

Физикалық қасиеттерді дамыту жұмысын жүргізілу жағдайын бақылау

АНЫҚТАМАСЫ

Бақылаунысаны: «Ақ көгершін» ортаңғы топ

Бақылауақыты: 2025 жыл қазан 2 аптасы аралығы.

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	Мерзімі	Жауапты
	Дене шынықтыру		
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, Негізгі қимылдар: 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, әртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша» белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге дейін өзгертіп қайта тұруды біледі.	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.

«Ақниет+» жеке бөбекжай- балабақшасының меңгерушісі:



Г.С.Абдрахманова

АНЫҚТАМАСЫ

Бақылауақыты: 2025 жыл қазан 2 аптасы аралығы.

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	Физикалыққасиеттерді дамыту	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 қимылдауды орындау. Оңға, солға иілу, 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 жаттығулар: 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.		

«Ақниет+» жеке бөбекжай- балабақшасының меңгерушісі:

Г.С.Абдрахманова



Физикалық қасиеттерді дамыту жұмысын жүргізілу жағдайын бақылау

АНЫҚТАМАСЫ

Бақылау нысаны: «Ақбота» кіші тобы
Бақылау уақыты: 2025 жыл қазан айының 2-аптасы.

Мақсаты: Кіші топта дене шынықтыру жұмысының жүргізілу деңгейін анықтау, балалардың денсаулығын сақтау және нығайту, қимыл-қозғалыс белсенділігін арттыру, негізгі қимыл дағдыларының қалыптасуын бақылау.

Тобы	Физикалық қасиеттерді дамыту (Дене шынықтыру)	Мерзімі	Жауапты
Кіші топ	Ұйымдастырылған дене шынықтыру оқу қызметі жас ерекшелігіне сай жоспарланған. Балалар жалпы дамытушы жаттығуларды тәрбиешімен бірге орындайды. Қол, аяқ, дене бұлшықеттерін дамытуға арналған қарапайым жаттығуларды қызығушылықпен орындайды. Жүру, жүгіру, секіру, еңбектеу, тепе-теңдікті сақтау, допты домалату, лақтыру және қағып алу дағдылары қалыптасуда. Қимылды ойындарға белсенді қатысып, ойын ережелерін сақтауға үйренеді. Спорттық құралдарды қауіпсіз пайдалануға дағдыланады. Серуен кезінде қимыл-қозғалыс белсенділігі ұйымдастырылып, таза ауада ойындар өткізіледі. Балалардың мәдени-гигиеналық дағдылары қалыптастырылып, қол жуу, ұқыпты тамақтану, өзіне-өзі қызмет көрсету әрекеттері күнделікті бекітіледі. Салауатты өмір салты туралы қарапайым түсініктері қалыптасуда.	Тұрақты	Топ тәрбиешілері

Қорытынды	Бақылау барысында балалардың дене шынықтыру оқу қызметіне қызығушылықпен қатысатыны анықталды. Балалар негізгі қимыл-қозғалыс әрекеттерін (жүру, жүгіру, секіру, еңбектеу, лақтыру, домалату) жас ерекшеліктеріне сәйкес орындайды. Қимылды ойындарға белсенді қатысып, қарапайым ойын ережелерін сақтауға дағдыланған. Мәдени-гигиеналық дағдылары қалыптасып келеді, өзіне-өзі қызмет көрсету әрекеттерін тәрбиешінің көмегімен орындайды. Жалпы физикалық қасиеттерін дамыту жұмыстары жүйелі жүргізілуде және балалардың жас ерекшеліктеріне сәйкес келеді.
Ұсыныс	негізгі қимыл-қозғалыс дағдыларын (жүру, жүгіру, секіру, еңбектеу) күнделікті жаттықтыру; доппен орындалатын қарапайым ойындар мен жаттығуларды көбейту; қимылды ойындар арқылы балалардың ептілігін, шапшаңдығын және тепе-теңдік сақтау қабілетін дамыту; таза ауадағы қимыл-қозғалыс белсенділігін жүйелі ұйымдастыру; денсаулық сақтау технологияларын күнделікті қолдануды жалғастыру; мәдени-гигиеналық дағдыларды және өзіне-өзі қызмет көрсету әрекеттерін тұрақты бекіту; балалардың дене шынықтыруға деген қызығушылығын ойын түрінде арттыру.

«Ақниет+» жеке бөбекжай- балабақшасының меңгерушісі:



Г.С.Абдрахманова