетпен жүру жаттығулары	09.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары бойынша жоспар құру. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніште жатып жүруді имитация жасай отырып орындау. 2.Екі аяқ пен тұру және аяқ ұшымен,өкшемен жүру. 3.Іздік жолдармен жүру жаттығулары 4.Таяқпен жүру жаттығулары. 5.Арқан үстінде жаттығуды орындау. 6.Гимнастикалық бөрене үстімен жүру. 7.Сатымен жүру жаттығулары. 8.Платформа тепе-теңдік сақтау жаттығуларын орындау. 9.Вилосипетпен жүру жаттығулары
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге емдік дене шынықтыру бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларының реттілігін көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді емдік дене шынықтыру жаттығуларының түрлерімен таныстыру.

Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары туралы және жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары туралы және жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары туралы және жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары туралы және жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары туралы және жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангүль
--------------------	--	--	--	--	---

2023-2024 ж.ж. 18-22 Қыркүйек аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Бұлшық еттерді босаңсытуға және жүйке жүйесін нығайтуға арналған жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Алина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Балалардың дене жаттығуларын жасауға деген қызығушылықтарын арттыру. Тақырып бойынша керекті құралдарды дайындау	08.35 – 09.00 Балалардың дене жаттығуларын жасауға деген қызығушылықтарын арттыру. Тақырып бойынша керекті құралдарды дайындау	08.35 – 09.00 Балалардың дене жаттығуларын жасауға деген қызығушылықтарын арттыру. Тақырып бойынша керекті құралдарды дайындау	08.35 – 09.00 Балалардың дене жаттығуларын жасауға деген қызығушылықтарын арттыру. Тақырып бойынша керекті құралдарды дайындау	08.35 – 09.00 Балалардың дене жаттығуларын жасауға деген қызығушылықтарын арттыру. Тақырып бойынша керекті құралдарды дайындау
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бұлшық еттерді босаңсытуға және жүйке жүйесін нығайтуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бұлшық еттерді босаңсытуға және жүйке жүйесін нығайтуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бұлшық еттерді босаңсытуға және жүйке жүйесін нығайтуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды	10.00– 11.25 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бұлшық еттерді босаңсытуға және жүйке жүйесін нығайтуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды	09.30– 09.55 «Солнышко » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бұлшық еттерді босаңсытуға және жүйке жүйесін нығайтуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының

	нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару. 6.Гимнастикалық таяқшаны пайдалана отырып саусақ және буындарға жаттығу. 7.Доптың көмегі арқылы түске бөлу жаттығулары. 8.Кубиктерді дұрыс орналастыру.	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару. 6.Гимнастикалық таяқшаны пайдалана отырып саусақ және буындарға жаттығу. 7.Доптың көмегі арқылы түске бөлу жаттығулары 8.Кубиктерді дұрыс орналастыру.	нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару. 6.Гимнастикалық таяқшаны пайдалана отырып саусақ және буындарға жаттығу. 7.Доптың көмегі арқылы түске бөлу жаттығулары 8.Кубиктерді дұрыс орналастыру.	нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару. 6.Гимнастикалық таяқшаны пайдалана отырып саусақ және буындарға жаттығу. 7.Доптың көмегі арқылы түске бөлу жаттығулары 8.Кубиктерді дұрыс орналастыру.	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару. 6.Гимнастикалық таяқшаны пайдалана отырып саусақ және буындарға жаттығу. 7.Доптың көмегі арқылы түске бөлу жаттығулары 8.Кубиктерді дұрыс орналастыру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерімен балалардың емдік дене шынықтыруға деген қабілеттерін әңгімелеу.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерді спорт зал алаңымен таныстыру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге емдік дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.

Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарына емдік дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата – аналарына балалардың өз шама-шарқында жаттығу жасауды жетілдіруді айту. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата – аналарына емдік дене шынықтыру сабағына қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарына жеңіл жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль
--------------------	---	--	--	---	---

2023-2024 ж.ж. 25-29 Қыркүйек аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Алина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.30– 09.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны:	09.00-09.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны:	09.00 – 09.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны:	10.00 – 10.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны:	09.00 – 09.25 «Солнышко» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны:

	Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға бұру ,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды толық айналдыру. 3.Гимнастикалық төсеніште ет бетімен жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және қайта түсіру. 4.Гимнастикалық орындық үстінде жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және түсіру.	Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға бұру ,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды толық айналдыру. 3.Гимнастикалық төсеніште ет бетімен жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және қайта түсіру. 4.Гимнастикалық орындық үстінде жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және түсіру.	Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға бұру ,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды толық айналдыру. 3.Гимнастикалық төсеніште ет бетімен жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және қайта түсіру. 4.Гимнастикалық орындық үстінде жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және түсіру.	Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға бұру ,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды толық айналдыру. 3.Гимнастикалық төсеніште ет бетімен жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және қайта түсіру. 4.Гимнастикалық орындық үстінде жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және түсіру.	Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға бұру ,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды толық айналдыру. 3.Гимнастикалық төсеніште ет бетімен жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және қайта түсіру. 4.Гимнастикалық орындық үстінде жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және түсіру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерімен балаларды ынтымақтастыққа тарту, көңілін көтеру туралы әңгімелеу.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерден балалардың қабылдау процесін анықтау үшін қандай жаттығулар орындауды сұрау.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге емдік дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге балалардың оқуға, еңбекке деген белсенділігін арттырудағы басты құрал емдік дене шынықтыру екенін әңгімелеу.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді емдік дене шынықтыру жаттығуларының түрлерімен таныстыру.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	Спорт залдың тазалығын қадағалау, керек құрал-жабдықтарды тексеру.	Технологиялық картаны жоспарлау, әдістемені дайындау.	Циклограмманы құру, әдістемені жоспарлау.	Ертеңгі технологиялық картаны құру.	Жаттығудың дұрыс өткізілуін әдістемені жоспарлау.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарына емдік дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата – аналарына балалардың өз шама-шарқында жаттығу жасауды жетілдіруді айту. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата – аналарына емдік дене шынықтыру сабағына қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарына жеңіл жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль

2023-2024 ж.ж. 02-06 Қазан аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Тақырыбы: Қол бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар					
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Алина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.30– 09.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Қол бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар.	09.00-09.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Қол бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны:	09.00 – 09.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Қол бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар.	10.00 – 10.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Қол бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны:	09.00 – 09.25 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Қол бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны:

	Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Саусақ буындарына жұмыс жүргізу. 2.Білек буындарын айналдыру жаттығулар. 3.Шынтақ буындарын айналдыру жаттығулары. 4.Иық және толық буындарына арналған жаттығулар. 5.Оң және сол қолды толық жазу жаттығулары. 6.Оң және сол қолға күш түсіру жаттығулары. 7.Доптарды келесі бағытқа қолдың көмегі арқылы жинау. 8.Арқанды қолдың көмегі арқылы жинау және қайта жазу. 9.Бел айналдырғышты қолдың көмегі арқылы домалату.	Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Саусақ буындарына жұмыс жүргізу. 2.Білек буындарын айналдыру жаттығулар. 3.Шынтақ буындарын айналдыру жаттығулары. 4.Иық және толық буындарына арналған жаттығулар. 5.Оң және сол қолды толық жазу жаттығулары. 6.Оң және сол қолға күш түсіру жаттығулары. 7.Доптарды келесі бағытқа қолдың көмегі арқылы жинау. 8.Арқанды қолдың көмегі арқылы жинау және қайта жазу. 9.Бел айналдырғышты қолдың көмегі арқылы домалату.	Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Саусақ буындарына жұмыс жүргізу. 2.Білек буындарын айналдыру жаттығулар. 3.Шынтақ буындарын айналдыру жаттығулары. 4.Иық және толық буындарына арналған жаттығулар. 5.Оң және сол қолды толық жазу жаттығулары. 6.Оң және сол қолға күш түсіру жаттығулары. 7.Доптарды келесі бағытқа қолдың көмегі арқылы жинау. 8.Арқанды қолдың көмегі арқылы жинау және қайта жазу. 9.Бел айналдырғышты қолдың көмегі арқылы домалату.	Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Саусақ буындарына жұмыс жүргізу. 2.Білек буындарын айналдыру жаттығулар. 3.Шынтақ буындарын айналдыру жаттығулары. 4.Иық және толық буындарына арналған жаттығулар. 5.Оң және сол қолды толық жазу жаттығулары. 6.Оң және сол қолға күш түсіру жаттығулары. 7.Доптарды келесі бағытқа қолдың көмегі арқылы жинау. 8.Арқанды қолдың көмегі арқылы жинау және қайта жазу. 9.Бел айналдырғышты қолдың көмегі арқылы домалату.	Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Саусақ буындарына жұмыс жүргізу. 2.Білек буындарын айналдыру жаттығулар. 3.Шынтақ буындарын айналдыру жаттығулары. 4.Иық және толық буындарына арналған жаттығулар. 5.Оң және сол қолды толық жазу жаттығулары. 6.Оң және сол қолға күш түсіру жаттығулары. 7.Доптарды келесі бағытқа қолдың көмегі арқылы жинау. 8.Арқанды қолдың көмегі арқылы жинау және қайта жазу. 9.Бел айналдырғышты қолдың көмегі арқылы домалату.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерімен балаларды ынтимақтастыққа тарту, көңілін көтеру туралы әңгімелеу.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерден балалардың қабылдау процесін анықтау үшін қандай жаттығулар орындауды сұрау.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге емдік дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге балалардың оқуға, еңбекке деген белсенділігін арттырудағы басты құрал емдік дене шынықтыру екенін әңгімелеу.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді емдік дене шынықтыру жаттығуларының түрлерімен таныстыру.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	Спорт залдың тазалығын қадағалау, керек құрал-жабдықтарды тексеру.	Технологиялық картаны жоспарлау, әдістемені дайындау.	Циклограмманы құру, әдістемені жоспарлау.	Ертеңгі технологиялық картаны құру.	Жаттығудың дұрыс өткізілуін әдістемені жоспарлау.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарына емдік дене	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата – аналарына балалардың өз	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата – аналарына емдік дене	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарын спорт зал	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарына жеңіл

	шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	шама-шарқында жаттығу жасауды жетілдіруді айту. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	шынықтыру сабағына қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	аланымен таныстыру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль
--	---	---	--	---	--

Тексерілді
 Әдіскер
 « 06 » 10
 2023-2024 ж.ж.

2023-2024 ж.ж. 09-13 Қазан аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Омыртқа бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Алина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.30– 09.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Омыртқа бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған	09.00-09.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Омыртқа бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар.	09.00 – 09.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Омыртқа бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған	10.00 – 10.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Омыртқа бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар.	09.00 – 09.25 «Солнышко» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену.

	жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Екі қолдың көмегі арқылы денені алға қарай көтеру. 2.Екі аяқ арасы ашылған қалыпта оңға және солға созылу. 3.Тізені бүгілген қалыпта алға еңкею. 4.Гимнастикалық таяқша көмегі арқылы денені көтеру жоғары. 5.Доптың көмегі арқылы алға және артқа,оңға және солға иілту. 6.Резеңке тарту арқылы денені алға көтеру.	Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Екі қолдың көмегі арқылы денені алға қарай көтеру. 2.Екі аяқ арасы ашылған қалыпта оңға және солға созылу. 3.Тізені бүгілген қалыпта алға еңкею. 4.Гимнастикалық таяқша көмегі арқылы денені көтеру жоғары. 5.Доптың көмегі арқылы алға және артқа,оңға және солға иілту. 6.Резеңке тарту арқылы денені алға көтеру.	жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Екі қолдың көмегі арқылы денені алға қарай көтеру. 2.Екі аяқ арасы ашылған қалыпта оңға және солға созылу. 3.Тізені бүгілген қалыпта алға еңкею. 4.Гимнастикалық таяқша көмегі арқылы денені көтеру жоғары. 5.Доптың көмегі арқылы алға және артқа,оңға және солға иілту. 6.Резеңке тарту арқылы денені алға көтеру.	Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Екі қолдың көмегі арқылы денені алға қарай көтеру. 2.Екі аяқ арасы ашылған қалыпта оңға және солға созылу. 3.Тізені бүгілген қалыпта алға еңкею. 4.Гимнастикалық таяқша көмегі арқылы денені көтеру жоғары. 5.Доптың көмегі арқылы алға және артқа,оңға және солға иілту. 6.Резеңке тарту арқылы денені алға көтеру.	1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға бұру ,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды толық айналдыру. 3.Гимнастикалық төсеніште ет бетімен жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және қайта түсіру. 4.Гимнастикалық орындық үстінде жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және түсіру. 6.Резеңке тарту арқылы денені алға көтеру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерімен балаларды ынтымақтастыққа тарту, көңілін көтеру туралы әңгімелеу.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерден балалардың қабылдау процесін анықтау үшін қандай жаттығулар орындауды сұрау.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге емдік дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге балалардың оқуға, еңбекке деген белсенділігін арттырудағы басты құрал емдік дене шынықтыру екенін әңгімелеу.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді емдік дене шынықтыру жаттығуларының түрлерімен таныстыру.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	Спорт залдың тазалығын қадағалау, керек құрал-жабдықтарды тексеру.	Технологиялық картаны жоспарлау, әдістемені дайындау.	Циклограмманы құру, әдістемені жоспарлау.	Ертеңгі технологиялық картаны құру.	Жаттығудың дұрыс өткізілуін әдістемені жоспарлау.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарына емдік дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата –аналарына балалардың өз шама-шарқында жаттығу жасауды жетілдіруді айту. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата –аналарына емдік дене шынықтыру сабағына қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарына жеңіл жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз

	Шопанова Куркем	Шопанова Куркем	Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем		Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль
--	-----------------	-----------------	--------------------------------------	--	-------------------------------------

2023-2024 ж.ж. 16-20 Қазан аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Аяқ бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Алина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау

Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.30– 09.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Аяқ бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Аяқ бұлшық еттерін толық оңға және солға айналдыру. 2.Аяқ бұлшық еттерін алға созу және қайта жинау жаттығулар. 3.Етбеттен жатқан қалыпта аяқ бұлшық етін босату. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта допты аяқтың көмегі арқылы итеру. 5. Резеңкенің көмегі арқылы аяқ буындарына күш тісіру. 6.Гимнастикалық орындық үстіне міну және қайта түсу. 7.Велосипеттің көмегі арқылы алға және артқа жүру жаттығулар.	09.00-09.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Аяқ бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Аяқ бұлшық еттерін толық оңға және солға айналдыру. 2.Аяқ бұлшық еттерін алға созу және қайта жинау жаттығулар. 3.Етбеттен жатқан қалыпта аяқ бұлшық етін босату. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта допты аяқтың көмегі арқылы итеру. 5. Резеңкенің көмегі арқылы аяқ буындарына күш тісіру. 6.Гимнастикалық орындық үстіне міну және қайта түсу. 7.Велосипеттің көмегі арқылы алға және артқа жүру жаттығулар.	09.00 – 09.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі:Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Аяқ бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Аяқ бұлшық еттерін толық оңға және солға айналдыру. 2.Аяқ бұлшық еттерін алға созу және қайта жинау жаттығулар. 3.Етбеттен жатқан қалыпта аяқ бұлшық етін босату. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта допты аяқтың көмегі арқылы итеру. 5. Резеңкенің көмегі арқылы аяқ буындарына күш тісіру. 6.Гимнастикалық орындық үстіне міну және қайта түсу. 7.Велосипеттің көмегі арқылы алға және артқа жүру жаттығулар.	10.00 – 10.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі:Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Аяқ бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Аяқ бұлшық еттерін толық оңға және солға айналдыру. 2.Аяқ бұлшық еттерін алға созу және қайта жинау жаттығулар. 3.Етбеттен жатқан қалыпта аяқ бұлшық етін босату. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта допты аяқтың көмегі арқылы итеру. 5. Резеңкенің көмегі арқылы аяқ буындарына күш тісіру. 6.Гимнастикалық орындық үстіне міну және қайта түсу. 7.Велосипеттің көмегі арқылы алға және артқа жүру жаттығулар.	09.00 – 09.25 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі:Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Аяқ бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Аяқ бұлшық еттерін толық оңға және солға айналдыру. 2.Аяқ бұлшық еттерін алға созу және қайта жинау жаттығулар. 3.Етбеттен жатқан қалыпта аяқ бұлшық етін босату. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта допты аяқтың көмегі арқылы итеру. 5. Резеңкенің көмегі арқылы аяқ буындарына күш тісіру. 6.Гимнастикалық орындық үстіне міну және қайта түсу. 7.Велосипеттің көмегі арқылы алға және артқа жүру жаттығулар.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерімен	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерден	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге емдік дене	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге балалардың	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді емдік дене

	балаларды ынтымақтастыққа тарту, көңілін көтеру туралы әңгімелеу.	балалардың қабылдау процесін анықтау үшін қандай жаттығулар орындауды сұрау.	шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	оқуға, еңбекке деген белсенділігін арттырудағы басты құрал емдік дене шынықтыру екенін әңгімелеу.	шынықтыру жаттығуларының түрлерімен таныстыру.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	Спорт залдың тазалығын қадағалау, керек құрал-жабдықтарды тексеру.	Технологиялық картаны жоспарлау, әдістемені дайындау.	Циклограмманы құру, әдістемені жоспарлау.	Ертеңгі технологиялық картаны құру.	Жаттығудың дұрыс өткізілуін әдістемені жоспарлау.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарына емдік дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата – аналарына балалардың өз шама-шарқында жаттығу жасауды жетілдіруді айту. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата – аналарына емдік дене шынықтыру сабағына қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарына жеңіл жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль

Тексерілді
Әдіскер *М.С.Аманжол*
« 27 » 10

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 ж.ж. 23-27 Қазан аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Алина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.30– 09.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды	09.00-09.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының	09.00 – 09.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі:Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды	10.00 – 10.25 «Гүлдер» тобы. Білім саласы: Денсаулық Бөлімі:Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының	09.00 – 09.25 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі:Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының

	нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Бас,кол,иық,омыртқа буындарына,шап,тізе,тобық буындарына жаттығулар жүргізу. 2.Етбеттен жатқан қалыпта аяқ буындарына жұмыс жүргізу. 3.Гимнастикалық таяқшаны оң және сол қолмен алма кезек жоғары көтеру. 3.Доптың көмегі арқылы табан астында домалату. 4.Гимнастикалық таяқшаның көмегі арқылы табанда жүру,алға және артқа бомалату жаттығулар. 5.Гимнастикалық орындықта екі қолдың көмегі арқылы тартылу жаттығулар. 6.Терең демді мұрын арқылы алып,ауыз арқылы қайта шығару. 7.Демді іште ұстап тұру және қайта шығару.	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Бас,кол,иық,омыртқа буындарына,шап,тізе,тобық буындарына жаттығулар жүргізу. 2.Етбеттен жатқан қалыпта аяқ буындарына жұмыс жүргізу. 3.Гимнастикалық таяқшаны оң және сол қолмен алма кезек жоғары көтеру. 3.Доптың көмегі арқылы табан астында домалату. 4.Гимнастикалық таяқшаның көмегі арқылы табанда жүру,алға және артқа бомалату жаттығулар. 5.Гимнастикалық орындықта екі қолдың көмегі арқылы тартылу жаттығулар. 6.Терең демді мұрын арқылы алып,ауыз арқылы қайта шығару. 7.Демді іште ұстап тұру және қайта шығару.	нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Бас,кол,иық,омыртқа буындарына,шап,тізе,тобық буындарына жаттығулар жүргізу. 2.Етбеттен жатқан қалыпта аяқ буындарына жұмыс жүргізу. 3.Гимнастикалық таяқшаны оң және сол қолмен алма кезек жоғары көтеру. 3.Доптың көмегі арқылы табан астында домалату. 4.Гимнастикалық таяқшаның көмегі арқылы табанда жүру,алға және артқа бомалату жаттығулар. 5.Гимнастикалық орындықта екі қолдың көмегі арқылы тартылу жаттығулар. 6.Терең демді мұрын арқылы алып,ауыз арқылы қайта шығару. 7.Демді іште ұстап тұру және қайта шығару.	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Бас,кол,иық,омыртқа буындарына,шап,тізе,тобық буындарына жаттығулар жүргізу. 2.Етбеттен жатқан қалыпта аяқ буындарына жұмыс жүргізу. 3.Гимнастикалық таяқшаны оң және сол қолмен алма кезек жоғары көтеру. 3.Доптың көмегі арқылы табан астында домалату. 4.Гимнастикалық таяқшаның көмегі арқылы табанда жүру,алға және артқа бомалату жаттығулар. 5.Гимнастикалық орындықта екі қолдың көмегі арқылы тартылу жаттығулар. 6.Терең демді мұрын арқылы алып,ауыз арқылы қайта шығару. 7.Демді іште ұстап тұру және қайта шығару.	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Бас,кол,иық,омыртқа буындарына,шап,тізе,тобық буындарына жаттығулар жүргізу. 2.Етбеттен жатқан қалыпта аяқ буындарына жұмыс жүргізу. 3.Гимнастикалық таяқшаны оң және сол қолмен алма кезек жоғары көтеру. 3.Доптың көмегі арқылы табан астында домалату. 4.Гимнастикалық таяқшаның көмегі арқылы табанда жүру,алға және артқа бомалату жаттығулар. 5.Гимнастикалық орындықта екі қолдың көмегі арқылы тартылу жаттығулар. 6.Терең демді мұрын арқылы алып,ауыз арқылы қайта шығару. 7.Демді іште ұстап тұру және қайта шығару.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерімен балаларды ынтымақтастыққа тарту, көңілін көтеру туралы әңгімелеу.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерден балалардың қабылдау процесін анықтау үшін қандай жаттығулар орындауды сұрау.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге емдік дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге балалардың оқуға, еңбекке деген белсенділігін арттырудағы басты құрал емдік дене шынықтыру екенін әңгімелеу.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді емдік дене шынықтыру жаттығуларының түрлерімен таныстыру.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	Спорт залдың тазалығын қадағалау, керек құрал-жабдықтарды тексеру.	Технологиялық картаны жоспарлау, әдістемені дайындау.	Циклограмманы құру, әдістемені жоспарлау.	Ертеңгі технологиялық картаны құру.	Жаттығудың дұрыс өткізілуін әдістемені жоспарлау.

Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарына емдік дене шынықтыру сабағының маңыздылығын түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата – аналарына балалардың өз шама-шарқында жаттығу жасауды жетілдіруді айту. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата – аналарына емдік дене шынықтыру сабағына қажетті құрал-жабдықтар туралы әңгімелеу. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарын спорт зал алаңымен таныстыру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарына жеңіл жаттығуларды үйден қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль
--------------------	---	--	--	---	---

2023-2024 ж.ж. 30 Қазан - 03 Қараша аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Доппен орындалатын жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Алина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Доппен орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Ұйымдастырылған іс-әрекет бойынша тыныс жүйесін жақсартатын жаттығуларды орындау	08.35-09.00 Доппен орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру.. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Доппен орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау	08.35 – 09.00 Доппен орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Доппен орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Жүру жаттығулары. 2.Допты екі қолдың көмегі	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Доппен орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Жүру жаттығулары. 2.Допты екі қолдың көмегі	9.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Доппен орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Жүру жаттығулары. 2.Допты екі қолдың көмегі	10.00 – 11.25 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Доппен орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Жүру жаттығулары. 2.Допты екі қолдың көмегі	9.30 – 09.55 «Солнышко » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Доппен орындалатын жаттығулар. Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Жүру жаттығулары. 2.Допты екі қолдың көмегі

	арқылы жоғары көтеру және қайта түсіру. 3.Допты екі қолдың көмегі арқылы алға және артқа домалату. 4.Допты аяқ астына қысу арқылы жоғары көтеру және төмен түсіру. 5.Доптың көмегі арқылы денені созу жаттығулар. 6.Қолдың көмегі арқылы теннис ракеткасын пайдалану арқылы кіші доптарды А нұсқадан, Б нұсқаға өткізу. 8.Гимнастикалық төсеніште ет беттен жату арқылы, қолдың көмегімен кіші доптарды түстер арқылы ажырату.	арқылы жоғары көтеру және қайта түсіру. 3.Допты екі қолдың көмегі арқылы алға және артқа домалату. 4.Допты аяқ астына қысу арқылы жоғары көтеру және төмен түсіру. 5.Доптың көмегі арқылы денені созу жаттығулар. 6.Қолдың көмегі арқылы теннис ракеткасын пайдалану арқылы кіші доптарды А нұсқадан, Б нұсқаға өткізу. 8.Гимнастикалық төсеніште ет беттен жату арқылы, қолдың көмегімен кіші доптарды түстер арқылы ажырату.	арқылы жоғары көтеру және қайта түсіру. 3.Допты екі қолдың көмегі арқылы алға және артқа домалату. 4.Допты аяқ астына қысу арқылы жоғары көтеру және төмен түсіру. 5.Доптың көмегі арқылы денені созу жаттығулар. 6.Қолдың көмегі арқылы теннис ракеткасын пайдалану арқылы кіші доптарды А нұсқадан, Б нұсқаға өткізу. 8.Гимнастикалық төсеніште ет беттен жату арқылы, қолдың көмегімен кіші доптарды түстер арқылы ажырату.	арқылы жоғары көтеру және қайта түсіру. 3.Допты екі қолдың көмегі арқылы алға және артқа домалату. 4.Допты аяқ астына қысу арқылы жоғары көтеру және төмен түсіру. 5.Доптың көмегі арқылы денені созу жаттығулар. 6.Қолдың көмегі арқылы теннис ракеткасын пайдалану арқылы кіші доптарды А нұсқадан, Б нұсқаға өткізу. 8.Гимнастикалық төсеніште ет беттен жату арқылы, қолдың көмегімен кіші доптарды түстер арқылы ажырату.	арқылы жоғары көтеру және қайта түсіру. 3.Допты екі қолдың көмегі арқылы алға және артқа домалату. 4.Допты аяқ астына қысу арқылы жоғары көтеру және төмен түсіру. 5.Доптың көмегі арқылы денені созу жаттығулар. 6.Қолдың көмегі арқылы теннис ракеткасын пайдалану арқылы кіші доптарды А нұсқадан, Б нұсқаға өткізу. 8.Гимнастикалық төсеніште ет беттен жату арқылы, қолдың көмегімен кіші доптарды түстер арқылы ажырату.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы, дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының маңыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен доптардың көмегі арқылы үй жағдайында жеңіл жаттығулар қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының маңыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен доптардың көмегі арқылы үй жағдайында жеңіл жаттығулар қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен доптардың көмегі арқылы үй жағдайында жеңіл жаттығулар қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль

Тексерілді
Әдіскер Ж.С.Мамы
« 11 » 11

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 жж. 06-10 Қараша аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Кедергілер арасымен адымдап жүру жаттығулары				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Алина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Кедергілер арасымен адымдап жүру жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Кедергілер арасымен адымдап жүру жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Кедергілер арасымен адымдап жүру жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Кедергілер арасымен адымдап жүру жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Кедергілер арасымен адымдап жүру жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.

Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Кедергілер арасымен адымдап жүру жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Жүру жаттығулары аяқ ұшымен,өкшемен жүру жаттығулары. 2.Қойылған кедергі арасымен жүру және жүгіру жаттығулары. 3.Гимнастикалық төсеніштің үстінде денені жазу жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніштің үстінде жүру жаттығулары. 5.Қойылған кедергілер арасымен адымдап жүру. 6.Гимнастикалық төсеніш үстінен мініп қайта түсу жаттығулары. 7.Велосипед жүргізу жаттығулары.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Кедергілер арасымен адымдап жүру жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Жүру жаттығулары аяқ ұшымен,өкшемен жүру жаттығулары. 2.Қойылған кедергі арасымен жүру және жүгіру жаттығулары. 3.Гимнастикалық төсеніштің үстінде денені жазу жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніштің үстінде жүру жаттығулары. 5.Қойылған кедергілер арасымен адымдап жүру. 6.Гимнастикалық төсеніш үстінен мініп қайта түсу жаттығулары. 7.Велосипед жүргізу жаттығулары.	9.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Кедергілер арасымен адымдап жүру жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Жүру жаттығулары аяқ ұшымен,өкшемен жүру жаттығулары. 2.Қойылған кедергі арасымен жүру және жүгіру жаттығулары. 3.Гимнастикалық төсеніштің үстінде денені жазу жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніштің үстінде жүру жаттығулары. 5.Қойылған кедергілер арасымен адымдап жүру. 6.Гимнастикалық төсеніш үстінен мініп қайта түсу жаттығулары. 7.Велосипед жүргізу жаттығулары.	10.00 – 11.25 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Кедергілер арасымен адымдап жүру жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Жүру жаттығулары аяқ ұшымен,өкшемен жүру жаттығулары. 2.Қойылған кедергі арасымен жүру және жүгіру жаттығулары. 3.Гимнастикалық төсеніштің үстінде денені жазу жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніштің үстінде жүру жаттығулары. 5.Қойылған кедергілер арасымен адымдап жүру. 6.Гимнастикалық төсеніш үстінен мініп қайта түсу жаттығулары. 7.Велосипед жүргізу жаттығулары.	9.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Кедергілер арасымен адымдап жүру жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Жүру жаттығулары аяқ ұшымен,өкшемен жүру жаттығулары. 2.Қойылған кедергі арасымен жүру және жүгіру жаттығулары. 3.Гимнастикалық төсеніштің үстінде денені жазу жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніштің үстінде жүру жаттығулары. 5.Қойылған кедергілер арасымен адымдап жүру. 6.Гимнастикалық төсеніш үстінен мініп қайта түсу жаттығулары. 7.Велосипед жүргізу жаттығулары.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен сауықтыру гимнастикасының	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарға аяқ және қолға арналған жаттығулардың	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен сауықтыру гимнастикасының	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен аяқ және қолға арналған	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата- аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың

	мағыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Қаракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Қаракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Қаракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Қаракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль
--	---	--	---	--	--

2023-2024 ж.ж. 13-17 Қараша аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айғали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айғали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айғали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айғали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Алина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Орындықта орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Орындықта орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Орындықта орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Орындықта орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Орындықта орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Аяқ ұшымен,өкшесімен	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Аяқ ұшымен,өкшесімен	9.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Аяқ ұшымен,өкшесімен	10.00 – 11.25 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Аяқ ұшымен,өкшесімен	9.30 – 09.55 «Солнышко » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Аяқ ұшымен,өкшесімен

	жүру жаттығулар. 2.Гимнастикалық орындық үстімен алға және артқа жүру жаттығулар. 3.Гимнастикалық орындық үстінде кедергі арасымен адымдап оңға және солға жүру жаттығулар. 4.Гимнастикалық орындық үстінде қарама-қарсы доппен жаттығулар. 5.Гимнастикалық таяқшаны қолдың көмегі арқылы көтеру және айналдыру. 6.Гимнастикалық орындық үстінде етбеттен жатқан қалыпта қолдың көмегімен тартылу жаттығулар. 7.Гимнастикалық орындық үстінде отырған қалыпта аяқ саусақтары арқылы мата жинау. 8.Орындықта отырған қалыпта екі аяқтың ккмегімен допты себетке салу. 9.Гимнастикалық таяқша және доптың көмегімен алақанда және табанда домалату жаттығулар.	жүру жаттығулар. 2.Гимнастикалық орындық үстімен алға және артқа жүру жаттығулар. 3.Гимнастикалық орындық үстінде кедергі арасымен адымдап оңға және солға жүру жаттығулар. 4.Гимнастикалық орындық үстінде қарама-қарсы доппен жаттығулар. 5.Гимнастикалық таяқшаны қолдың көмегі арқылы көтеру және айналдыру. 6.Гимнастикалық орындық үстінде етбеттен жатқан қалыпта қолдың көмегімен тартылу жаттығулар. 7.Гимнастикалық орындық үстінде отырған қалыпта аяқ саусақтары арқылы мата жинау. 8.Орындықта отырған қалыпта екі аяқтың ккмегімен допты себетке салу. 9.Гимнастикалық таяқша және доптың көмегімен алақанда және табанда домалату жаттығулар.	жүру жаттығулар. 2.Гимнастикалық орындық үстімен алға және артқа жүру жаттығулар. 3.Гимнастикалық орындық үстінде кедергі арасымен адымдап оңға және солға жүру жаттығулар. 4.Гимнастикалық орындық үстінде қарама-қарсы доппен жаттығулар. 5.Гимнастикалық таяқшаны қолдың көмегі арқылы көтеру және айналдыру. 6.Гимнастикалық орындық үстінде етбеттен жатқан қалыпта қолдың көмегімен тартылу жаттығулар. 7.Гимнастикалық орындық үстінде отырған қалыпта аяқ саусақтары арқылы мата жинау. 8.Орындықта отырған қалыпта екі аяқтың ккмегімен допты себетке салу. 9.Гимнастикалық таяқша және доптың көмегімен алақанда және табанда домалату жаттығулар.	жүру жаттығулар. 2.Гимнастикалық орындық үстімен алға және артқа жүру жаттығулар. 3.Гимнастикалық орындық үстінде кедергі арасымен адымдап оңға және солға жүру жаттығулар. 4.Гимнастикалық орындық үстінде қарама-қарсы доппен жаттығулар. 5.Гимнастикалық таяқшаны қолдың көмегі арқылы көтеру және айналдыру. 6.Гимнастикалық орындық үстінде етбеттен жатқан қалыпта қолдың көмегімен тартылу жаттығулар. 7.Гимнастикалық орындық үстінде отырған қалыпта аяқ саусақтары арқылы мата жинау. 8.Орындықта отырған қалыпта екі аяқтың ккмегімен допты себетке салу. 9.Гимнастикалық таяқша және доптың көмегімен алақанда және табанда домалату жаттығулар.	жүру жаттығулар. 2.Гимнастикалық орындық үстімен алға және артқа жүру жаттығулар. 3.Гимнастикалық орындық үстінде кедергі арасымен адымдап оңға және солға жүру жаттығулар. 4.Гимнастикалық орындық үстінде қарама-қарсы доппен жаттығулар. 5.Гимнастикалық таяқшаны қолдың көмегі арқылы көтеру және айналдыру. 6.Гимнастикалық орындық үстінде етбеттен жатқан қалыпта қолдың көмегімен тартылу жаттығулар. 7.Гимнастикалық орындық үстінде отырған қалыпта аяқ саусақтары арқылы мата жинау. 8.Орындықта отырған қалыпта екі аяқтың ккмегімен допты себетке салу. 9.Гимнастикалық таяқша және доптың көмегімен алақанда және табанда домалату жаттығулар.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы, дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарға аяқ және қолға арналған жаттығулардың	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың

мағыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль
--	---	---	---	--

Тексерілді
Әдіскер Жүлдішев
« 2 » « 11 »

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 жж. 20-24 Қараша аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Тепе-теңдік сақтау жаттығулары				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Алина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Тепе-теңдік сақтау жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Тепе-теңдік сақтау жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Тепе-теңдік сақтау жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Тепе-теңдік сақтау жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Тепе-теңдік сақтау жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.

Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Тепе-теңдік сақтау жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, өкшесімен жүру жаттығулар. 2. Жәй жүгіріс, кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 3. Гимнастикалық орындық үстімен алға және артқа жүру жаттығулар. 4. Гимнастикалық орындық үстінде кедергі арасымен адымдап оңға және солға жүру жаттығулар. 5. Гимнастикалық орындық үстінде қарама-қарсы доппен жаттығулар. 6. Гимнастикалық орындық үстінде етбеттен жатқан қалыпта қолдың көмегімен тартылу жаттығулар. 7. Гимнастикалық орындық үстінде отырған қалыпта ризин тарту жаттығулар. 8. Гимнастикалық таяқша және доптың көмегімен алақанда және табанда домалату жаттығулар.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Тепе-теңдік сақтау жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, өкшесімен жүру жаттығулар. 2. Жәй жүгіріс, кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 3. Гимнастикалық орындық үстімен алға және артқа жүру жаттығулар. 4. Гимнастикалық орындық үстінде кедергі арасымен адымдап оңға және солға жүру жаттығулар. 5. Гимнастикалық орындық үстінде қарама-қарсы доппен жаттығулар. 6. Гимнастикалық орындық үстінде етбеттен жатқан қалыпта қолдың көмегімен тартылу жаттығулар. 7. Гимнастикалық орындық үстінде отырған қалыпта ризин тарту жаттығулар. 8. Гимнастикалық таяқша және доптың көмегімен алақанда және табанда домалату жаттығулар.	9.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Тепе-теңдік сақтау жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, өкшесімен жүру жаттығулар. 2. Жәй жүгіріс, кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 3. Гимнастикалық орындық үстімен алға және артқа жүру жаттығулар. 4. Гимнастикалық орындық үстінде кедергі арасымен адымдап оңға және солға жүру жаттығулар. 5. Гимнастикалық орындық үстінде қарама-қарсы доппен жаттығулар. 6. Гимнастикалық орындық үстінде етбеттен жатқан қалыпта қолдың көмегімен тартылу жаттығулар. 7. Гимнастикалық орындық үстінде отырған қалыпта ризин тарту жаттығулар. 8. Гимнастикалық таяқша және доптың көмегімен алақанда және табанда домалату жаттығулар.	10.00 – 11.25 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Тепе-теңдік сақтау жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, өкшесімен жүру жаттығулар. 2. Жәй жүгіріс, кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 3. Гимнастикалық орындық үстімен алға және артқа жүру жаттығулар. 4. Гимнастикалық орындық үстінде кедергі арасымен адымдап оңға және солға жүру жаттығулар. 5. Гимнастикалық орындық үстінде қарама-қарсы доппен жаттығулар. 6. Гимнастикалық орындық үстінде етбеттен жатқан қалыпта қолдың көмегімен тартылу жаттығулар. 7. Гимнастикалық орындық үстінде отырған қалыпта ризин тарту жаттығулар. 8. Гимнастикалық таяқша және доптың көмегімен алақанда және табанда домалату жаттығулар.	9.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Тепе-теңдік сақтау жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, өкшесімен жүру жаттығулар. 2. Жәй жүгіріс, кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 3. Гимнастикалық орындық үстімен алға және артқа жүру жаттығулар. 4. Гимнастикалық орындық үстінде кедергі арасымен адымдап оңға және солға жүру жаттығулар. 5. Гимнастикалық орындық үстінде қарама-қарсы доппен жаттығулар. 6. Гимнастикалық орындық үстінде етбеттен жатқан қалыпта қолдың көмегімен тартылу жаттығулар. 7. Гимнастикалық орындық үстінде отырған қалыпта ризин тарту жаттығулар. 8. Гимнастикалық таяқша және доптың көмегімен алақанда және табанда домалату жаттығулар.
	Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру
		11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу			

	гимнастикасы, дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	дамыту жаттығуларын көрсету.	жаттығулардың кимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарға аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль

Тексерілді
 Әдіскер Аманжол
 «17» 12

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 жж. 27 Қараша - 01 Желтоқсан аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманжолдың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Белгі бойынша тоқтап жүру жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Алина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Белгі бойынша тоқтап жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Белгі бойынша тоқтап жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Белгі бойынша тоқтап жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Белгі бойынша тоқтап жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Белгі бойынша тоқтап жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.

Ұйымдастыру іс-әрекетін откізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Белгі бойынша тоқтап жүру жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Екі қолға допты ұстай отырып жоғары көтеру арқылы аяқ ұшымен жүру. 3.Екі қолға допты ұстай отырып аяқ өкшесімен жүру. 4.Екі допты ұстай отырып тізеге тигізу арқылы жүру. 5.Жәй жүгіру,кедергі арасымен жүгіру. 6.Еденге отырған қалыпта алға қарай жылжу. 7.Дөңгелекше ортасынан өту. 8.Тепе-теңдік сақтау арқылы орындық үстінене өту.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Белгі бойынша тоқтап жүру жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Екі қолға допты ұстай отырып жоғары көтеру арқылы аяқ ұшымен жүру. 3.Екі қолға допты ұстай отырып аяқ өкшесімен жүру. 4.Екі допты ұстай отырып тізеге тигізу арқылы жүру. 5.Жәй жүгіру,кедергі арасымен жүгіру. 6.Еденге отырған қалыпта алға қарай жылжу. 7.Дөңгелекше ортасынан өту. 8.Тепе-теңдік сақтау арқылы орындық үстінене өту.	9.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Белгі бойынша тоқтап жүру жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Екі қолға допты ұстай отырып жоғары көтеру арқылы аяқ ұшымен жүру. 3.Екі қолға допты ұстай отырып аяқ өкшесімен жүру. 4.Екі допты ұстай отырып тізеге тигізу арқылы жүру. 5.Жәй жүгіру,кедергі арасымен жүгіру. 6.Еденге отырған қалыпта алға қарай жылжу. 7.Дөңгелекше ортасынан өту. 8.Тепе-теңдік сақтау арқылы орындық үстінене өту.	10.00 – 11.25 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Белгі бойынша тоқтап жүру жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Екі қолға допты ұстай отырып жоғары көтеру арқылы аяқ ұшымен жүру. 3.Екі қолға допты ұстай отырып аяқ өкшесімен жүру. 4.Екі допты ұстай отырып тізеге тигізу арқылы жүру. 5.Жәй жүгіру,кедергі арасымен жүгіру. 6.Еденге отырған қалыпта алға қарай жылжу. 7.Дөңгелекше ортасынан өту. 8.Тепе-теңдік сақтау арқылы орындық үстінене өту.	9.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Белгі бойынша тоқтап жүру жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Екі қолға допты ұстай отырып жоғары көтеру арқылы аяқ ұшымен жүру. 3.Екі қолға допты ұстай отырып аяқ өкшесімен жүру. 4.Екі допты ұстай отырып тізеге тигізу арқылы жүру. 5.Жәй жүгіру,кедергі арасымен жүгіру. 6.Еденге отырған қалыпта алға қарай жылжу. 7.Дөңгелекше ортасынан өту. 8.Тепе-теңдік сақтау арқылы орындық үстінене өту.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы,	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарға аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата- аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй

	жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль
--	---	---	---	---	--

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 ж.ж. 04-08 Желтоқсан аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Аттап жүру және қайта түсу жаттығулары				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Алина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Аттап жүру және қайта түсу жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Аттап жүру және қайта түсу жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Аттап жүру және қайта түсу жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Аттап жүру және қайта түсу жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Аттап жүру және қайта түсу жаттығулары тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Аттап жүру және қайта түсу жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену.	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Аттап жүру және қайта түсу жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену.	9.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Аттап жүру және қайта түсу жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену.	10.00 – 11.25 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Аттап жүру және қайта түсу жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену.	9.30 – 09.55 «Солнышко » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Аттап жүру және қайта түсу жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену.

	1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Бел айналдыпғыштан аттап өту арқылы допты қою және сыртқа шығару. 5.Қойылған кедергі үстінен аттап өту.	1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Бел айналдыпғыштан аттап өту арқылы допты қою және сыртқа шығару. 5.Қойылған кедергі үстінен аттап өту.	1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Бел айналдыпғыштан аттап өту арқылы допты қою және сыртқа шығару. 5.Қойылған кедергі үстінен аттап өту.	1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Бел айналдыпғыштан аттап өту арқылы допты қою және сыртқа шығару. 5.Қойылған кедергі үстінен аттап өту.	1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Бел айналдыпғыштан аттап өту арқылы допты қою және сыртқа шығару. 5.Қойылған кедергі үстінен аттап өту.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарға аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 жж. 11-15 Желтоқсан аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Доппен жасалатын жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Алина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Доппен жасалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Доппен жасалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Доппен жасалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Доппен жасалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Доппен жасалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Доппен жасалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс.	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Доппен жасалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс.	9.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Доппен жасалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс.	10.00 – 11.25 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Доппен жасалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс.	9.30 – 09.55 «Солнышко » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Доппен жасалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс.

	2. Аяқ ұшымен, өкшесімен жүру жаттығулар. 3. Жәй жүгіріс, кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4. Допты екі қолдың көмегі арқылы алға домалатып жүргізу. 5. Допты екі қолдың көмегі арқылы кедергі арасымен жүргізу. 6. Допты түстер арқылы бөлу. 7. Допты ракетка арқылы жинақтау.	2. Аяқ ұшымен, өкшесімен жүру жаттығулар. 3. Жәй жүгіріс, кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4. Допты екі қолдың көмегі арқылы алға домалатып жүргізу. 5. Допты екі қолдың көмегі арқылы кедергі арасымен жүргізу. 6. Допты түстер арқылы бөлу. 7. Допты ракетка арқылы жинақтау.	2. Аяқ ұшымен, өкшесімен жүру жаттығулар. 3. Жәй жүгіріс, кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4. Допты екі қолдың көмегі арқылы алға домалатып жүргізу. 5. Допты екі қолдың көмегі арқылы кедергі арасымен жүргізу. 6. Допты түстер арқылы бөлу. 7. Допты ракетка арқылы жинақтау.	2. Аяқ ұшымен, өкшесімен жүру жаттығулар. 3. Жәй жүгіріс, кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4. Допты екі қолдың көмегі арқылы алға домалатып жүргізу. 5. Допты екі қолдың көмегі арқылы кедергі арасымен жүргізу. 6. Допты түстер арқылы бөлу. 7. Допты ракетка арқылы жинақтау.	2. Аяқ ұшымен, өкшесімен жүру жаттығулар. 3. Жәй жүгіріс, кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4. Допты екі қолдың көмегі арқылы алға домалатып жүргізу. 5. Допты екі қолдың көмегі арқылы кедергі арасымен жүргізу. 6. Допты түстер арқылы бөлу. 7. Допты ракетка арқылы жинақтау.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы, дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың кимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарға аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль

2023-2024 жж. 18-22 Желтоқсан аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Доппен оң және сол қолмен орындалатын жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Алина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Доппен оң және сол қолмен орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Доппен оң және сол қолмен орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Доппен оң және сол қолмен орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Доппен оң және сол қолмен орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Доппен оң және сол қолмен орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Доппен оң және сол қолмен орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену.	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Доппен оң және сол қолмен орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену.	9.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Доппен оң және сол қолмен орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену.	10.00 – 11.25 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Доппен оң және сол қолмен орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену.	9.30 – 09.55 «Солнышко » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Доппен оң және сол қолмен орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену.

	1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Допты екі қолдың көмегі арқылы жүргізу. 5.Допты екі қолдың көмегі арқылы кедергі арасымен жүргізу. 6.Төсеніште жатқан қалыпта оң қолмен алу арқылы келесі бағытқа өткізу. 7.Төсеніште ет бетімен жатқан қалыпта, қолдың көмегімен түстерге бөлу доптарды.	1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Допты екі қолдың көмегі арқылы жүргізу. 5.Допты екі қолдың көмегі арқылы кедергі арасымен жүргізу. 6.Төсеніште жатқан қалыпта оң қолмен алу арқылы келесі бағытқа өткізу. 7.Төсеніште ет бетімен жатқан қалыпта, қолдың көмегімен түстерге бөлу доптарды.	1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Допты екі қолдың көмегі арқылы жүргізу. 5.Допты екі қолдың көмегі арқылы кедергі арасымен жүргізу. 6.Төсеніште жатқан қалыпта оң қолмен алу арқылы келесі бағытқа өткізу. 7.Төсеніште ет бетімен жатқан қалыпта, қолдың көмегімен түстерге бөлу доптарды.	1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Допты екі қолдың көмегі арқылы жүргізу. 5.Допты екі қолдың көмегі арқылы кедергі арасымен жүргізу. 6.Төсеніште жатқан қалыпта оң қолмен алу арқылы келесі бағытқа өткізу. 7.Төсеніште ет бетімен жатқан қалыпта, қолдың көмегімен түстерге бөлу доптарды.	1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Допты екі қолдың көмегі арқылы жүргізу. 5.Допты екі қолдың көмегі арқылы кедергі арасымен жүргізу. 6.Төсеніште жатқан қалыпта оң қолмен алу арқылы келесі бағытқа өткізу. 7.Төсеніште ет бетімен жатқан қалыпта, қолдың көмегімен түстерге бөлу доптарды.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының маңыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Қаракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарға аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Қаракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының маңыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Қаракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Қаракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль

Тексерілді
Әдіскер Желтоқсан
« 17 » / 12

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 ж.ж. 25-29 Желтоқсан аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Утегулов Алим Тағыжанова Айзере Айгали Рамазан Қуантхан Аянат Сембаева Раяна «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Алина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.

Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Бөрене үстімен адымдап алға қарай жүру 5.Бөрене үстімен оң және сол қанатпен жүру жаттығулар 6.Бөрене үстімен кедергі арасымен адымдап жүру 7.Бөрене үстінде отырған қалыпта допты қарама- қарсы доамалату. 8.Бөрене үстінде екі қолдың көмегі арқылы тартылу. 9.Дөңгелекше ортасынан еңбектеп өту.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Бөрене үстімен адымдап алға қарай жүру 5.Бөрене үстімен оң және сол қанатпен жүру жаттығулар 6.Бөрене үстімен кедергі арасымен адымдап жүру 7.Бөрене үстінде отырған қалыпта допты қарама- қарсы доамалату. 8.Бөрене үстінде екі қолдың көмегі арқылы тартылу. 9.Дөңгелекше ортасынан еңбектеп өту.	9.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Бөрене үстімен адымдап алға қарай жүру 5.Бөрене үстімен оң және сол қанатпен жүру жаттығулар 6.Бөрене үстімен кедергі арасымен адымдап жүру 7.Бөрене үстінде отырған қалыпта допты қарама- қарсы доамалату. 8.Бөрене үстінде екі қолдың көмегі арқылы тартылу. 9.Дөңгелекше ортасынан еңбектеп өту.	10.00 – 11.25 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Бөрене үстімен адымдап алға қарай жүру 5.Бөрене үстімен оң және сол қанатпен жүру жаттығулар 6.Бөрене үстімен кедергі арасымен адымдап жүру 7.Бөрене үстінде отырған қалыпта допты қарама- қарсы доамалату. 8.Бөрене үстінде екі қолдың көмегі арқылы тартылу. 9.Дөңгелекше ортасынан еңбектеп өту.	9.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Бөрене үстімен адымдап алға қарай жүру 5.Бөрене үстімен оң және сол қанатпен жүру жаттығулар 6.Бөрене үстімен кедергі арасымен адымдап жүру 7.Бөрене үстінде отырған қалыпта допты қарама- қарсы доамалату. 8.Бөрене үстінде екі қолдың көмегі арқылы тартылу. 9.Дөңгелекше ортасынан еңбектеп өту.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.

Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарға аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль
--------------------	--	---	--	---	--

Тексерілді
Әдіскер Аллах
« 05 » 01

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 жж. 01-05 Қаңтар аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Тақырыбы: Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу					
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадиар Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадиар Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадиар Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадиар Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.

Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Бөрене үстімен адымдап алға қарай жүру 5.Бөрене үстімен оң және сол қанатпен жүру жаттығулар 6.Бөрене үстімен кедергі арасымен адымдап жүру 7.Бөрене үстінде отырған қалыпта допты қарама-қарсы доамалату. 8.Бөрене үстінде екі қолдың көмегі арқылы тартылу. 9.Дөңгелекше ортасынан еңбектеп өту.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Бөрене үстімен адымдап алға қарай жүру 5.Бөрене үстімен оң және сол қанатпен жүру жаттығулар 6.Бөрене үстімен кедергі арасымен адымдап жүру 7.Бөрене үстінде отырған қалыпта допты қарама-қарсы доамалату. 8.Бөрене үстінде екі қолдың көмегі арқылы тартылу. 9.Дөңгелекше ортасынан еңбектеп өту.	9.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Бөрене үстімен адымдап алға қарай жүру 5.Бөрене үстімен оң және сол қанатпен жүру жаттығулар 6.Бөрене үстімен кедергі арасымен адымдап жүру 7.Бөрене үстінде отырған қалыпта допты қарама-қарсы доамалату. 8.Бөрене үстінде екі қолдың көмегі арқылы тартылу. 9.Дөңгелекше ортасынан еңбектеп өту.	10.00 – 11.25 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Бөрене үстімен адымдап алға қарай жүру 5.Бөрене үстімен оң және сол қанатпен жүру жаттығулар 6.Бөрене үстімен кедергі арасымен адымдап жүру 7.Бөрене үстінде отырған қалыпта допты қарама-қарсы доамалату. 8.Бөрене үстінде екі қолдың көмегі арқылы тартылу. 9.Дөңгелекше ортасынан еңбектеп өту.	9.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бөрене үстімен тепе-теңдік сақтап жүру және еңбектеу жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніш үстімен жәй жүріс. 2.Аяқ ұшымен,өкшесімен жүру жаттығулар. 3.Жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіру жаттығулар. 4.Бөрене үстімен адымдап алға қарай жүру 5.Бөрене үстімен оң және сол қанатпен жүру жаттығулар 6.Бөрене үстімен кедергі арасымен адымдап жүру 7.Бөрене үстінде отырған қалыпта допты қарама-қарсы доамалату. 8.Бөрене үстінде екі қолдың көмегі арқылы тартылу. 9.Дөңгелекше ортасынан еңбектеп өту.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.

Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарға аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышқо» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль
--------------------	--	---	--	---	--

Тексерілді
Әдіскер *М.Садыр* -
«05» 01

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 жж. 08-12 Қаңтар аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаров Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Орындықта орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Орындықта орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Орындықта орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Орындықта орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Орындықта орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының	9.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының	10.00 – 11.25 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының	9.30 – 09.55 «Солнышко » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықта орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының

	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, өкшесімен жүру жаттығулар. 2. Гимнастикалық орындық үстімен алға және артқа жүру жаттығулар. 3. Гимнастикалық орындық үстінде кедергі арасымен адымдап оңға және солға жүру жаттығулар. 4. Гимнастикалық орындық үстінде қарама-қарсы доппен жаттығулар. 5. Гимнастикалық таяқшаны қолдың көмегі арқылы көтеру және айналдыру. 6. Гимнастикалық орындық үстінде етбеттен жатқан қалыпта қолдың көмегімен тартылу жаттығулар. 7. Гимнастикалық орындық үстінде отырған қалыпта аяқ саусақтары арқылы мата жинау. 8. Орындықта отырған қалыпта екі аяқтың ккмегімен допты себетке салу. 9. Гимнастикалық таяқша және доптың көмегімен алақанда және табанда домалату жаттығулар.	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, өкшесімен жүру жаттығулар. 2. Гимнастикалық орындық үстімен алға және артқа жүру жаттығулар. 3. Гимнастикалық орындық үстінде кедергі арасымен адымдап оңға және солға жүру жаттығулар. 4. Гимнастикалық орындық үстінде қарама-қарсы доппен жаттығулар. 5. Гимнастикалық таяқшаны қолдың көмегі арқылы көтеру және айналдыру. 6. Гимнастикалық орындық үстінде етбеттен жатқан қалыпта қолдың көмегімен тартылу жаттығулар. 7. Гимнастикалық орындық үстінде отырған қалыпта аяқ саусақтары арқылы мата жинау. 8. Орындықта отырған қалыпта екі аяқтың ккмегімен допты себетке салу. 9. Гимнастикалық таяқша және доптың көмегімен алақанда және табанда домалату жаттығулар.	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, өкшесімен жүру жаттығулар. 2. Гимнастикалық орындық үстімен алға және артқа жүру жаттығулар. 3. Гимнастикалық орындық үстінде кедергі арасымен адымдап оңға және солға жүру жаттығулар. 4. Гимнастикалық орындық үстінде қарама-қарсы доппен жаттығулар. 5. Гимнастикалық таяқшаны қолдың көмегі арқылы көтеру және айналдыру. 6. Гимнастикалық орындық үстінде етбеттен жатқан қалыпта қолдың көмегімен тартылу жаттығулар. 7. Гимнастикалық орындық үстінде отырған қалыпта аяқ саусақтары арқылы мата жинау. 8. Орындықта отырған қалыпта екі аяқтың ккмегімен допты себетке салу. 9. Гимнастикалық таяқша және доптың көмегімен алақанда және табанда домалату жаттығулар.	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, өкшесімен жүру жаттығулар. 2. Гимнастикалық орындық үстімен алға және артқа жүру жаттығулар. 3. Гимнастикалық орындық үстінде кедергі арасымен адымдап оңға және солға жүру жаттығулар. 4. Гимнастикалық орындық үстінде қарама-қарсы доппен жаттығулар. 5. Гимнастикалық таяқшаны қолдың көмегі арқылы көтеру және айналдыру. 6. Гимнастикалық орындық үстінде етбеттен жатқан қалыпта қолдың көмегімен тартылу жаттығулар. 7. Гимнастикалық орындық үстінде отырған қалыпта аяқ саусақтары арқылы мата жинау. 8. Орындықта отырған қалыпта екі аяқтың ккмегімен допты себетке салу. 9. Гимнастикалық таяқша және доптың көмегімен алақанда және табанда домалату жаттығулар.	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, өкшесімен жүру жаттығулар. 2. Гимнастикалық орындық үстімен алға және артқа жүру жаттығулар. 3. Гимнастикалық орындық үстінде кедергі арасымен адымдап оңға және солға жүру жаттығулар. 4. Гимнастикалық орындық үстінде қарама-қарсы доппен жаттығулар. 5. Гимнастикалық таяқшаны қолдың көмегі арқылы көтеру және айналдыру. 6. Гимнастикалық орындық үстінде етбеттен жатқан қалыпта қолдың көмегімен тартылу жаттығулар. 7. Гимнастикалық орындық үстінде отырған қалыпта аяқ саусақтары арқылы мата жинау. 8. Орындықта отырған қалыпта екі аяқтың ккмегімен допты себетке салу. 9. Гимнастикалық таяқша және доптың көмегімен алақанда және табанда домалату жаттығулар.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы, дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.

Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарға аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль
--------------------	--	---	--	---	--

Тексерілді
Әдіскер Жалпақ -
« 05 » 01

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 жж. 15-19 Қаңтар аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.

Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніш үстінде тізерлеп жүру. 2.Гимнастикалық төсеніш үстінде екі қол және аяқты тіреу арқылы алға еңбектеу. 3.Гимнастикалық кедергі арасымен еңбектей жүру арқылы өту. 4.Гимнастикалық қабырға аяқ және қолдың көмегі арқылы жоғары көтерілу және қайта түсу. 5.Гимнастикалық арқанды ұстау арқылы тепе-теңдік сақтау.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніш үстінде тізерлеп жүру. 2.Гимнастикалық төсеніш үстінде екі қол және аяқты тіреу арқылы алға еңбектеу. 3.Гимнастикалық кедергі арасымен еңбектей жүру арқылы өту. 4.Гимнастикалық қабырға аяқ және қолдың көмегі арқылы жоғары көтерілу және қайта түсу. 5.Гимнастикалық арқанды ұстау арқылы тепе-теңдік сақтау.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніш үстінде тізерлеп жүру. 2.Гимнастикалық төсеніш үстінде екі қол және аяқты тіреу арқылы алға еңбектеу. 3.Гимнастикалық кедергі арасымен еңбектей жүру арқылы өту. 4.Гимнастикалық қабырға аяқ және қолдың көмегі арқылы жоғары көтерілу және қайта түсу. 5.Гимнастикалық арқанды ұстау арқылы тепе-теңдік сақтау.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніш үстінде тізерлеп жүру. 2.Гимнастикалық төсеніш үстінде екі қол және аяқты тіреу арқылы алға еңбектеу. 3.Гимнастикалық кедергі арасымен еңбектей жүру арқылы өту. 4.Гимнастикалық қабырға аяқ және қолдың көмегі арқылы жоғары көтерілу және қайта түсу. 5.Гимнастикалық арқанды ұстау арқылы тепе-теңдік сақтау.	09.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніш үстінде тізерлеп жүру. 2.Гимнастикалық төсеніш үстінде екі қол және аяқты тіреу арқылы алға еңбектеу. 3.Гимнастикалық кедергі арасымен еңбектей жүру арқылы өту. 4.Гимнастикалық қабырға аяқ және қолдың көмегі арқылы жоғары көтерілу және қайта түсу. 5.Гимнастикалық арқанды ұстау арқылы тепе-теңдік сақтау.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы, дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру.	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарға аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру.	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру.	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата- аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру.

	Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	кеңес беру Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль
--	--	--	--	--	---

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 жж. 22-26 Қаңтар аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Еңбектеу және доға,білте таяқтың астынан өту жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабакوف Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Еңбектеу және доға,білте таяқтың астынан өту жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Еңбектеу және доға,білте таяқтың астынан өту жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Еңбектеу және доға,білте таяқтың астынан өту жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Еңбектеу және доға,білте таяқтың астынан өту жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Еңбектеу және доға,білте таяқтың астынан өту жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.

Ұйымдастыру іс-арекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу және доға,білте таяқтың астынан өту жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніш үстінде тізерлеп жүру. 2.Гимнастикалық төсеніш үстінде екі қол және аяқты тіреу арқылы алға еңбектеу. 3.Гимнастикалық кедергі арасымен еңбектей жүру арқылы өту. 4.Еңбектеу арқылы білтенің астынан өту. 5.Гимнастикалық қабырға аяқ және қолдың көмегі арқылы жоғары көтерілу және қайта түсу. 6.Гимнастикалық арқанды ұстау арқылы тепе-теңдік сақтау.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу және доға,білте таяқтың астынан өту жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніш үстінде тізерлеп жүру. 2.Гимнастикалық төсеніш үстінде екі қол және аяқты тіреу арқылы алға еңбектеу. 3.Гимнастикалық кедергі арасымен еңбектей жүру арқылы өту. 4.Еңбектеу арқылы білтенің астынан өту. 5.Гимнастикалық қабырға аяқ және қолдың көмегі арқылы жоғары көтерілу және қайта түсу. 6.Гимнастикалық арқанды ұстау арқылы тепе-теңдік сақтау.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу және доға,білте таяқтың астынан өту жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніш үстінде тізерлеп жүру. 2.Гимнастикалық төсеніш үстінде екі қол және аяқты тіреу арқылы алға еңбектеу. 3.Гимнастикалық кедергі арасымен еңбектей жүру арқылы өту. 4.Еңбектеу арқылы білтенің астынан өту. 5.Гимнастикалық қабырға аяқ және қолдың көмегі арқылы жоғары көтерілу және қайта түсу. 6.Гимнастикалық арқанды ұстау арқылы тепе-теңдік сақтау.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу және доға,білте таяқтың астынан өту жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніш үстінде тізерлеп жүру. 2.Гимнастикалық төсеніш үстінде екі қол және аяқты тіреу арқылы алға еңбектеу. 3.Гимнастикалық кедергі арасымен еңбектей жүру арқылы өту. 4.Еңбектеу арқылы білтенің астынан өту. 5.Гимнастикалық қабырға аяқ және қолдың көмегі арқылы жоғары көтерілу және қайта түсу. 6.Гимнастикалық арқанды ұстау арқылы тепе-теңдік сақтау.	9.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу және доға,білте таяқтың астынан өту жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніш үстінде тізерлеп жүру. 2.Гимнастикалық төсеніш үстінде екі қол және аяқты тіреу арқылы алға еңбектеу. 3.Гимнастикалық кедергі арасымен еңбектей жүру арқылы өту. 4.Еңбектеу арқылы білтенің астынан өту. 5.Гимнастикалық қабырға аяқ және қолдың көмегі арқылы жоғары көтерілу және қайта түсу. 6.Гимнастикалық арқанды ұстау арқылы тепе-теңдік сақтау.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – козғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен сауықтыру гимнастикасының	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарға аяқ және қолға арналған жаттығулардың	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен сауықтыру гимнастикасының	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата- аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың

мағыздалынғы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль
---	---	---	---	--

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 ж.ж. 29 Қаңтар-02 Ақпан аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Көлденең қойылған нысанаға доппен жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадиар Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадиар Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадиар Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадиар Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Көлденең қойылған нысанаға доппен жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Көлденең қойылған нысанаға доппен жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Көлденең қойылған нысанаға доппен жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Көлденең қойылған нысанаға доппен жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Көлденең қойылған нысанаға доппен жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.

Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Көлденең қойылған нысанаға доппен жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Қойылған кедергі арасымен допты жүргізу. 2.Кедергі арасымен жүру арқылы себетке допты тастау. 3. Кедергі арасымен жүру арқылы А белгіден Б белгіге өткізу. 4. Нысанаға допты тигізу.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Көлденең қойылған нысанаға доппен жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Қойылған кедергі арасымен допты жүргізу. 2.Кедергі арасымен жүру арқылы себетке допты тастау. 3. Кедергі арасымен жүру арқылы А белгіден Б белгіге өткізу. 4. Нысанаға допты тигізу.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Көлденең қойылған нысанаға доппен жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Қойылған кедергі арасымен допты жүргізу. 2.Кедергі арасымен жүру арқылы себетке допты тастау. 3. Кедергі арасымен жүру арқылы А белгіден Б белгіге өткізу. 4. Нысанаға допты тигізу.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Көлденең қойылған нысанаға доппен жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Қойылған кедергі арасымен допты жүргізу. 2.Кедергі арасымен жүру арқылы себетке допты тастау. 3. Кедергі арасымен жүру арқылы А белгіден Б белгіге өткізу. 4. Нысанаға допты тигізу.	9.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Көлденең қойылған нысанаға доппен жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Қойылған кедергі арасымен допты жүргізу. 2.Кедергі арасымен жүру арқылы себетке допты тастау. 3. Кедергі арасымен жүру арқылы А белгіден Б белгіге өткізу. 4. Нысанаға допты тигізу.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарға аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата- аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль

2023-2024 жж. 05-09 Ақпан аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Бағытты ауыстырып жүру және секіру жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабакوف Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Бағытты ауыстырып жүру және секіру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Бағытты ауыстырып жүру және секіру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Бағытты ауыстырып жүру және секіру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Бағытты ауыстырып жүру және секіру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Бағытты ауыстырып жүру және секіру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.

Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бағытты ауыстырып жүру және секіру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, екі қол жоғары көтеріп алға жүру. 2. Екі қолды белге ұстай, өкшемен жүру. 3. Төсеніш үстінен жүру жаттығулары. 4. Кедергі арасымен жүру. 5. Алға секіру арқылы бел айналдырғышқа өту. 6. Алға секіру арқылы допты кедергі арасынан өткізу, қайта қою.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бағытты ауыстырып жүру және секіру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, екі қол жоғары көтеріп алға жүру. 2. Екі қолды белге ұстай, өкшемен жүру. 3. Төсеніш үстінен жүру жаттығулары. 4. Кедергі арасымен жүру. 5. Алға секіру арқылы бел айналдырғышқа өту. 6. Алға секіру арқылы допты кедергі арасынан өткізу, қайта қою.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бағытты ауыстырып жүру және секіру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, екі қол жоғары көтеріп алға жүру. 2. Екі қолды белге ұстай, өкшемен жүру. 3. Төсеніш үстінен жүру жаттығулары. 4. Кедергі арасымен жүру. 5. Алға секіру арқылы бел айналдырғышқа өту. 6. Алға секіру арқылы допты кедергі арасынан өткізу, қайта қою.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бағытты ауыстырып жүру және секіру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, екі қол жоғары көтеріп алға жүру. 2. Екі қолды белге ұстай, өкшемен жүру. 3. Төсеніш үстінен жүру жаттығулары. 4. Кедергі арасымен жүру. 5. Алға секіру арқылы бел айналдырғышқа өту. 6. Алға секіру арқылы допты кедергі арасынан өткізу, қайта қою.	9.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бағытты ауыстырып жүру және секіру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, екі қол жоғары көтеріп алға жүру. 2. Екі қолды белге ұстай, өкшемен жүру. 3. Төсеніш үстінен жүру жаттығулары. 4. Кедергі арасымен жүру. 5. Алға секіру арқылы бел айналдырғышқа өту. 6. Алға секіру арқылы допты кедергі арасынан өткізу, қайта қою.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы, дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарға аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата- аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль

2023-2024 ж.ж. 12-16 Ақпан аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабакوف Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.

Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, екі қол жоғары көтеріп алға жүру. 2. Екі қолды белге ұстай, өкшемен жүру. 3. Көлбеу қойылған тақтайшаны табанды толық басып жүру. 4. Көлбеу қойылған тақтай үстінен кедергі үстінен аттап өту жаттығулар. 5. Көлбеу қойылған тақтай үстінен еңбектеп жүріп өту.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, екі қол жоғары көтеріп алға жүру. 2. Екі қолды белге ұстай, өкшемен жүру. 3. Көлбеу қойылған тақтайшаны табанды толық басып жүру. 4. Көлбеу қойылған тақтай үстінен кедергі үстінен аттап өту жаттығулар. 5. Көлбеу қойылған тақтай үстінен еңбектеп жүріп өту.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, екі қол жоғары көтеріп алға жүру. 2. Екі қолды белге ұстай, өкшемен жүру. 3. Көлбеу қойылған тақтайшаны табанды толық басып жүру. 4. Көлбеу қойылған тақтай үстінен кедергі үстінен аттап өту жаттығулар. 5. Көлбеу қойылған тақтай үстінен еңбектеп жүріп өту.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, екі қол жоғары көтеріп алға жүру. 2. Екі қолды белге ұстай, өкшемен жүру. 3. Көлбеу қойылған тақтайшаны табанды толық басып жүру. 4. Көлбеу қойылған тақтай үстінен кедергі үстінен аттап өту жаттығулар. 5. Көлбеу қойылған тақтай үстінен еңбектеп жүріп өту.	09.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ ұшымен, екі қол жоғары көтеріп алға жүру. 2. Екі қолды белге ұстай, өкшемен жүру. 3. Көлбеу қойылған тақтайшаны табанды толық басып жүру. 4. Көлбеу қойылған тақтай үстінен кедергі үстінен аттап өту жаттығулар. 5. Көлбеу қойылған тақтай үстінен еңбектеп жүріп өту.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы, дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың кимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарға аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата- аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар

	Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	Битимбаева Гүлдана Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	Саттыкова Күнсұлу Шопанова Куркем	Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль
--	--------------------------------------	--------------------------------------	--	--------------------------------------	---

Тексерілді
Әділет *Жоллақ*
"23" 02

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 ж.ж. 19-23 Ақпан аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Гимнастикалық төсеніште жатып орындайтын жаттығулар				
Танғы жаттығу	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабakov Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Гимнастикалық төсеніште жатып орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Гимнастикалық төсеніште жатып орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Гимнастикалық төсеніште жатып орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Гимнастикалық төсеніште жатып орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Гимнастикалық төсеніште жатып орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.

Ұйымдастыру іс-арекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Гимнастикалық төсеніште жатып орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Гимнастикалық төсеніште жатып орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Гимнастикалық төсеніште жатып орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Гимнастикалық төсеніште жатып орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	9.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Гимнастикалық төсеніште жатып орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл –	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.

	тыныс алу бойынша кеңес беру.	көрсету.	қозғалысын дұрыс жасалуды үйрету.	жасауға мүмкіндік беру.	
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарға аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль

2023-2024 ж.ж. 26 Ақпан-01 Наурыз аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшпіннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабакوف Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының	9.30 – 09.55 «Солнышко » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Еңбектеу және өрмелеу жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының

	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніш үстінде тізерлеп жүру. 2.Гимнастикалық төсеніш үстінде екі қол және аяқты тіреу арқылы алға еңбектеу. 3.Гимнастикалық кедергі арасымен еңбектей жүру арқылы өту. 4.Гимнастикалық қабырға аяқ және қолдың көмегі арқылы жоғары көтерілу және қайта түсу. 5.Гимнастикалық арқанды ұстау арқылы тепе-теңдік сақтау.	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніш үстінде тізерлеп жүру. 2.Гимнастикалық төсеніш үстінде екі қол және аяқты тіреу арқылы алға еңбектеу. 3.Гимнастикалық кедергі арасымен еңбектей жүру арқылы өту. 4.Гимнастикалық қабырға аяқ және қолдың көмегі арқылы жоғары көтерілу және қайта түсу. 5.Гимнастикалық арқанды ұстау арқылы тепе-теңдік сақтау.	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніш үстінде тізерлеп жүру. 2.Гимнастикалық төсеніш үстінде екі қол және аяқты тіреу арқылы алға еңбектеу. 3.Гимнастикалық кедергі арасымен еңбектей жүру арқылы өту. 4.Гимнастикалық қабырға аяқ және қолдың көмегі арқылы жоғары көтерілу және қайта түсу. 5.Гимнастикалық арқанды ұстау арқылы тепе-теңдік сақтау.	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніш үстінде тізерлеп жүру. 2.Гимнастикалық төсеніш үстінде екі қол және аяқты тіреу арқылы алға еңбектеу. 3.Гимнастикалық кедергі арасымен еңбектей жүру арқылы өту. 4.Гимнастикалық қабырға аяқ және қолдың көмегі арқылы жоғары көтерілу және қайта түсу. 5.Гимнастикалық арқанды ұстау арқылы тепе-теңдік сақтау.	көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніш үстінде тізерлеп жүру. 2.Гимнастикалық төсеніш үстінде екі қол және аяқты тіреу арқылы алға еңбектеу. 3.Гимнастикалық кедергі арасымен еңбектей жүру арқылы өту. 4.Гимнастикалық қабырға аяқ және қолдың көмегі арқылы жоғары көтерілу және қайта түсу. 5.Гимнастикалық арқанды ұстау арқылы тепе-теңдік сақтау.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының маңыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарға аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының маңыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 ж.ж. 04-08 Наурыз аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Орындықпен орындалатын жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Орындықпен орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Орындықпен орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Орындықпен орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Орындықпен орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Орындықпен орындалатын жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықпен орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықпен орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықпен орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықпен орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды	9.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Орындықпен орындалатын жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды

	үйрену. 1.Жүру жаттығулары аяқ ұшымен және өкшемен. 2.Жүгіру жаттығулары жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіріс. 3.Орындық үстінде отырған қалыпта бас,мойын,нық,шынтақ,біл ек буындарына жаттығулар. 4.Орындық үстінде отырған қалыпта таяқшалармен жаттығулар. 5.Орындық үстінде отырған қалыпта қыстырғыш жинақтау және қайта орналастыру. 6.Орындық үстінде жүру жаттығулары. 7.Демді қалыпқа келтіру жаттығулары.	үйрену. 1.Жүру жаттығулары аяқ ұшымен және өкшемен. 2.Жүгіру жаттығулары жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіріс. 3.Орындық үстінде отырған қалыпта бас,мойын,нық,шынтақ,біл ек буындарына жаттығулар. 4.Орындық үстінде отырған қалыпта таяқшалармен жаттығулар. 5.Орындық үстінде отырған қалыпта қыстырғыш жинақтау және қайта орналастыру. 6.Орындық үстінде жүру жаттығулары. 7.Демді қалыпқа келтіру жаттығулары.	үйрену. 1.Жүру жаттығулары аяқ ұшымен және өкшемен. 2.Жүгіру жаттығулары жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіріс. 3.Орындық үстінде отырған қалыпта бас,мойын,нық,шынтақ,біл ек буындарына жаттығулар. 4.Орындық үстінде отырған қалыпта таяқшалармен жаттығулар. 5.Орындық үстінде отырған қалыпта қыстырғыш жинақтау және қайта орналастыру. 6.Орындық үстінде жүру жаттығулары. 7.Демді қалыпқа келтіру жаттығулары.	үйрену. 1.Жүру жаттығулары аяқ ұшымен және өкшемен. 2.Жүгіру жаттығулары жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіріс. 3.Орындық үстінде отырған қалыпта бас,мойын,нық,шынтақ,біл ек буындарына жаттығулар. 4.Орындық үстінде отырған қалыпта таяқшалармен жаттығулар. 5.Орындық үстінде отырған қалыпта қыстырғыш жинақтау және қайта орналастыру. 6.Орындық үстінде жүру жаттығулары. 7.Демді қалыпқа келтіру жаттығулары.	үйрену. 1.Жүру жаттығулары аяқ ұшымен және өкшемен. 2.Жүгіру жаттығулары жәй жүгіріс,кедергі арасымен жүгіріс. 3.Орындық үстінде отырған қалыпта бас,мойын,нық,шынтақ,біл ек буындарына жаттығулар. 4.Орындық үстінде отырған қалыпта таяқшалармен жаттығулар. 5.Орындық үстінде отырған қалыпта қыстырғыш жинақтау және қайта орналастыру. 6.Орындық үстінде жүру жаттығулары. 7.Демді қалыпқа келтіру жаттығулары.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жаттығулардың реттілігін түсіндіру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарға аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль

Тексерілді
Әдіскер Желалов
« 5 » 03

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 ж.ж. 11-15 Наурыз аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Тепе-теңдік сақтау жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабакوف Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабакوف Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айгали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айгали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабакوف Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Тепе-теңдік сақтау жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Тепе-теңдік сақтау жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Тепе-теңдік сақтау жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Тепе-теңдік сақтау жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Тепе-теңдік сақтау жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Тепе-теңдік сақтау жаттығулар Бағдарламалық мазмұны:	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Тепе-теңдік сақтау жаттығулар Бағдарламалық мазмұны:	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Тепе-теңдік сақтау жаттығулар Бағдарламалық мазмұны:	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Тепе-теңдік сақтау жаттығулар Бағдарламалық мазмұны:	9.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Тепе-теңдік сақтау жаттығулар Бағдарламалық мазмұны:

	Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Коврик үстінде жүру жаттығулары аяқ ұшымен және өкшемен жүру жаттығулары.Кедергі арасымен жүру жаттығулар. 2.Бас,мойын,нық,шынтақ,б ілек,саусақ буындарына арналған жаттығулар. 3.Орындық үстінде тепе-теңдік сақтап жүру. 4.Тепе-теңдік сақтап отыру және ет беттен жатқан қалыпта денені ұстау. 5.Фитбол добының үстінде тепе теңдік сақтау.	Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Коврик үстінде жүру жаттығулары аяқ ұшымен және өкшемен жүру жаттығулары.Кедергі арасымен жүру жаттығулар. 2.Бас,мойын,нық,шынтақ,б ілек,саусақ буындарына арналған жаттығулар. 3.Орындық үстінде тепе-теңдік сақтап жүру. 4.Тепе-теңдік сақтап отыру және ет беттен жатқан қалыпта денені ұстау. 5.Фитбол добының үстінде тепе теңдік сақтау.	Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Коврик үстінде жүру жаттығулары аяқ ұшымен және өкшемен жүру жаттығулары.Кедергі арасымен жүру жаттығулар. 2.Бас,мойын,нық,шынтақ,б ілек,саусақ буындарына арналған жаттығулар. 3.Орындық үстінде тепе-теңдік сақтап жүру. 4.Тепе-теңдік сақтап отыру және ет беттен жатқан қалыпта денені ұстау. 5.Фитбол добының үстінде тепе теңдік сақтау.	Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Коврик үстінде жүру жаттығулары аяқ ұшымен және өкшемен жүру жаттығулары.Кедергі арасымен жүру жаттығулар. 2.Бас,мойын,нық,шынтақ,б ілек,саусақ буындарына арналған жаттығулар. 3.Орындық үстінде тепе-теңдік сақтап жүру. 4.Тепе-теңдік сақтап отыру және ет беттен жатқан қалыпта денені ұстау. 5.Фитбол добының үстінде тепе теңдік сақтау.	Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Коврик үстінде жүру жаттығулары аяқ ұшымен және өкшемен жүру жаттығулары.Кедергі арасымен жүру жаттығулар. 2.Бас,мойын,нық,шынтақ,б ілек,саусақ буындарына арналған жаттығулар. 3.Орындық үстінде тепе-теңдік сақтап жүру. 4.Тепе-теңдік сақтап отыру және ет беттен жатқан қалыпта денені ұстау. 5.Фитбол добының үстінде тепе теңдік сақтау.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль

Тексерілді
Әдіскер *Shelova*
« 20 » 03

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 жж. 18-22 Наурыз аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Көлденең қойылған жіптің немесе таяқтың үстімен жүру жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Көлденең қойылған жіптің немесе таяқтың үстімен жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Көлденең қойылған жіптің немесе таяқтың үстімен жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Көлденең қойылған жіптің немесе таяқтың үстімен жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Көлденең қойылған жіптің немесе таяқтың үстімен жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Көлденең қойылған жіптің немесе таяқтың үстімен жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Көлденең қойылған жіптің немесе	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Көлденең қойылған жіптің немесе	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Көлденең қойылған жіптің немесе	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Көлденең қойылған жіптің немесе	9.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Көлденең қойылған жіптің немесе

	таяқтың үстімен жүру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Коврик үстінде жүру жаттығулары.Аяқ ұшымен,өкшемен жүру жаттығулары. Алға және артқа жүру жаттығулар. 2.Кедергі арасымен жүру жаттығулар. 3.Көлденең қойылған арқан үстімен оңға және солға жүру жаттығулары. 4.Көлденең қойылған арқан үстінде аяқты айқастырып жүру жаттығулары. 5.Көлденең қойылған гимнастикалық таяқша үстінен екі аяқпен басып жүру жаттығулары. 6.Орындық үстінде отырған қалыпта табанға доппен,таяқшамен массаж жасау.	таяқтың үстімен жүру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Коврик үстінде жүру жаттығулары.Аяқ ұшымен,өкшемен жүру жаттығулары. Алға және артқа жүру жаттығулар. 2.Кедергі арасымен жүру жаттығулар. 3.Көлденең қойылған арқан үстімен оңға және солға жүру жаттығулары. 4.Көлденең қойылған арқан үстінде аяқты айқастырып жүру жаттығулары. 5.Көлденең қойылған гимнастикалық таяқша үстінен екі аяқпен басып жүру жаттығулары. 6.Орындық үстінде отырған қалыпта табанға доппен,таяқшамен массаж жасау.	таяқтың үстімен жүру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Коврик үстінде жүру жаттығулары.Аяқ ұшымен,өкшемен жүру жаттығулары. Алға және артқа жүру жаттығулар. 2.Кедергі арасымен жүру жаттығулар. 3.Көлденең қойылған арқан үстімен оңға және солға жүру жаттығулары. 4.Көлденең қойылған арқан үстінде аяқты айқастырып жүру жаттығулары. 5.Көлденең қойылған гимнастикалық таяқша үстінен екі аяқпен басып жүру жаттығулары. 6.Орындық үстінде отырған қалыпта табанға доппен,таяқшамен массаж жасау.	таяқтың үстімен жүру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Коврик үстінде жүру жаттығулары.Аяқ ұшымен,өкшемен жүру жаттығулары. Алға және артқа жүру жаттығулар. 2.Кедергі арасымен жүру жаттығулар. 3.Көлденең қойылған арқан үстімен оңға және солға жүру жаттығулары. 4.Көлденең қойылған арқан үстінде аяқты айқастырып жүру жаттығулары. 5.Көлденең қойылған гимнастикалық таяқша үстінен екі аяқпен басып жүру жаттығулары. 6.Орындық үстінде отырған қалыпта табанға доппен,таяқшамен массаж жасау.	таяқтың үстімен жүру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Коврик үстінде жүру жаттығулары.Аяқ ұшымен,өкшемен жүру жаттығулары. Алға және артқа жүру жаттығулар. 2.Кедергі арасымен жүру жаттығулар. 3.Көлденең қойылған арқан үстімен оңға және солға жүру жаттығулары. 4.Көлденең қойылған арқан үстінде аяқты айқастырып жүру жаттығулары. 5.Көлденең қойылған гимнастикалық таяқша үстінен екі аяқпен басып жүру жаттығулары. 6.Орындық үстінде отырған қалыпта табанға доппен,таяқшамен массаж жасау.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру.	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру.	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру.	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру.

	Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль	Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль	кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль
--	---	---	---	--	---

2023-2024 жж. 25-29 Наурыз аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Кедергілер арасынан жүру жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Кедергілер арасынан жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Кедергілер арасынан жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Кедергілер арасынан жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Кедергілер арасынан жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Кедергілер арасынан жүру жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Солнышко » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Кедергілер арасынан жүру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Кедергілер арасынан жүру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Кедергілер арасынан жүру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды	09.00 – 11.00 «Гүлдер » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Кедергілер арасынан жүру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды	9.30 – 09.55 «Солнышко » тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Кедергілер арасынан жүру жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды

	үйрену. 1.Коврик үстінде жүру жаттығулары. 2.Кедергі арасымен жүру жаттығулары. 3.Кедергі арасымен адымдап аттап жүру жаттығулары. 4.Кедергі арасымен жүру арқылы берілген тапсырманы орындау. 5.Велосипед жүргізу арқылы кедергі арасынан өту. 6.Демді қалыпқа келтіру жаттығулар.	үйрену. 1.Коврик үстінде жүру жаттығулары. 2.Кедергі арасымен жүру жаттығулары. 3.Кедергі арасымен адымдап аттап жүру жаттығулары. 4.Кедергі арасымен жүру арқылы берілген тапсырманы орындау. 5.Велосипед жүргізу арқылы кедергі арасынан өту. 6.Демді қалыпқа келтіру жаттығулар.	үйрену. 1.Коврик үстінде жүру жаттығулары. 2.Кедергі арасымен жүру жаттығулары. 3.Кедергі арасымен адымдап аттап жүру жаттығулары. 4.Кедергі арасымен жүру арқылы берілген тапсырманы орындау. 5.Велосипед жүргізу арқылы кедергі арасынан өту. 6.Демді қалыпқа келтіру жаттығулар.	үйрену. 1.Коврик үстінде жүру жаттығулары. 2.Кедергі арасымен жүру жаттығулары. 3.Кедергі арасымен адымдап аттап жүру жаттығулары. 4.Кедергі арасымен жүру арқылы берілген тапсырманы орындау. 5.Велосипед жүргізу арқылы кедергі арасынан өту. 6.Демді қалыпқа келтіру жаттығулар.	үйрену. 1.Коврик үстінде жүру жаттығулары. 2.Кедергі арасымен жүру жаттығулары. 3.Кедергі арасымен адымдап аттап жүру жаттығулары. 4.Кедергі арасымен жүру арқылы берілген тапсырманы орындау. 5.Велосипед жүргізу арқылы кедергі арасынан өту. 6.Демді қалыпқа келтіру жаттығулар.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль

2023-2024 жж. 01-05 Сәуір аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабакوف Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабакوف Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабакوف Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды	9.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды

	оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарид Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарид Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль

2023-2024 ж.ж. 08-12 Сәуір аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніште жатып жүруді имитация жасай отырып орындау.	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніште жатып жүруді имитация жасай отырып орындау.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніште жатып жүруді имитация жасай отырып орындау.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніште жатып жүруді имитация жасай отырып орындау.	9.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Төсеніште жатып жүруді имитация жасай отырып орындау.

	2.Екі аяқ пен тұру және аяқ ұшымен,өкшемен жүру. 3.Іздік жолдармен жүру жаттығулары 4.Таяқпен жүру жаттығулары. 5.Арқан үстінде жаттығуды орындау. 6.Гимнастикалық бөрене үстімен жүру. 7.Сатымен жүру жаттығулары. 8.Платформа тепе-теңдік сақтау жаттығуларын орындау. 9.Вилосипетпен жүру жаттығулары	2.Екі аяқ пен тұру және аяқ ұшымен,өкшемен жүру. 3.Іздік жолдармен жүру жаттығулары 4.Таяқпен жүру жаттығулары. 5.Арқан үстінде жаттығуды орындау. 6.Гимнастикалық бөрене үстімен жүру. 7.Сатымен жүру жаттығулары. 8.Платформа тепе-теңдік сақтау жаттығуларын орындау. 9.Вилосипетпен жүру жаттығулары	2.Екі аяқ пен тұру және аяқ ұшымен,өкшемен жүру. 3.Іздік жолдармен жүру жаттығулары 4.Таяқпен жүру жаттығулары. 5.Арқан үстінде жаттығуды орындау. 6.Гимнастикалық бөрене үстімен жүру. 7.Сатымен жүру жаттығулары. 8.Платформа тепе-теңдік сақтау жаттығуларын орындау. 9.Вилосипетпен жүру жаттығулары	2.Екі аяқ пен тұру және аяқ ұшымен,өкшемен жүру. 3.Іздік жолдармен жүру жаттығулары 4.Таяқпен жүру жаттығулары. 5.Арқан үстінде жаттығуды орындау. 6.Гимнастикалық бөрене үстімен жүру. 7.Сатымен жүру жаттығулары. 8.Платформа тепе-теңдік сақтау жаттығуларын орындау. 9.Вилосипетпен жүру жаттығулары	2.Екі аяқ пен тұру және аяқ ұшымен,өкшемен жүру. 3.Іздік жолдармен жүру жаттығулары 4.Таяқпен жүру жаттығулары. 5.Арқан үстінде жаттығуды орындау. 6.Гимнастикалық бөрене үстімен жүру. 7.Сатымен жүру жаттығулары. 8.Платформа тепе-теңдік сақтау жаттығуларын орындау. 9.Вилосипетпен жүру жаттығулары
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарид Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарид Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль

2023-2024 ж.ж. 15-19 Сәуір аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Бұлшық еттерді босаңсытуға және жүйке жүйесін нығайтуға арналған жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Бұлшық еттерді босаңсытуға және жүйке жүйесін нығайтуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Бұлшық еттерді босаңсытуға және жүйке жүйесін нығайтуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Бұлшық еттерді босаңсытуға және жүйке жүйесін нығайтуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Бұлшық еттерді босаңсытуға және жүйке жүйесін нығайтуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Бұлшық еттерді босаңсытуға және жүйке жүйесін нығайтуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бұлшық еттерді босаңсытуға және жүйке жүйесін нығайтуға арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену.	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бұлшық еттерді босаңсытуға және жүйке жүйесін нығайтуға арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бұлшық еттерді босаңсытуға және жүйке жүйесін нығайтуға арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену.	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бұлшық еттерді босаңсытуға және жүйке жүйесін нығайтуға арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену.	9.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бұлшық еттерді босаңсытуға және жүйке жүйесін нығайтуға арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену.

	1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,кайта шығару. 6.Гимнастикалық таяқшаны пайдалана отырып саусақ және буындарға жаттығу. 7.Доптың көмегі арқылы түске бөлу жаттығулары. 8.Кубиктерді дұрыс орналастыру.	1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,кайта шығару. 6.Гимнастикалық таяқшаны пайдалана отырып саусақ және буындарға жаттығу. 7.Доптың көмегі арқылы түске бөлу жаттығулары. 8.Кубиктерді дұрыс орналастыру.	1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,кайта шығару. 6.Гимнастикалық таяқшаны пайдалана отырып саусақ және буындарға жаттығу. 7.Доптың көмегі арқылы түске бөлу жаттығулары. 8.Кубиктерді дұрыс орналастыру.	1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,кайта шығару. 6.Гимнастикалық таяқшаны пайдалана отырып саусақ және буындарға жаттығу. 7.Доптың көмегі арқылы түске бөлу жаттығулары. 8.Кубиктерді дұрыс орналастыру.	1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,кайта шығару. 6.Гимнастикалық таяқшаны пайдалана отырып саусақ және буындарға жаттығу. 7.Доптың көмегі арқылы түске бөлу жаттығулары. 8.Кубиктерді дұрыс орналастыру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимылы – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағысдылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарид Битимбаева Гульдаия Саттықона Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарид Битимбаева Гульдаия Саттықона Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль

2023-2024 жж. 22-26 Сәуір аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадиар Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадиар Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған	9.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Бас және мойын иілгіштігі мен созылуын дамытуға

	арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды оңға және солға бұру ,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды толық айналдыру. 3.Гимнастикалық төсеніште ет бетімен жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және қайта түсіру. 4.Гимнастикалық орындық үстінде жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және түсіру.	арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды оңға және солға бұру ,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды толық айналдыру. 3.Гимнастикалық төсеніште ет бетімен жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және қайта түсіру. 4.Гимнастикалық орындық үстінде жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және түсіру.	арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды оңға және солға бұру ,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды толық айналдыру. 3.Гимнастикалық төсеніште ет бетімен жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және қайта түсіру. 4.Гимнастикалық орындық үстінде жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және түсіру.	жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды оңға және солға бұру ,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды толық айналдыру. 3.Гимнастикалық төсеніште ет бетімен жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және қайта түсіру. 4.Гимнастикалық орындық үстінде жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және түсіру.	арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды оңға және солға бұру ,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште отырған қалыпта басымызды толық айналдыру. 3.Гимнастикалық төсеніште ет бетімен жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және қайта түсіру. 4.Гимнастикалық орындық үстінде жатқан қалыпта басты жоғары көтеру және түсіру.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата- аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата- аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата- аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата- аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль

2023-2024 жж. 27–31 Мамыр аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Салауатты өмір салтын сақтау				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Салауатты өмір салтын сақтау тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Салауатты өмір салтын сақтау	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Салауатты өмір салтын сақтау	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Салауатты өмір салтын сақтау	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Салауатты өмір салтын сақтау	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Салауатты өмір салтын сақтау

	Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Жүру жаттығулары аяқ ұшымен,өкшені толық баса алға жүру. 2. Тепе-теңдік сақтай отыра кедергілер арасынан өту 3.Бел айналдырғышты А белгіден Б белгіге өткізу қолдың көмегі арқылы. 4.Допты екі қолдың көмегі арқылы алға жүргізу. 5. Велосипеттің көмегі арқылы алға және артқа жүру жаттығулар. 6.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Жүру жаттығулары аяқ ұшымен,өкшені толық баса алға жүру. 2. Тепе-теңдік сақтай отыра кедергілер арасынан өту 3.Бел айналдырғышты А белгіден Б белгіге өткізу қолдың көмегі арқылы. 4.Допты екі қолдың көмегі арқылы алға жүргізу. 5. Велосипеттің көмегі арқылы алға және артқа жүру жаттығулар. 6.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Жүру жаттығулары аяқ ұшымен,өкшені толық баса алға жүру. 2. Тепе-теңдік сақтай отыра кедергілер арасынан өту 3.Бел айналдырғышты А белгіден Б белгіге өткізу қолдың көмегі арқылы. 4.Допты екі қолдың көмегі арқылы алға жүргізу. 5. Велосипеттің көмегі арқылы алға және артқа жүру жаттығулар. 6.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Жүру жаттығулары аяқ ұшымен,өкшені толық баса алға жүру. 2. Тепе-теңдік сақтай отыра кедергілер арасынан өту 3.Бел айналдырғышты А белгіден Б белгіге өткізу қолдың көмегі арқылы. 4.Допты екі қолдың көмегі арқылы алға жүргізу. 5. Велосипеттің көмегі арқылы алға және артқа жүру жаттығулар. 6.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Жүру жаттығулары аяқ ұшымен,өкшені толық баса алға жүру. 2. Тепе-теңдік сақтай отыра кедергілер арасынан өту 3.Бел айналдырғышты А белгіден Б белгіге өткізу қолдың көмегі арқылы. 4.Допты екі қолдың көмегі арқылы алға жүргізу. 5. Велосипеттің көмегі арқылы алға және артқа жүру жаттығулар. 6.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Ангиль

Тексерілді
Әдіскер М.Аманжол
«04» 05

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 ж.ж. 29 Сәуір – 04 Мамыр аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманжолдың жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Бейсенбі	Жұма	Сенбі
	Тақырыбы: Қол бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Қол бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Қол бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Қол бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Қол бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Қол бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Қол бұлшық	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Қол бұлшық	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Қол бұлшық	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Қол бұлшық	9.30 – 09.55 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Қол бұлшық

	еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Саусақ буындарына жұмыс жүргізу. 2.Білек буындарын айналдыру жаттығулар. 3.Шынтақ буындарын айналдыру жаттығулары. 4.Иық және толық буындарына арналған жаттығулар. 5.Оң және сол қолды толық жазу жаттығулары. 6.Оң және сол қолға күш түсіру жаттығулары. 7.Доптарды келесі бағытқа қолдың көмегі арқылы жинау. 8.Арқанды қолдың көмегі арқылы жинау және қайта жазу. 9.Бел айналдырғышты қолдың көмегі арқылы домалату.	еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Саусақ буындарына жұмыс жүргізу. 2.Білек буындарын айналдыру жаттығулар. 3.Шынтақ буындарын айналдыру жаттығулары. 4.Иық және толық буындарына арналған жаттығулар. 5.Оң және сол қолды толық жазу жаттығулары. 6.Оң және сол қолға күш түсіру жаттығулары. 7.Доптарды келесі бағытқа қолдың көмегі арқылы жинау. 8.Арқанды қолдың көмегі арқылы жинау және қайта жазу. 9.Бел айналдырғышты қолдың көмегі арқылы домалату.	еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Саусақ буындарына жұмыс жүргізу. 2.Білек буындарын айналдыру жаттығулар. 3.Шынтақ буындарын айналдыру жаттығулары. 4.Иық және толық буындарына арналған жаттығулар. 5.Оң және сол қолды толық жазу жаттығулары. 6.Оң және сол қолға күш түсіру жаттығулары. 7.Доптарды келесі бағытқа қолдың көмегі арқылы жинау. 8.Арқанды қолдың көмегі арқылы жинау және қайта жазу. 9.Бел айналдырғышты қолдың көмегі арқылы домалату.	еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Саусақ буындарына жұмыс жүргізу. 2.Білек буындарын айналдыру жаттығулар. 3.Шынтақ буындарын айналдыру жаттығулары. 4.Иық және толық буындарына арналған жаттығулар. 5.Оң және сол қолды толық жазу жаттығулары. 6.Оң және сол қолға күш түсіру жаттығулары. 7.Доптарды келесі бағытқа қолдың көмегі арқылы жинау. 8.Арқанды қолдың көмегі арқылы жинау және қайта жазу. 9.Бел айналдырғышты қолдың көмегі арқылы домалату.	еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Саусақ буындарына жұмыс жүргізу. 2.Білек буындарын айналдыру жаттығулар. 3.Шынтақ буындарын айналдыру жаттығулары. 4.Иық және толық буындарына арналған жаттығулар. 5.Оң және сол қолды толық жазу жаттығулары. 6.Оң және сол қолға күш түсіру жаттығулары. 7.Доптарды келесі бағытқа қолдың көмегі арқылы жинау. 8.Арқанды қолдың көмегі арқылы жинау және қайта жазу. 9.Бел айналдырғышты қолдың көмегі арқылы домалату.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы, дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.

Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем
--------------------	--	--	---	--	---

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 жж. 06–10 Мамыр аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Омыртқа бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар	
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Омыртқа бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Омыртқа бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Омыртқа бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Екі қолдың көмегі арқылы денені алға қарай көтеру. 2.Екі аяқ арасы ашылған қалыпта оңға және солға созылу. 3.Тізені бүгілген қалыпта алға еңкею. 4.Гимнастикалық таяқша көмегі арқылы денені көтеру жоғары. 5.Доптың көмегі арқылы алға және артқа,оңға және солға илту. 6.Резеңке тарту арқылы денені алға көтеру.	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Омыртқа бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Екі қолдың көмегі арқылы денені алға қарай көтеру. 2.Екі аяқ арасы ашылған қалыпта оңға және солға созылу. 3.Тізені бүгілген қалыпта алға еңкею. 4.Гимнастикалық таяқша көмегі арқылы денені көтеру жоғары. 5.Доптың көмегі арқылы алға және артқа,оңға және солға илту. 6.Резеңке тарту арқылы денені алға көтеру.

Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы, дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы, дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.
Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль

2023-2024 ж.ж.

2023-2024 жж. 13–17 Мамыр аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Аяқ бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадиар Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадиар Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Аяқ бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Аяқ бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Аяқ бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Аяқ бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Аяқ бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын дамытуға арналған жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Аяқ бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Аяқ бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Аяқ бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Аяқ бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын	9.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Аяқ бұлшық еттері мен байламдарының иілгіштігі мен созылуын

	дамытуға арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ бұлшық еттерін толық оңға және солға айналдыру. 2. Аяқ бұлшық еттерін алға созу және қайта жинау жаттығулар. 3. Етбеттен жатқан қалыпта аяқ бұлшық етін босату. 4. Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта допты аяқтың көмегі арқылы итеру. 5. Резеңкениң көмегі арқылы аяқ буындарына күш тісіру. 6. Гимнастикалық орындық үстіне міну және қайта түсу. 7. Велосипеттің көмегі арқылы алға және артқа жүру жаттығулар.	дамытуға арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ бұлшық еттерін толық оңға және солға айналдыру. 2. Аяқ бұлшық еттерін алға созу және қайта жинау жаттығулар. 3. Етбеттен жатқан қалыпта аяқ бұлшық етін босату. 4. Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта допты аяқтың көмегі арқылы итеру. 5. Резеңкениң көмегі арқылы аяқ буындарына күш тісіру. 6. Гимнастикалық орындық үстіне міну және қайта түсу. 7. Велосипеттің көмегі арқылы алға және артқа жүру жаттығулар.	дамытуға арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ бұлшық еттерін толық оңға және солға айналдыру. 2. Аяқ бұлшық еттерін алға созу және қайта жинау жаттығулар. 3. Етбеттен жатқан қалыпта аяқ бұлшық етін босату. 4. Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта допты аяқтың көмегі арқылы итеру. 5. Резеңкениң көмегі арқылы аяқ буындарына күш тісіру. 6. Гимнастикалық орындық үстіне міну және қайта түсу. 7. Велосипеттің көмегі арқылы алға және артқа жүру жаттығулар.	дамытуға арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ бұлшық еттерін толық оңға және солға айналдыру. 2. Аяқ бұлшық еттерін алға созу және қайта жинау жаттығулар. 3. Етбеттен жатқан қалыпта аяқ бұлшық етін босату. 4. Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта допты аяқтың көмегі арқылы итеру. 5. Резеңкениң көмегі арқылы аяқ буындарына күш тісіру. 6. Гимнастикалық орындық үстіне міну және қайта түсу. 7. Велосипеттің көмегі арқылы алға және артқа жүру жаттығулар.	дамытуға арналған жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1. Аяқ бұлшық еттерін толық оңға және солға айналдыру. 2. Аяқ бұлшық еттерін алға созу және қайта жинау жаттығулар. 3. Етбеттен жатқан қалыпта аяқ бұлшық етін босату. 4. Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта допты аяқтың көмегі арқылы итеру. 5. Резеңкениң көмегі арқылы аяқ буындарына күш тісіру. 6. Гимнастикалық орындық үстіне міну және қайта түсу. 7. Велосипеттің көмегі арқылы алға және артқа жүру жаттығулар.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.

Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль
----------------------------------	--	--	---	--	--

2023-2024 жж. 20–24 Мамыр аралығындағы емдік дене шынықтыру жетекшісі М.Б.Аманшиннің жұмыс циклограммасы

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету				
Таңғы жаттығу	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Айғали Рамазан Базарбай Шадияр Бауыржан Алихан Жайман Ақберген Қуантхан Аянат Сембаева Раяна Тағыжанова Айзере Утегулов Алим «Гүлдер» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.	08.20 – 08.30 Мухамбетов Шамиль Нурлан Сункарбек Тулякова Амина Танатар Әмір-Темір Ескибаев Ильяс Тұрғанбек Төрежан Кабаков Музаффар «Солнышко» тобы. Жалпы дамыту жаттығулары. Тыныс жүйесін қалпына келтіру жаттығулары. Саптық жаттығуларды орындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетіне дайындық	08.35 – 09.00 Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35-09.00 Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.	08.35 – 09.00 Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету жаттығулар тақырыбы бойынша жоспар құру. Әдістемені, керекті көрнекіліктерді дайындау.
Ұйымдастыру іс-әрекетін өткізу	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету	09.00 – 11.00 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету	09.00 – 11.00 «Гүлдер» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету	9.30 – 09.55 «Солнышко» тобы Білім саласы: Денсаулық Бөлімі: Емдік дене шынықтыру Тақырыбы: Сауықтыру гимнастикасы. Дұрыс тыныс алуды үйрету

	жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.	жаттығулар Бағдарламалық мазмұны: Жаттығуды нұсқаушының көмегі арқылы орындауды үйрену. 1.Гимнастикалық төсеніште оттырған қалыпта басымызды оңға және солға айналдыру,еңкейту жаттығулар. 2.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта саусақ,білек,шынтак,иық буындарына арналған жаттығулар. 3.Гимнастикалық таяқшаның және доптың көмегі арқылы бел буындарына арналған жаттығулар. 4.Гимнастикалық төсеніште жатқан қалыпта жамбас,тізе,тобық буындарына арналған жаттығулар. 5.Тыныс алу жаттығулар: демді терең алып,қайта шығару.
Педагогтармен ақыл – кеңес	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру гимнастикасы,дұрыс тыныс алу бойынша кеңес беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерге жалпы дамыту жаттығуларын көрсету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге жаттығулардың қимыл – қозғалысын дұрыс жасалуын үйрету.	11.30-11.45 «Гүлдер» тобы Тәрбиешілерге сауықтыру шараларына дайындық жасауға мүмкіндік беру.	11.30-11.45 «Солнышко» тобы Тәрбиешілерді жаттығу түрлерімен таныстыру.

Ата – анамен жұмыс	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен сауықтыру гимнастикасының мағыздылығы, жеңіл жаттығуларды үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Гүлдер» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Каракулова Фарида Битимбаева Гульдана Саттықова Күнсұлу Шопанова Куркем	11.45-12.00 «Солнышко» тобы ата-аналарымен аяқ және қолға арналған жаттығулардың жеңіл түрлерін үй жағдайында қайталауға кеңес беру. Мухамбетова Сәндігуль Дүйсенова Шынар Тулянова Юлдуз Дүйсенова Гүлмат Екибаева Аигуль
--------------------	---	---	--	---	---