

Тәрбиелеу – білім беру процесінің циклограммасы
Физикалық қасиеттерді дамыту: Дене шынықтыру пұсқаушысы

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

Жоспардың құрылу кезеңі: 14- 18 қараша 2022 жыл

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 14.11. 2022 жыл	Сейсенбі 15.11. 2022 жыл	Сәрсенбі 16.11. 2022 жыл	Бейсенбі 17.11. 2022 жыл	Жұма 18.11.2022 жыл
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау				
Орта топ «Балдәурен»	08.20- 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ № 2 КЕШЕН (Доппен, әуенмен) Кіріспе бөлімі: <i>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</i> <i>Қол бүйірде, аяқтың ұшымен шеңбер бойымен жүру.</i> <i>Қол бүйірде, өкшемен жүру.</i> <i>Шеңбер бойымен жеңіл жүгіру.</i> <i>Тізені жозғары көтере, қолды жан-жаққа сермей жүру.</i> <i>Шеңбер бойымен еркін жүру.</i> <i>1 сапқа тұру. / сапқа тұрарда себеттен бір доп алу/</i> <i>1саптан 4 лекке (колонна) тұру.</i> <i>Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</i> Негізгі бөлім: Б.қ.: «Жозғары –төмен» <i>1. Аяқтары алшақ қойылған, доп қолда. Допты жозғары көтеріп, төбеге қарау«жозғарыда» деп айту. Допты төмен түсіріп, жерге қарау «төменде» деп айту. /6 рет қайталау./</i> Б.қ.: «Айдаһардың құйрығы» <i>2. Аяқтар алшақ қойылған, доп қолда. Оңнан – солға, солдан-оңға қарай бұрылу, әр бұрылған сайын « көрдім» деп айту. /6 рет қайталау.</i> <i>Тыныс алу жаттығулары: «ұйқыдағы мысық» «п-ы-р, п-ы-р» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару.</i> <i>Бастапқы қалыпқа келу.</i> Қорытынды: <i>4 лектен (колонна) 1 саппен шеңбер бойы жүру.</i> <i>Еркін жүру.(допты себетке қою)</i>				
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»						
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық.	8.45.- 9.00	Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау				
Ұйымдастырылған іс-әрекет	8.45 - 11.45	<u>9:20 – 9:35</u> «Балапан» орта топ «Тепе-теңдікті сақтау» Жалпы дамытушы жаттығулары (доптармен орындау). Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Бір- біріне кеуде тұсынан допты лақтыруды үйрету. Шапшандық және ептілік тәрізді қасиеттерді дамыту. Басына қапшықты қойып, жерде созылып жатқан жіптің үстімен қолды әртүрлі ұстап жүруге жаттықтыру.	<u>9:20 – 9:35</u> «Балдәурен» орта топ «Әжемнің ауылына қонаққа бару» атты спорттық іс-шара». Жалпы дамытушы жаттығулары (доптармен орындау). Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Үй жанаулармен таныстыру. Шапшандық және ептілік тәрізді қасиеттерді дамыту. Басына қапшықты қойып, жерде созылып жатқан жіптің үстімен қолды әртүрлі ұстап жүруге жаттықтыру. Еркін ойын: «Құстар мен жаңбыр».	<u>9:40 – 9:55</u> «Балапан» орта топ «Тепе- теңдікті сақтау». Жалпы дамытушы жаттығулары (доптармен орындау). Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Бір- біріне кеуде тұсынан допты лақтыруды үйрету. Шапшандық және ептілік тәрізді қасиеттерді дамыту. Басына қапшықты қойып, жерде	<u>9:40 – 9:55</u> «Балдәурен» орта топ «Тепе-теңдікті сақтау». Жалпы дамытушы жаттығулары (доптармен орындау). Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Бір- біріне кеуде тұсынан допты лақтыруды үйрету. Шапшандық және ептілік тәрізді қасиеттерді дамыту. Басына қапшықты қойып, жерде созылып	<u>9:50 – 10:05</u> «Балапан» орта топ «Тепе-теңдікті сақтау». Жалпы дамытушы жаттығулары (доптармен орындау). Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Жан- жаққа шашырап жүру және жүгіру түрлерін үйрету. Ептілік және жылдамдық тәрізді қасиеттерді дамыту. Допты бір-біріне домалату дағдыларын бекіту. Еркін ойын: «Торғайлар мен мысық».

	Еркін ойын: «Құстар мен жаңбыр». Күтілетін нәтиже: бір-біріне кеуде тұсынан допты лақтыруды біледі. <u>10:50 – 11:05</u> «Балдәурен» орта топ «Тепе-теңдікті сақтау» Жалпы дамытушы жаттығулары (доптармен орындау). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Бір-біріне кеуде тұсынан допты лақтыруды үйрету. Шапшандық және ептілік тәрізді қасиеттерді дамыту. Басына қапшықты қойып, жерде созылып жатқан жіптің үстімен қолды әртүрлі ұстап жүруге жаттықтыру. Еркін ойын: «Құстар мен жаңбыр». Күтілетін нәтиже: бір-біріне кеуде тұсынан допты лақтыруды біледі.	Күтілетін нәтиже: басына қапшықты қойып, жіп үстімен қолды әртүрлі қалыпта жүру дағдыларын біледі. <u>9:40 – 9:55</u> «Айналайын» орта топ «Әжемнің ауылына қонаққа бару» атты спорттық іс-шара». Жалпы дамытушы жаттығулары (доптармен орындау). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Үй жанаулармен таныстыру. Шапшандық және ептілік тәрізді қасиеттерді дамыту. Басына қапшықты қойып, жерде созылып жатқан жіптің үстімен қолды әртүрлі ұстап жүруге жаттықтыру. Еркін ойын: «Құстар мен жаңбыр». Күтілетін нәтиже: басына қапшықты қойып, жіп үстімен қолды әртүрлі қалыпта жүру дағдыларын біледі.	созылып жатқан жіптің үстімен қолды әртүрлі ұстап жүруге жаттықтыру Еркін ойын: «Құстар мен жаңбыр». Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды. <u>9:20 – 9:35</u> «Айналайын» орта топ «Тепе-теңдікті сақтау». Жалпы дамытушы жаттығулары (доптармен орындау). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Бір-біріне кеуде тұсынан допты лақтыруды үйрету. Шапшандық және ептілік тәрізді қасиеттерді дамыту. Басына қапшықты қойып, жерде созылып жатқан жіптің үстімен қолды әртүрлі	жатқан жіптің үстімен қолды әртүрлі ұстап жүруге жаттықтыру Еркін ойын: «Құстар мен жаңбыр». Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды. <u>9:20 – 9:35</u> «Балауса» ересек топ «Гимнастикалық орындық» Таспамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: 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. Еркін ойын: «Төмпекшіктен-төмпекшікке».	Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын біледі <u>10:10 – 10:25</u> «Айналайын» орта топ «Тепе-теңдікті сақтау». Жалпы дамытушы жаттығулары (доптармен орындау). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Жан-жаққа шашырап жүру және жүгіру түрлерін үйрету. Ептілік және жылдамдық тәрізді қасиеттерді дамыту. Допты бір-біріне домалату дағдыларын бекіту. Еркін ойын: «Торғайлар мен мысық». Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын біледі <u>9:20 – 9:45</u> «Ақжелкен» ересек топ «Гимнастикалық орындық» Таспамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары.
--	---	---	--	---	---

			ұстап жүруге жаттықтыру Еркін ойын: «Құстар мен жаңбыр». Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды.	Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінде доптардан аттап жүре алады.	Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстінде арасы екі қадам алыс қойылған доптардан аттап жүру. Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа ауысып, секіруді үйрету. Тепе-тендік және ептілік дағдыларын дамыту. Еркін ойын: «Төмпекшіктен-төмпекшікке». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінде доптардан аттап жүре алады.
	<u>9:40 – 9:55</u> «Балауса» ересек топ «Гимнастикалық орындық» Таспамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстінде арасы екі қадам алыс қойылған доптардан аттап жүру. Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа ауысып,	<u>9:40–9:55</u> «Балауса» ересек топ «Гимнастикалық орындық» Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Балаларға еденде созылып жатқан арқан үстімен бір бүйірімен адымдап жүру; Гимнастикалық орындық үстімен тепе-тендік сақтап жүруге үйрету.	Гимнастикалық орындық» Таспамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстінде арасы екі қадам алыс қойылған доптардан аттап жүру. Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа ауысып, секіруді үйрету.	<u>10:00–10:20</u> «Сәулетай» ересек топ Гимнастикалық орындық» Таспамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстінде арасы екі қадам алыс қойылған доптардан аттап жүру. Алға қарай	<u>10:30 – 10:50</u> «Балдырған» ересек топ «Гимнастикалық орындық» Таспамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: 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. Еркін ойын: «Төмпекшіктен-төмпекшікке». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінде доптардан аттап жүре алады.	Еркін ойын: «Өрт сөндірушілер». Күтілетін нәтиже: Еденде созылып жатқан арқан үстімен бір бүйірімен адымдап жүруді біледі..	Тепе-теңдік және ептілік дағдыларын дамыту. Еркін ойын: «Төмпекшіктен-төмпекшікке». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінде доптардан аттап жүре алады.	бір аяқтан екінші аяққа ауысып, секіруді үйрету. Тепе-теңдік және ептілік дағдыларын дамыту. Еркін ойын: «Төмпекшіктен-төмпекшікке». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінде доптардан аттап жүре алады.	секіруді үйрету. Тепе-теңдік және ептілік дағдыларын дамыту. Еркін ойын: «Төмпекшіктен-төмпекшікке». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінде доптардан аттап жүре алады.
	11:05 – 11:30 «Балбөбек» мектепалды даярлық топ Құм толтырылған дорбашамен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Балаларға кеуде тұсынан допты екі қолмен лақтыруға, орнында тұрып оң, сол аяқпен кезек-кезек секіру және алға секіруге үйрету. Еркін ойын: «Жұбымен жүгіру» Күтілетін нәтиже: Құм толтырылған дорбашамен	10:45-11:05 «Ертөстік» ересек топ «Гимнастикалық орындық» Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Балаларға еденде созылып жатқан арқан үстімен бір бүйірімен адымдап жүру; Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. Еркін ойын: «Өрт сөндірушілер». Күтілетін нәтиже: Еденде созылып жатқан арқан үстімен бір бүйірімен адымдап жүруді біледі..		10:25-10:45 «Ертөстік» ересек топ «Гимнастикалық орындық» Таспамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: 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.	

	орындалатын жалпы дамыту жаттығуларын біледі. 10:00 – 10:20 «Ақжелкен» ересек топ «Гимнастикалық орындық» Таспамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: 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. Еркін ойын: «Төмпекшіктен-төмпекшікке». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінде доптардан аттап жүре алады. 10:25 – 10:45 «Балдырған» ересек топ «Гимнастикалық орындық» Таспамен орындалатын	10:50 – 11:15 «Балбобек» мектепалды даярлық топ Құм толтырылған дорбашамен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Балаларға кеуде тұсынан допты екі қолмен лақтыруға, орнында тұрып оң, сол аяқпен кезек-кезек секіру және алға секіруге үйрету. Еркін ойын: «Жұбымен жүгіру» Күтілетін нәтиже: Құм толтырылған дорбашамен орындалатын жалпы дамыту жаттығуларын біледі.	Еркін ойын: «Төмпекшіктен-төмпекшікке». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінде доптардан аттап жүре алады.	
--	---	--	--	--

		жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: 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. Еркін ойын: «Төмпекшіктен-төмпекшікке». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінде доптардан аттап жүре алады.				
Серуенді бақылау	11.50-12.10	Серуен кезінде балалардың қозғалыс белсенділігін бақылау, қимыл қозғалыс ойындарын бекіту				
Залда өзіндік жұмыстар	12.15-13.00	Негізгі қимылдарды дамыту бойынша жаңадан келген және белсенді емес балалармен жеке жұмыс				
		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 Кайышев Ресми
14.11.2022