

Білім беру ұйымы: Шығыс Қазақстан облысы білім басқармасы Өскемен қаласы бойынша білім бөлімінің №6 «Күншуақ» балабақша бөбекжайы КМҚК

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Шакаримова Л

Жоспардың құрылу кезеңі: 05 қыркүйек – 09

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 05.09.2022	Сейсенбі 06.09.2022	Сәрсенбі 07.09.2022	Бейсенбі 08.09.2022	Жұма 09.09.2022
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау				
Орта топ «Балдәурен»	08.20- 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ № 1 КЕШЕН (таяқшамен, әуенмен) <i>Кіріспе бөлімі:</i> Бірінің артынан бірі санқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру. Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүру. аяқтың ішімен жүру. Шеңбер бойымен жасай жүру. Шеңбер бойымен тұру. (таяқшаны үстел үстінен бір- бірден алу) <i>Негізгі бөлім:</i> Б.қ.: «Мысық оялды» 1. Аяқтары алысқа қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу. әр керілген сайын «м-я-у» деп айту. /6 рет қайталау./ Б. қ.: «Кілем қазу» 2. Аяқтары алысқа қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қазу» созу қимылын жасау «тук-тук-тук»- деп айту. /6 рет қайталау./ 3. Аяқты алысқа қоямыз, таяқша төменде қолдарымен ұстау, оңға, солға бұрылу. /6 рет қайталау./ Б.қ.: «Дәл тигіз» 4. Аяқтары алысқа қойылған, таяқшаны кеуденің тұсында. Бүгілген оң аяқты көтеру, тізені таяқшаға тигізу. Арқаны түзу ұстау. Сол жасақпен дәл солай қайталау. /6 рет / Б.қ.: «Қоңілді таяқша» Терең тыныс алып, демді шығару. Бастанқы қалыпқа келу. <i>Қорытынды:</i> Маршпен шеңбер бойы жүру. Еркін жүру. (таяқшаны үстел үстіне қою) Қолды жасаңа созып, аяқтың ұшымен жүру.				
Орта топ «Балапан»						
Орта топ «Айналайын»						
Ересек топ «Сәулетай»						
Ересек топ «Ақжелкен»						
Ересек топ «Балдырған»						
Ересек топ «Ертөстік»						

ересек топ «Балауса»						
Мектепалды даярлық топ «Балбөбек»						
	8.45.- 9.00	Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау				
Ұйымдастыр ылған іс- әрекет	8.45 - 11.45	<u>9:20 – 9:35</u> «Балапан» орта топ «Көлденең қойылған нысанаға лақтыру» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Оң және сол қолмен көлденең қойылған нысанаға лақтыруға жаттықтыру. Көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту, нысанаға тигізуге үйрету. Бір-бірлеп тізбекте; бір орыннан ұзындыққа секіруді жетілдіру. Еркін ойын: «Мені қуып жет!» Күтілетін нәтиже: оң және сол қолмен көлденең тұрған нысанаға лақтыруды біледі.	<u>9:20 – 9:35</u> «Балдәурен» орта топ «Бір орыннан ұзындаққа секіру». Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Бір орыннан ұзындыққа секіруге жаттықтыру. Тепе- теңдікті сақтау және бағдарлай білу біліктерін дамыту. Еңбектеуге және арқан немесе гимнастикалық қабырғада өрмелеуге үйрету; гимнастикалық орындық үстінде жүруді бекіту. Еркін ойын: «Мысық пен торғайлар». Күтілетін нәтиже: бір орыннан ұзындыққа секіруді біледі.	<u>9:20 – 9:35</u> «Айналайын» орта топ «Дога» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: ұзындыққа бір орында тұрып, аяқпен неғұрлым күшті серпіле секіруге үйрету. Шектелген алаңмен тепе-теңдік сақтай жүруді бекіту. Сап-тізбекке бойына қарай тұру. Дене түзілісінің дұрыс қалыптасуын қадағалау. Аяқ бұлшықеттерін дамыту, музыка ырғағына сәйкес табиғи, еркін қимыл жасауға талпындыру. Еркін ойын:	<u>9:40– 9:55</u> «Балдәурен» орта топ «Орында тұрып ұзындыққа секіру». Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Орында тұрып ұзындыққа секіруге үйрету. Балаларға көшеде ойнауға болатын бірнеше қимыл- қозғалыс ойындарын үйрету. Допты жоғары лақтыруға және қағып алуға жаттықтыру. Еркін ойын: «Төбеге қапшық қойып жүру». Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды	<u>9:50 – 10:05</u> «Балапан» орта топ «Дога» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: ұзындыққа бір орында тұрып, аяқпен неғұрлым күшті серпіле секіруге үйрету. Шектелген алаңмен тепе-теңдік сақтай жүруді бекіту. Сап- тізбекке бойына қарай тұру. Дене түзілісінің дұрыс қалыптасуын қадағалау. Аяқ бұлшықеттерін дамыту, музыка ырғағына сәйкес жасауға талпындыру. Еркін ойын:
		<u>10:50 –11:05</u>	<u>9:40 – 9:55</u>			

	«Балдәурен» орта топ «Колденең қойылған нысанаға лақтыру» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Оң және сол қолмен колденең қойылған нысанаға лақтыруға жаттықтыру. Көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту, нысанаға тигізуге үйрету. Бір-бірімен тізбекте; бір орыннан ұзындыққа секіруді жетілдіру. Еркін ойын: «Мені қуып жет!» Күтілетін нәтиже: оң және сол қолмен колденең тұрған нысанаға лақтыруды біледі. <u>9:40 – 9:55</u> «Балауса» ересек топ «Алысқа лақтыр» Текшемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: 3-4 м қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыруды, қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өтуді жаттықтыру. Еркін ойын: «Алысқа	«Айналайын» орта топ «Бір орыннан ұзындаққа секіру». Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Бір орыннан ұзындыққа секіруге жаттықтыру. Тепе-теңдікті сақтау және бағдарлай білу біліктерін дамыту. Еңбектеуге және арқан немесе гимнастикалық қабырғада өрмелеуге үйрету; гимнастикалық орындық үстінде жүруді бекіту. Еркін ойын: «Мысық пен торғайлар». Күтілетін нәтиже: бір орыннан ұзындыққа секіруді біледі.	«Бермеймін».. Күтілетін нәтиже: біртіндеп доғаға тимей, 3 доғаның астынан еңбектеп өте алады. <u>9:40 – 9:55</u> «Балапан» орта топ «Доға» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: ұзындыққа бір орында тұрып, аяқпен неғұрлым күшті серпіле секіруге үйрету. Шектелген алаңмен тепе-теңдік сақтай жүруді бекіту. Сап-тізбекке бойына қарай тұру. Дене түзілісінің дұрыс қалыптасуын қадағалау. Аяқ бұлшықеттерін дамыту, музыка ырғағына сәйкес табиғи, еркін қимыл жасауға талпындыру. Еркін ойын: «Бермеймін».. Күтілетін нәтиже: біртіндеп доғаға тимей, 3 доғаның астынан еңбектеп өте алады.	<u>9:20–9:35</u> «Балауса» ересек топ «Алысқа лақтыр» Текшемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: 3-4 м қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыруды, қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өтуді жаттықтыру. Еркін ойын: «Алысқа лақтыр». Күтілетін нәтиже: Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өтуді игерді. <u>10:00–10:20</u> «Сәулетай» ересек топ «Алысқа лақтыр» Текшемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: 3-4 м қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыруды, қырынан қойылған сатының	«Бермеймін».. Күтілетін нәтиже: біртіндеп доғаға тимей, 3 доғаның астынан еңбектеп өте алады. <u>10:10 – 10:25</u> «Айналайын» орта топ «Доға» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: ұзындыққа бір орында тұрып, аяқпен неғұрлым күшті серпіле секіруге үйрету. Шектелген алаңмен тепе-теңдік сақтай жүруді бекіту. Сап-тізбекке бойына қарай тұру. Дене түзілісінің дұрыс қалыптасуын қадағалау. Аяқ бұлшықеттерін дамыту, музыка ырғағына сәйкес табиғи, еркін қимыл жасауға талпындыру. Еркін ойын: «Бермеймін».. Күтілетін нәтиже: біртіндеп доғаға тимей, 3 доғаның астынан еңбектеп өте алады.
--	--	---	---	--	---

	лақтыр». Күтілетін нәтиже:Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өтуді игерді. <u>10:00 – 10:20</u> «Ақжелкен» ересек топ «Допты сақинаға сал» Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Тепе-теңдік сақтай еңкейтілген тақтай үстімен аяқты-аяққа тақап қойып жүруді; допты бір-біріне қос қолымен бастан асыра лақтыруды үйрету. Еркін ойын: «Допты сақинаға сал». Күтілетін нәтиже: Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығуларын меңгерді.			тақтайшалары арасынан еңбектеп өтуді жаттықтыру. Еркін ойын: «Алысқа лақтыр». Күтілетін нәтиже:Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өтуді игерді.	<u>9:20 – 9:45</u> «Ақжелкен» ересек топ «Алысқа лақтыр» Текшемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: 3-4 м қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыруды, қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өтуді жаттықтыру. Еркін ойын: «Алысқа лақтыр». Күтілетін нәтиже:Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өтуді игерді.
	<u>11:05 – 11:30</u> «Балбөбек» мектепалды даярлық топ «Доп» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Жүгіріп жүріп түрлі	<u>9:40-9:55</u> «Балауса» ересек топ «Дорба» Текшемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстімен жүріп, допты оң, сол жаққа жерге соға, қос қолмен қағып ала	<u>10:00-10:20</u> «Сәудетай» ересек топ «Алысқа лақтыр» Текшемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: 3-4 м	<u>10:25-10:45</u> «Еростік» ересек топ «Алысқа лақтыр» Текшемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: 3-4 м	<u>10:30 – 10:50</u> «Балдырған» ересек топ «Алысқа лақтыр» Текшемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: 3-4 м

		тапсырмаларды орындауға; құм толтырылған дорбашаны көлбеу қойылған шығыршық ішіне лақтыруды үйрету. Еркін ойын: «Аңшы мен қоян». Күтілетін нәтиже: Жүгіріп жүріп түрлі тапсырмаларды орындалады. <u>10:25 – 10:45</u> «Балдырған» ересек топ «Алысқа лақтыр» Текшемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: 3-4 м қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыруды, қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өтуді жаттықтыру. Еркін ойын: «Алысқа лақтыр». Күтілетін нәтиже: Қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өтуді игерді	жүруді; бір қолмен дорбашаны төменнен шығыршық ішіне лақтыруды үйрету. Еркін ойын: «Алысқа лақтыр». Күтілетін нәтиже: Бір қолмен дорбашаны төменнен шығыршық ішіне лақтыруды игерді. <u>10:45-11:05</u> «Ертөстік» ересек топ «Дорба» Текшемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстімен жүріп, допты оң, сол жаққа жерге соға, қос қолмен қағып ала жүруді; бір қолмен дорбашаны төменнен шығыршық ішіне лақтыруды үйрету. Еркін ойын: «Алысқа лақтыр». Күтілетін нәтиже: Бір қолмен дорбашаны төменнен шығыршық ішіне лақтыруды игерді.	қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыруды, қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өтуді жаттықтыру. Еркін ойын: «Алысқа лақтыр». Күтілетін нәтиже: Қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өтуді игерді.	қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыруды, қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өтуді жаттықтыру. Еркін ойын: «Алысқа лақтыр». Күтілетін нәтиже: Қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өтуді игерді.	қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыруды, қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өтуді жаттықтыру. Еркін ойын: «Алысқа лақтыр». Күтілетін нәтиже: Қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өтуді игерді. <u>10:30 – 10:50</u> «Балдырған» ересек топ «Алысқа лақтыр» Текшемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: 3-4 м қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыруды, қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өтуді жаттықтыру. Еркін ойын: «Алысқа лақтыр». Күтілетін нәтиже: Қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өтуді игерді.
--	--	---	--	--	--	--

		<u>11:05 – 11:30</u> «Балбобек» мектепалды даярлық топ «Алысқа лақтыр» Текшемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: 3-4 м қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыруды, қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өтуді жаттықтыру. Еркін ойын: «Алысқа лақтыр». Күтілетін нәтиже: Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өтуді игерді. <u>10:00 – 10:20</u> «Ақжелкен» ересек топ «Алысқа лақтыр» Текшемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: 3-4 м қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыруды, қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өтуді жаттықтыру.	<u>10:50 – 11:15</u> «Балбобек» мектепалды даярлық топ «Алып көр!». Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Бір орында табанмен тіреліп, арқанды асыла ұстап тұруды; гимнастикалық орындықта отырып, башпайларды бүгіп-жазып, «жұлдызкұрт» жаттығуын орындауды; табанмен қысқа таяқты алдығы, артқа домалатуды үйрету. Еркін ойын: «Алып көр!». Күтілетін нәтиже: Бір орында табанмен тіреліп, арқанды асыла ұстап тұруды біледі..			

		Еркін ойын: «Алысқа лақтыр». Күтілетін нәтиже: Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өтуді игерді				
Серуенді бақылау	11.50-12.10	Серуен кезінде балалардың қозғалыс белсенділігін бақылау, қимыл қозғалыс ойындарын бекіту Негізгі қимылдарды дамыту бойынша жаңадан келген және белсенді емес балалармен жеке жұмыс				
Залда өзіндік жұмыстар	12.15-13.00	Жабдықтарды жинау, желдету, іс-әрекетке дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық. Ата-аналар бұрышына ақпарат дайындау, балалардың мемлекеттік стандартты меңгеру мониторингін дайындау				

Тексерді Кайышева Ресми
05. 09. 2022 г.

Тәрбиелеу – білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Шығыс Қазақстан облысы білім басқармасы Өскемен қаласы бойынша білім бөлімінің №6 «Күншуақ» балабақша бөбекжайы КМҚК

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Шакаримова Л

Жоспардың құрылу кезеңі: 12- 16

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 12.09.2022	Сейсенбі 13.09.2022	Сәрсенбі 14.09.2022	Бейсенбі 15.09.2022	Жұма 16.09.2022
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау				