Физикалық қасиеттерді дамыту жұмысын жүргізілу жағдайын бақылау

АНЫҚТАМАСЫ

Бақылау нысаны: «Балдырған» ортаңғы топ

Бақылау уақыты:2026 жыл қыркүйек 2 аптасы.

Мақсаты: жұмысының жүргізілу деңгейін анықтау бойынша баланың денсаулығын сақтау мен нығайту, дене шынықтыруға қызығушылығын арттыру, денсаулық сақтау технологиясының пайдаланылуы, қозғалыс біліктерімен дағдыларын қолданылуын қадағалау.

Тобы	**Физикалық қасиеттерді дамыту** **Дене шынықтыру**	**Мерзімі**	**Жауапты**
Ортаңғы топ	**Жалпы дамытушы жаттығулар** Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар,қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен),қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. **Кеудеге арналған жаттығулар:** солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта),аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта), **Аяққа арналған жаттығулар**:аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою, **Негізгіқимылдар:** **Жүру.** Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру; әртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша» тапсырмаларды орындай отырып жүру: қол ұстасып, арқаннан ұстап, заттарды айналып жүру, еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу. **Тепе - теңдікті сақтау.** Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 см), арқан бойымен жүру, тура жолмен, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтайшалардың, қырлы тақтайдың бойымен жүру. **Жүгіру.** Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әртүрлібағытта:тура, шеңбербойымен, «жыланша»белгілібіртапсырмаларды орындауарқылы:тоқтапжүгіру,белгібойыншакөрсетілгенжергедейінөзгертіпқайта тұрудыбіледі.	Тұрақты	Тәрбиеші
Қорытынды	Дене жаттығуларын орындауға қызығушылық танытады, қимылды ойындардың ережелерін орындайды, түрлі		

	тапсырмалар орындап, бір-бірден сапта жүреді, екеуден, үшеуден қатарға қайта тұрады, спорттық ойындармен жаттығулардың бастапқы техникасын игерген.
Ұсыныс	Балалардың доптармен ойындарын жетілдіру, дене шынықтыру құралдарын, спорттық және қимылды ойындар үшін атрибуттарды пайдалануға ынталандыру. Балаларды педагогпен бірге жаттығу орындауға, қимылды ойындарға қатысуға ынталандыру. Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігіүшінжағдайжасау.

«Ақ ниет» балабақшасы меңгерушісі: 

Н.Д.Джубаниязова

Физикалық қасиеттерді дамыту жұмысын жүргізілу жағдайын бақылау

АНЫҚТАМАСЫ

Бақылаунысаны:«Балбұлақ» ересек тобы

Бақылаууақыты:2026 жыл қазан 1 аптасы.

Мақсаты: ересек топта жұмысының жүргізілу деңгейін анықтау бойынша баланың денсаулығын сақтау мен нығайту, денешынықтыруға қызығушылығын арттыру, денсаулық сақтау технологиясының пайдаланылуы, қозғалыс біліктерімен дағдыларын қолданылуын қадағалау.

Тобы	**Физикалыққасиеттердідамыту**	**Мерзімі**	**Жауапты**
	Дене шынықтыру		
Ересек тобы	Жалпы дамыту жаттығулар орындады, яғни қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру, тұрған қалыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп қолдарын айналдыра қимылдаудыорындау.Оңға,солғаиілу,еңкейю,шалқаю; қолдың ұшын аяқтың ұшына жеткізу. Отырған және тізерлеп тұрған күйде допты өз айналасында домалатуды біледі. Негізгі қимылдар яғни жүру, жүгіру,секіру, домалату, қағып алу, лақтыру, еңбектеу, өрмелеу, тепе-теңдікті сақтау,сапқа тұру,сапқа құрылымын өзгертіп қайта тұруды біледі.Музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқында таныс дене жаттығуларын орындай алады. Спорттық жатттығулар: шанамен сырғанау, шаңғымен жүру, велосипед самокат тебу, спорттық ойын элементтерін қолдана алады.	Тұрақты	Тәрбиеші
Қорытынды	Дене жаттығуларын орындауға қызығушылық танытады, қимылды ойындардың ережелерін орындайды, түрлі тапсырмалар орындап, бір-бірден сапта жүреді,екеуден,үшеуден қатарға қайта тұрады, спорттық ойындармен жаттығулардың бастапқы техникасын игерген.		
Ұсыныс	Балалардың доптармен ойындарын жетілдіру, дене шынықтыру құралдарын, спорттық және қимылды ойындар үшін атрибуттарды пайдалануға ынталандыру. Балаларды педагогпен бірге жаттығу орындауға, қимылды ойындарға қатысуға ынталандыру. Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігі үшін жағдай жасау.		

«Ақ ниет» балабақшасы меңгерушісі: Н.Д.Джубаниязова