

Тәрбиелеу – білім беру процесінің циклограммасы

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

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Шакаримова Л
Жоспардың құрылу кезеңі: 09- 13 қаңтар

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 09.01.2023 жыл	Сейсенбі 10.01. 2023 жыл	Сәрсенбі 11.01. 2023 жыл	Бейсенбі 12.01. 2023 жыл	Жұма 13.01.2023 жыл
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау				
Орта топ «Балдәурен»	08.20- 08.45	№ 1 КЕШЕН (құралсыз) Кіріспе бөлімі:				
Орта топ «Балапан»		Өзбетімен бір-бірден санға тұру, дене тұлғаларын дұрыс ұстап тұру қалыптарын тексеру; ЖДЖ (жалпы дамыту жаттығу) Н.Н.Ефименканың «Мектепке дейінгі және бастауыш сыныптағы дене тәрбиесі мен денсаулық театры». Щенберге тұру.				
Орта топ «Айналайын»		1.жаттығу: Еденде арқада жату, қол дене бойы. Босансып жату, басты оңға, солға бұру, басты көтеріп алға қарау. Құлағын еденге тигізуге ұмтылу. Еркін демалу. 2.жаттығу: Сол қырымен жату, сол алақаны бастың астында. Оң қолын, оң аяғын көтеру, қайысу. Оң қырымен қайталау. 3.жаттығу: Ишпен жату, қол кеуде астында бұзулі, алақанымен еденге таяну. Қолды жазып басты, кеудені көтеру. 4.жаттығу: Төрт тағандан тұру. Оң қолды көтеріп тыныс аламыз, түсіріп шығарамыз. Сол қолмен қайталаймыз. 5.жаттығу: Төрт тағандан тұру, басты оңға, сосын солға бұру. 6.жаттығу: Суыр болып жүру 7.жаттығу: Бақа секілді секіру				
Ересек топ «Сәулетай»		Балаларды еденде жатып созылуға үйрету; Түрлі қарқында бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру жаттығуларын белгі бойынша орындау. Бір қатармен, шашырап жүгіру. Тыныс алу жаттығу «Сорғыи» - аяқтарын қосып, тік тұрып қолдарын кеуде тұсында ұстау; демін ішке жұтып, сосын кеудесімен жанына қарай еңкею; демін сыртқа шығару, дауыстап (ССССС) деп дыбыс шығарып, қолдарын жылжыту; тік тұрып демін ішке жұтып, екінші жағына дыбыс шығарып еңкейді				
Ересек топ «Ертөстік»		Балалар музыка ырғағымен бірінің артынан бірі шеңбер жасап адымдап жүреді. Қолды жоғары көтеріп аяқтың өкшесімен жүреді, қолды белге қойып аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі жағымен, аяқтың сыртқы жағымен жүреді. Қолды белге қойып тізені жоғары көтеріп жүру, ирелеңдеп жүгіру.				
Ересек топ «Ақжелкен»		1.Б.қ.-негізгі тұрыс, кішкене екі доп ұстап, қолдарын төмен түсіріп тұрады. 1-қолды алға созып, доптарды 3 рет бір-біріне ұру. 2-б.қ. 3-қолдарын жоғары көтеріп, қолдарына қарап, доптарды 1-				

Ересек топ «Балауса»		2-3 деп,бір-біріне ұру.4-б.қ. 2. Б.қ, аяқ арасы сәл ашық,қолды жоғары көтерін тұру.1-оңға иіліп,доптарды 1-2-3 деп,бір-біріне ұру.2-б.қ.3-солға иіліп,доптарды 1-2-3 деп,бір-біріне ұру.4.б.қ. 3. Бастанқы қалып, аяқ арасы ашық,қолда доп. 4.Б.қ. еденге жату, қолда доп,жсатып велосипед тебу,жсатып дем алу. Бастанқы қалып, бірінің артынан бірі адымдап жсұру, жсеңіл жсүгіру. Демді қалыпқа келтіру				
Ересек топ «Балдырған»	8.45.- 9.00	Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау				
	8.45 - 11.45	<u>9:20 – 9:35</u> «Балапан» орта топ «Көкек» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Допты жоғары лақтыру, екі қолмен допты қағып алуға жаттықтыру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Бөрененің үстінде аяқтың ұшымен жүру. Еркін ойын: «Келісу» Күтілетін нәтиже: тік тұрып,аяқты бір-бірінен алшақ	<u>9:20 – 9:35</u> «Балдәурен» орта топ «Қапшықты нысанаға лақтыру» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруға үйрету және көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту. Ұжым болып ойнауға тәрбиелеу. Гимнастикалық	<u>9:40 – 9:55</u> «Балапан» орта топ «Қапшықты нысанаға лақтыру» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруға үйрету және көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту. Ұжым болып ойнауға тәрбиелеу. Гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуге	<u>9:40 – 9:55</u> «Балдәурен» орта топ «Қыздар мен ұлдарға арналған ойындар». Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Балаларды топта физиологиялық ерекшеліктеріне қарай ойнауға үйрету. Баланы көздеген мақсатына жету үшін қалай әрекет етуге үйрету. Қоршаған орта туралы ұғымдарын кеңейту	<u>9:50 – 10:05</u> «Балапан» орта топ «Қыздар мен ұлдарға арналған ойындар». Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Балаларды топта физиологиялық ерекшеліктеріне қарай ойнауға үйрету. Баланы көздеген мақсатына жету үшін қалай

Ересек топ «Балауса»		2-3 деп,бір-біріне ұру.4-б.қ. 2. Б.қ. аяқ арасы сал ашық,қолды жоғары көтеріп тұру.1-оңға иіліп,доптарды 1-2-3 деп,бір-біріне ұру.2-б.қ.3-солға иіліп,доптарды 1-2-3 деп,бір-біріне ұру.4.б.қ. 3. Бастапқы қалып, аяқ арасы ашық,қолда доп. 4.Б.қ. еденге жату, қолда доп,жатып велосипед тебу,жатып дем алу. Бастапқы қалып, бірінің артынан бірі адымдап жүру, жеңіл жүгіру. Демді қалыпқа келтіру				
Мектепалды даярлық топ «Балбөбек»						
Ересек топ «Балдырған»	8.45.- 9.00	Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау				
	8.45 - 11.45	<u>9:20 – 9:35</u> «Балапан» орта топ «Көкек» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Допты жоғары лақтыру, екі қолмен допты қағып алуға жаттықтыру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Бөрененің үстінде аяқтың ұшымен жүру. Еркін ойын: «Келісу» Күтілетін нәтиже: тік тұрып,аяқты бір-бірінен алшақ	<u>9:20 – 9:35</u> «Балдәурен» орта топ «Қапшықты нысанаға лақтыру» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруға үйрету және көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту.Ұжым болып ойнауға тәрбиелеу. Гимнастикалық	<u>9:40 – 9:55</u> «Балапан» орта топ «Қапшықты нысанаға лақтыру» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруға үйрету және көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту.Ұжым болып ойнауға тәрбиелеу. Гимнастикалық қабырға арқылы ормелеуге	<u>9:40 – 9:55</u> «Балдәурен» орта топ «Қыздар мен ұлдарға арналған ойындар». Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Балаларды топта физиологиялық ерекшеліктеріне қарай ойнауға үйрету. Баланы көздеген мақсатына жету үшін қалай әрекет етуге үйрету. Қоршаған орта туралы ұғымдарын кеңейту	<u>9:50 – 10:05</u> «Балапан» орта топ «Қыздар мен ұлдарға арналған ойындар». Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Балаларды топта физиологиялық ерекшеліктеріне қарай ойнауға үйрету. Баланы көздеген мақсатына жету үшін қалай

	ұстайды, қолды белге қояды, демді шығарып, «Ку-ку, ку-ку» деп дыбыстайды. 10:50 – 11:05 «Балдәурен» орта топ «Көкек» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Допты жоғары лақтыру, екі қолмен допты қағып алуға жаттықтыру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Бөрененің үстінде аяқтың ұшымен жүру. Еркін ойын: «Келісу» Күтілетін нәтиже: тік тұрып, аяқты бір-бірінен алшақ ұстайды, қолды белге қояды, демді шығарып, «Ку-ку, ку-ку» деп дыбыстайды. 9:40 – 9:55 «Балауса» ересек топ «Доға» Доппен	қабырға арқылы өрмелеуге жаттықтыру. Еркін ойын: «Мен спортсменмін!» Күтілетін нәтиже: гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуді біледі. 9:40 – 9:55 «Айналайын» орта топ «Капшықты нысанаға лақтыру» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Капшықты нысанаға дәлдеп лақтыруға үйрету және көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту. Ұжым болып ойнауға тәрбилеу. Гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуге	жаттықтыру. Еркін ойын: «Мен спортсменмін!» Күтілетін нәтиже: гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуді біледі. 9:20 – 9:35 «Айналайын» орта топ «Капшықты нысанаға лақтыру» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Капшықты нысанаға дәлдеп лақтыруға үйрету және көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту. Ұжым болып ойнауға тәрбилеу. Гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуге жаттықтыру. Еркін ойын:	және тереңдету. Еркін ойын: «Қоян қашты» Күтілетін нәтиже: қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруды алады. 9:20–9:35 «Балауса» ересек топ «Доға» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Мақсаты: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды, кедергілерден еңбектеп өтіп және қолды еденге тигізбей доғаның астынан еңбектеп өтуді үйрету. Еркін ойын: «Тығылмақ». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды біледі. 10:00–10:20 «Сәулетай» ересек топ «Доға» Доппен орындалатын жалпы дамытушы	әрекет етуге үйрету. Қоршаған орта туралы ұғымдарын кеңейту және тереңдету. Еркін ойын: «Қоян қашты» Күтілетін нәтиже: қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруды алады. 10:10 – 10:25 «Айналайын» орта топ «Түлкі» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Допты жоғары лақтыру, екі қолмен допты қағып алуға жаттықтыру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Бөрененің үстінде аяқтың
--	---	--	---	---	--

	ұстайды, қолды белге қояды, демді шығарып, «Ку-ку, ку-ку» деп дыбыстайды. 10:50 – 11:05 «Балдәурен» орта топ «Көкек» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Допты жоғары лақтыру, екі қолмен допты қағып алуға жаттықтыру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Бөрененің үстінде аяқтың ұшымен жүру. Еркін ойын: «Келісу» Күтілетін нәтиже: тік тұрып, аяқты бір-бірінен алшақ ұстайды, қолды белге қояды, демді шығарып, «Ку-ку, ку-ку» деп дыбыстайды. 9:40 – 9:55 «Балауса» ересек топ «Доға» Доппен	қабырға арқылы өрмелеуге жаттықтыру. Еркін ойын: «Мен спортсменмін!» Күтілетін нәтиже: гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуді біледі. 9:40 – 9:55 «Айналайын» орта топ «Капшықты нысанаға лақтыру» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруға үйрету және көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту. Ұжым болып ойнауға тәрбиелеу. Гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуге	жаттықтыру. Еркін ойын: «Мен спортсменмін!» Күтілетін нәтиже: гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуді біледі. 9:20 – 9:35 «Айналайын» орта топ «Капшықты нысанаға лақтыру» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруға үйрету және көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту. Ұжым болып ойнауға тәрбиелеу. Гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуге жаттықтыру. Еркін ойын:	және терендету. Еркін ойын: «Қоян қашты» Күтілетін нәтиже: қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруды алады. 9:20 – 9:35 «Балауса» ересек топ «Доға» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Мақсаты: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды, кедергілерден еңбектеп өтіп және қолды еденге тигізбей доғаның астынан еңбектеп өтуді үйрету. Еркін ойын: «Тығылмақ». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды біледі. 10:00 – 10:20 «Сәулетай» ересек топ «Доға» Доппен орындалатын жалпы дамытушы	әрекет етуге үйрету. Қоршаған орта туралы ұғымдарын кеңейту және терендету. Еркін ойын: «Қоян қашты» Күтілетін нәтиже: қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруды алады. 10:10 – 10:25 «Айналайын» орта топ «Түлкі» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Допты жоғары лақтыру, екі қолмен допты қағып алуға жаттықтыру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Бөрененің үстінде аяқтың
--	--	---	--	---	--

	орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Мақсаты: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды, кедергілерден еңбектеп өтіп және қолды еденге тигізбей доғаның астынан еңбектеп өтуді үйрету. Еркін ойын: «Тығылмақ». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды біледі. <u>10:00 – 10:20</u> «Ақжелкен» ересек топ «Доға» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Мақсаты: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды, кедергілерден еңбектеп өтіп және қолды еденге тигізбей доғаның астынан еңбектеп өтуді үйрету. Еркін ойын:	жаттықтыру. Еркін ойын: «Мен спортсменмін!» Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық қабырға арқылы әрмелеуді біледі. <u>9:40–9:55</u> «Балауса» ересек топ «Доға» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Мақсаты: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды, кедергілерден еңбектеп өтіп және қолды еденге тигізбей доғаның астынан еңбектеп өтуді үйрету. Еркін ойын: «Тығылмақ». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды біледі.	«Мен спортсменмін!» Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық қабырға арқылы әрмелеуді біледі. <u>10:00–10:20</u> «Сәулетай» ересек топ «Доға» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Мақсаты: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды, кедергілерден еңбектеп өтіп және қолды еденге тигізбей доғаның астынан еңбектеп өтуді үйрету. Еркін ойын: «Тығылмақ». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды біледі.	жаттығулары. Мақсаты: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды, кедергілерден еңбектеп өтіп және қолды еденге тигізбей доғаның астынан еңбектеп өтуді үйрету. Еркін ойын: «Тығылмақ». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды біледі. <u>10:25-10:45</u> «Ертөстік» ересек топ «Доға» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Мақсаты: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды, кедергілерден еңбектеп өтіп және қолды еденге тигізбей доғаның астынан еңбектеп өтуді үйрету. Еркін ойын: «Тығылмақ». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық	ұшымен жүру. Еркін ойын: «Гүлдің ашылуы» Күтілетін нәтиже: Шеңбер бойы бүкіл табанмен қалыпты, жұмсақ жүру. <u>9:20 – 9:45</u> «Ақжелкен» ересек топ «Түлкі» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Допты жоғары лақтыру, екі қолмен допты қағып алуға жаттықтыру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Бөрененің үстінде аяқтың ұшымен жүру. Еркін ойын: «Гүлдің
--	--	--	---	---	---

	«Тығылмақ». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды біледі. <u>10:25 – 10:45</u> «Балдырған» ересек топ «Доға» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Мақсаты: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды, кедергілерден еңбектеп өтіп және қолды еденге тигізбей доғаның астынан еңбектеп өтуді үйрету. Еркін ойын: «Тығылмақ». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды біледі. <u>11:05 – 11:30</u> «Балбөбек» мектепалды даярлық топ «Түлкі» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары	<u>10:45-11:05</u> «Ертөстік» ересек топ «Түлкі» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Допты жоғары лақтыру, екі қолмен допты қағып алуға жаттықтыру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Бөрененің үстінде аяқтың ұшымен жүру. Еркін ойын: «Гүлдің ашылуы» Күтілетін нәтиже: Шеңбер бойы бүкіл табанмен қалыпты, жұмсақ жүру. <u>10:50 – 11:15</u> «Балбөбек» мектепалды даярлық топ «Капшықты нысанаға	қабырғадан ұстап, ілініп тұруды біледі. Күтілетін нәтиже: Шеңбер бойы бүкіл табанмен қалыпты, жұмсақ жүру. <u>10:30 – 10:50</u> «Балдырған» ересек топ «Түлкі» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Допты жоғары лақтыру, екі қолмен допты қағып алуға жаттықтыру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Бөрененің үстінде аяқтың ұшымен жүру. Еркін ойын: «Гүлдің ашылуы» Күтілетін	ашылуы»
--	--	--	---	----------------

		Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Допты жоғары лақтыру, екі қолмен допты қағып алуға жаттықтыру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Бөрененің үстінде аяқтың ұшымен жүру. Еркін ойын: «Гүлдің ашылуы» Күтілетін нәтиже: Шеңбер бойы бүкіл табанмен қалыпты, жұмсақ жүру.	лақтыру» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруға үйрету және көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту. Ұжым болып ойнауға тәрбиелеу. Гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуге жаттықтыру. Еркін ойын: «Мен спортсменмін!» Күтілетін нәтиже: гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуді біледі.		нәтиже: Шеңбер бойы бүкіл табанмен қалыпты, жұмсақ жүру.
	11.50-12.10	Серуен кезінде балалардың қозғалыс белсенділігін бақылау, қимыл қозғалыс ойындарын бекіту			
	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						
	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 Кайшикова *КС*
09.08.2023 ж.