

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

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кайсенова А.К

Жоспардың құрылу кезеңі: 13 - 17 қараша

| Күн тәртібі                           | Уақыты          | Дүйсенбі<br>13.11.2023 жыл                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Сейсенбі<br>14.11. 2023 жыл | Сәрсенбі<br>15.11. 2023 жыл | Бейсенбі<br>16.11. 2023 жыл | Жұма<br>17.11.2023жыл |
|---------------------------------------|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------|
| Таңғы жаттығуға дайындық              | 8.00            | Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                             |                             |                             |                       |
| «Балдәурен» ортаңғы топ               | 08.20-<br>08.45 | <p style="text-align: center;"><b>ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ</b><br/> <b>№ I КЕШЕН (Жалаушамен, барабанмен)</b></p> <p style="text-align: center;"><i>Кіріспе бөлімі:</i><br/> <i>Бірінің артынан бірі санқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру.</i><br/> <i>«Үйректің балапаны» - кеудені алға қарай еңкейте отырып жүру.</i><br/> <i>«Түйеқұс» - тізені жоғары көтере жүру.</i><br/> <i>Шеңбер бойымен жай жүру .</i><br/> <i>Шеңбер бойымен тұру. /шеңберге тұрарда себеттен бір орамалдан алу/</i><br/> <i>Негізгі бөлім:</i><br/> <i>Б.қ.: «Көбелек ұшты»</i><br/> <i>1. Аяқтар алиақ қойылған, орамал бүйірде. басты оңнан – солға, солдан - оңға қарай айналдыру. /6 рет /</i><br/> <i>Б. қ.: «Көңілді орамал»</i><br/> <i>2. Аяқ иық көлемінде, орамал иықта, иықты артқа –алдыға, төмен –жоғары қозғау. /6 рет қайталау/</i><br/> <i>Б.қ.: «Ғажайып кемпірқосақ»</i><br/> <i>3.Аяқтар алиақ қойылған, орамал белде. орамалды оң - сол жаққа қисайту, әр иілген сайын «ғажайып» деп айту. / 6 рет қайталау./</i><br/> <i>Б.қ.: «Шапалақ»</i><br/> <i>4. Аяқтарын алиақ қою, орамалды жанға созып, жоғары көтеріп алақан-ды соғу. «Шапалақ»- деп айту. /6 рет/</i><br/> <i>Қорытынды:</i><br/> <i>Маршпен шеңбер бойы жүру. /орамалды себетке салу/</i><br/> <i>Адымдап жүру. «Достар» - жұптасып жүзгіру.</i> </p> |                             |                             |                             |                       |
| «Балапан» ортаңғы топ                 |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                             |                             |                             |                       |
| «Ертөстік» ересек топ                 |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                             |                             |                             |                       |
| «Сәулетай» ересек топ                 |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                             |                             |                             |                       |
| «Балбөбек» мектепалды даярлық топ     |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                             |                             |                             |                       |
| Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық. | 8.45.-<br>9.00  | Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                             |                             |                             |                       |

|                                      |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Ұйымдастырылған<br/>іс-әрекет</p> | <p>8.45 -<br/>11.45</p> | <p><u>9:00 – 10:15</u><br/>«Балдәурен» ортаңғы тобы<br/>«Педагогтің белгісімен жүру және жүгіруге».</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулары (затсыз орындау). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.</p> <p>Мақсаты:<br/>Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап жүруге және жүгіруге үйрету. Лақтыру күшін және көзбен мөлшерлей білуді дамыту. Көлденең тұрған нысанаға қапшықтарды лақтыруға жаттықтыру; заттар арасымен ендектеп жүруге жаттықтыру.</p> <p>Еркін ойын: «Секіріп айналу!»</p> <p>Күтілетін нәтиже: көлденең қойылған нысанаға қапшықтарды лақтыруды біледі.</p> <p><u>11:10–11:35</u><br/>«Балбобек» мектепалды даярлық топ</p> | <p><u>9:00–9:40 «Сәулетай»</u><br/>ересек тобы<br/>«Гимнастикалық орындық»<br/>Таспамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.</p> <p>Мақсаты:<br/>Гимнастикалық орындық үстінде арасы екі қадам алыс қойылған доптардан аттап жүру. Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа ауысып, секіруді үйрету. Тепе-теңдік және ептілік дағдыларын дамыту.</p> <p>Еркін ойын: «Төмпекшіктен-төмпекшікке».</p> <p>Күтілетін нәтиже:<br/>Гимнастикалық орындық үстінде доптардан аттап жүре алады.</p> <p><u>10:15–10:55 «Ертөстік»</u><br/>ересек тобы<br/>«Дорба»</p> <p>Таспамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.</p> <p>Мақсаты: Балаларды</p> | <p><u>9:25– 9:15</u><br/>«Балдәурен» ортаңғы тобы<br/>«Аттап отыру жүру мен жүгіруге жаттықтыру».</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулары (затсыз орындау). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.</p> <p>Мақсаты: Үй жанаулармен таныстыру. Шапшаңдық және ептілік тәрзді қасиеттерді дамыту. Басына қапшықты қойып, жерде созылып жатқан жіптің үстімен қолды әртүрлі ұстап жүруге жаттықтыру.</p> <p>Еркін ойын: «Реттілік және ретсіздік».</p> <p>Күтілетін нәтиже: шашырап жұптасып жүру мен жүгіре алады.</p> <p><u>9:45– 10:00</u><br/>«Балапан» ортаңғы тобы«Аттаракцион</p> |  | <p><u>9:00 – 9:15</u><br/>«Балапан» ортаңғы тобы<br/>«Аттаракционда р».</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулары (затсыз орындау ). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар</p> <p>Мақсаты: Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Ойын ережелерін сақтауға үйрету.</p> <p>Еркін ойын: «Реттілік және ретсіздік».</p> <p>Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды.</p> <p><u>9:20 – 9:35</u><br/>«Балдәурен» ортаңғы тобы<br/>«Аттап отыру жүру мен жүгіруге жаттықтыру».</p> <p>Жалпы дамытушы</p> |
|--------------------------------------|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <p>«Гимнастикалық орындық»<br/>Таспамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары.<br/><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.</b><br/><b>Мақсаты:</b> Гимнастикалық орындық үстінде арасы екі қадам алыс қойылған доптардан аттап жүру. Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа ауысып, секіруді үйрету. Тепе-теңдік және ептілік дағдыларын дамыту.<br/><b>Еркін ойын:</b> «Төмпекшіктен-төмпекшікке».<br/><b>Күтілетін нәтиже:</b> Гимнастикалық орындық үстінде доптардан аттап жүре алады.</p> | <p>қол ұстасып шеңбер бойы жүруге, жүгіруге жаттықтыру.<br/>Дорбашаны тік нысанаға иықтан асыра оң және сол қолмен лақтыруды, қарынмен арқаға құм қапшықша қойып еңбектеуді үйрету.<br/><b>Еркін ойын:</b> «Лақтыр, қағыпал!».<br/><b>Күтілетін нәтиже:</b> Дорбашаны тік нысанаға иықтан асыра оң және сол қолмен лақтыруды біледі.</p> <p><u>10:00– 10:15</u><br/>«Балдәурен» ортаңғы тобы«Аттракциондар»</p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулары (затсыз орындау ).</b><br/><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар</b><br/><b>Мақсаты:</b> Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Ойын ережелерін сақтауға үйрету.<br/><b>Еркін ойын:</b> «Реттілік және ретсіздік».<br/><b>Күтілетін нәтиже:</b> ойынның шарттарын сақтайды.</p> | <p>дар».</p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулары (затсыз орындау ).</b><br/><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар</b><br/><b>Мақсаты:</b> Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Ойын ережелерін сақтауға үйрету.<br/><b>Еркін ойын:</b> «Реттілік және ретсіздік».<br/><b>Күтілетін нәтиже:</b> ойынның шарттарын сақтайды.</p> <p><u>09:50–10:10</u><br/>«Сәулетай» ересек тобы<br/>«Гимнастикалық орындық»<br/><b>Таспамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары.</b><br/><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.</b><br/><b>Мақсаты:</b> Гимнастикалық орындық үстінде</p> | <p><b>жаттығулары (затсыз орындау).</b><br/><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.</b><br/><b>Мақсаты:</b> Үй жанаулармен таныстыру. Шапшандық және ептілік тәрізді қасиеттерді дамыту. Басына қапшықты қойып, жерде созылып жатқан жіптің үстімен қолды әртүрлі ұстап жүруге жаттықтыру.<br/><b>Еркін ойын:</b> «Реттілік және ретсіздік».<br/><b>Күтілетін нәтиже:</b> шашырап жұптасып жүру мен жүгіре алады.</p> |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |
|--|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  |  |  |  | <p>арасы екі қадам алыс қойылған доптардан аттап жүру. Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа ауысып, секіруді үйрету. Тепе-теңдік және ептілік дағдыларын дамыту.</p> <p><b>Еркін ойын:</b><br/>«Төмpekшіктен-төмpekшікке».</p> <p><b>Күтілетін нәтиже:</b><br/>Гимнастикалық орындық үстінде доптардан аттап жүре алады.</p> <p><b><u>10:15–10:35</u></b><br/>«Ертөстік» ересек тобы «Гимнастикалық орындық»</p> <p><b>Таспамен</b><br/>орындалатын жалпы дамыту жаттығулары.<br/><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b><br/>Гимнастикалық орындық үстінде арасы екі қадам алыс қойылған доптардан аттап жүру. Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа ауысып, секіруді үйрету. Тепе-теңдік және ептілік дағдыларын</p> |  |  |
|--|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

|  |  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  |
|--|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  |  |  |  | <p>дамыту.<br/> <b>Еркін ойын:</b><br/> «Төмpekшіктен-төмpekшікке».<br/> <b>Күтілетін нәтиже:</b><br/> Гимнастикалық орындық үстінде доптардан аттап жүре алады.</p> <p><u>10:40–11:05</u><br/> «Балбөбек» мектепалды даярлық топ «Гимнастикалық орындық» Таспамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары.<br/> Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.<br/> <b>Мақсаты:</b><br/> Гимнастикалық орындық үстінде арасы екі қадам алыс қойылған доптардан аттап жүру. Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа ауысып, секіруді үйрету.<br/> Тепе-теңдік және ептілік дағдыларын дамыту.<br/> <b>Еркін ойын:</b><br/> «Төмpekшіктен-төмpekшікке».<br/> <b>Күтілетін нәтиже:</b></p> |  |  |
|--|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

|                                                     |              |                                                                                                                                                                                                                        |                                   |                                                           |                                                   |                                                   |
|-----------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
|                                                     |              |                                                                                                                                                                                                                        |                                   | Гимнастикалық орындық үстінде доптардан аттап жүре алады. |                                                   |                                                   |
| Серуенді бақылау                                    | 11.50-12.10  | Серуен кезінде балалардың қозғалыс белсенділігін бақылау, қимыл қозғалыс ойындарын бекіту<br>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 |                                   |                                                           |                                                   |                                                   |
| Өзін-өзі жетілдіру бойынша жұмыс<br>Жоспармен жұмыс | 14.00.-17.00 | Құжаттармен жұмыс, жоспар мен циклограмманы жазу.                                                                                                                                                                      | Электрондық портфолионы толықтыру | Құжаттармен жұмыс, жоспар мен циклограмманы жазу.         | Құжаттармен жұмыс, жоспар мен циклограмманы жазу. | Құжаттармен жұмыс, жоспар мен циклограмманы жазу. |

Тексерілді Кайишикова *Кайишикова*  
13.11.2023 г.