

**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: 20 - 24 ақпан 2023 жыл

| Күн тәртібі              | Уақыты          | Дүйсенбі<br>20.02. 2023 жыл                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Сейсенбі<br>21.02. 2023 жыл | Сәрсенбі<br>22.02. 2023 жыл | Бейсенбі<br>23.02. 2023 жыл | Жұма<br>24.02.2023<br>жыл |
|--------------------------|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|---------------------------|
| Таңғы жаттығуға дайындық | 8.00            | Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                             |                             |                             |                           |
|                          | 08.20-<br>08.45 | <p align="center"><b>ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ</b><br/> <b>№ II КЕШЕН (доппен, таяқшамен)</b><br/> <i>Кіріспе бөлімі:</i><br/> <i>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</i><br/> <i>Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру.</i><br/> <i>Шеңбер бойымен жсай жүру.</i><br/> <i>Шеңбер бойымен тұру.</i><br/> <i>Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</i><br/> <i>Негізгі бөлім:</i></p> |                             |                             |                             |                           |
|                          |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                             |                             |                             |                           |

|                                              |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |
|----------------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                              |                         | <p><b>Б.қ.: «Мысық оянды»</b><br/> <b>1. Аяқтары алыс қойылған, таяқшаны екі шетіне ұстап, жоғарыға, оңға. Солға қарай созылып керілу әр керілген сайын «м-я-у» деп айту /6 рет қайталау./</b><br/> <b>Б.қ.: «Шалтай-балтай»</b><br/> <b>2. Аяқтар алыс қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау, оңға, солға бұрылу. /6 рет қайталау./</b><br/> <b>Б.қ.: «Мергендер»</b><br/> <b>3. Аяқтары бірге. Дөп қолда, денені тік ұстау. Оң жақ тізені көтеріп дөпке тигізу «тиді» деп айту. Сол жақ тіземен кезек қайталау. /6 рет /</b><br/> <b>Бастанқы қалыпқа келу.</b><br/> <b>Қорытынды:</b><br/> <b>4 лектен (колонна) 1 саппен шеңбер бойы жүру.</b><br/> <b>Еркін жүру. (дөпті себетке қою)</b></p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |
| <p>Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық.</p> | <p>8.45.-<br/>9.00</p>  | <p>Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |
| <p>Ұйымдастырылған іс-әрекет</p>             | <p>8.45 -<br/>11.45</p> | <p><b>9:00 – 10:15</b><br/> <b>«Балдәурен» ортаңғы тобы</b><br/> <b>«Көлбеу тақтай».</b><br/> <b>Тақтайшамен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары</b><br/> <b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар</b><br/> <b>Мақсаты:</b> Тепе - теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтаймен жүру (20-30см)<br/> <b>Еркін ойын:</b> «Сапқа тұру».<br/> <b>Күтілетін нәтиже:</b> жаттығуларды дұрыс орындайды.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                           | <p><b>09:00 – 09:20</b><br/> <b>«Ақжелкен» ересек тобы</b><br/> <b>«Сапқа тұру»</b><br/> <b>Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары</b><br/> <b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар</b><br/> <b>Мақсаты:</b> Сапқа тұру, аяқтың ұшы, өкшемен жүру, баяу қарқынмен жүруді жүгірумен алмастыру.<br/> <b>Затты желке тұсынан оң, сол қолмен лақтыруға; заттар арасынан еңбектеп жүруге үйрету.</b></p> | <p><b>9:25– 9:15 «Балдәурен» ортаңғы тобы</b><br/> <b>«Жүруді жүгітумен, жүгіруді жүрумен алмастыру».</b><br/> <b>Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары</b><br/> <b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар</b><br/> <b>Мақсаты:</b> . Жүруді жүгітумен, жүгіруді жүрумен алмастыруды үйрету.<br/> <b>Ептілік, күш, шапшаңдық сияқты қасиеттерді дамыту.</b><br/> <b>Қапшықты алысқа</b></p> | <p><b>9:00 – 9:15</b><br/> <b>«Балапан» ортаңғы тобы</b><br/> <b>«Көлбеу тақтай».</b><br/> <b>Тақтайшамен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары</b><br/> <b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар</b><br/> <b>Мақсаты:</b> Тепе - теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтаймен жүру (20-30см)<br/> <b>Еркін ойын:</b> «Сапқа тұру».<br/> <b>Күтілетін нәтиже:</b> жаттығуларды дұрыс</p> |  |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <p><b>11:10–11:35</b><br/>«Балбобек»<br/>мектепалды даярлық топ<br/>«Орнында тұрып ұзындыққа секіру»<br/>Тақтайшамен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары<br/>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар<br/>Мақсаты: Орнында тұрып ұзындыққа секіруге үйрету. Балаларға көшеде ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. Допты жоғары лақтыруға және қағып алуға жаттықтыру.<br/>Еркін ойын: «Кім биік?»<br/>Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды</p> | <p>Еркін ойын: «Велосипедшілер».<br/>Күтілетін нәтиже: Затты желке тұсынан лақтырады.</p> <p><b>10:15–10:55</b><br/>«Ертөстік» ересек тобы «Жүру»<br/>Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары.<br/>Мақсаты: Шектеулі зат үстімен жүрген кезде тепе-теңдік сақтауға, адымдап, аяқ ұшымен жүруге; шығыршықтан-шығыршыққа екіаяқпен секіруге үйрету.<br/>Еркін ойын: «Құстар»<br/>Күтілетін нәтиже: Шығыршықтан-шығыршыққа екі аяқпен секіруді біледі.</p> <p><b>10:00– 10:15</b><br/>«Балдәурен» ортаңғы тобы «Жүруді жүгітумен, жүгіруді жүрумен алмастыру».<br/>Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары<br/>Негізгі қимыл-</p> | <p>лақтыруға жаттықтыру<br/>Еркін ойын: «Ұйқыдағы түлкі!»<br/>Күтілетін нәтиже: жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыруды.</p> <p><b>9:45– 10:00</b><br/>«Балапан» ортаңғы тобы «Жүруді жүгітумен, жүгіруді жүрумен алмастыру».<br/>Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары<br/>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар<br/>Мақсаты: . Жүруді жүгітумен, жүгіруді жүрумен алмастыруды үйрету. Ептілік, күш, шапшаңдық сияқты қасиеттерді дамыту. Қапшықты алысқа лақтыруға жаттықтыру<br/>Еркін ойын: «Ұйқыдағы түлкі!»<br/>Күтілетін нәтиже: жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен</p> | <p>орындайды..</p> <p><b>9:20 – 9:35</b><br/>«Балдәурен» ортаңғы тобы<br/>«Орнында тұрып ұзындыққа секіру»<br/>Тақтайшамен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары<br/>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар<br/>Мақсаты: Орнында тұрып ұзындыққа секіруге үйрету. Балаларға көшеде ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. Допты жоғары лақтыруға және қағып алуға жаттықтыру.<br/>Еркін ойын: «Кім биік?»<br/>Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды</p> |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |  |
|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  |  |  | <p>қозғалыс<br/>жаттығулар<br/><b>Мақсаты:</b> . Жүруді<br/>жүгітумен, жүгіруді<br/>жүрумен<br/>алмастыруды үйрету.<br/>Ептілік, күш,<br/>шапшаңдық сияқты<br/>қасиеттерді дамыту.<br/>Қапшықты алысқа<br/>лақтыруға<br/>жаттықтыру<br/><b>Еркін ойын:</b><br/>«Ұйқыдағы түлкі!»<br/><b>Күтілетін<br/>нәтиже:</b>жүруді<br/>жүгірумен, жүгіруді<br/>жүрумен<br/>алмастыруды.</p> | <p>алмастыруды.</p> <p><u><b>09:50–10:10</b></u><br/><b>«Сәулетай» ересек<br/>тобы«Жүру»</b><br/><b>Текшемен<br/>орындалатын<br/>жалпы дамытушы<br/>жаттығулары.</b><br/><b>Мақсаты:</b> Шектеулі<br/>зат үстімен жүрген<br/>кезде тепе-теңдік<br/>сақтауға, адымдап,<br/>аяқ ұшымен жүруге;<br/>шығыршықтан-<br/>шығыршыққа<br/>екіаяқпен секіруге<br/>үйрету.<br/><b>Еркін ойын:</b> «Кім<br/>жақсы секіреді?»<br/><b>Күтілетін нәтиже:</b><br/>Шығыршықтан-<br/>шығыршыққа екі<br/>аяқпен секіруді біледі</p> <p><u><b>10:15–10:35</b></u><br/><b>«Ертөстік» ересек<br/>тобы«Жүру»</b><br/><b>Текшемен<br/>орындалатын<br/>жалпы дамытушы<br/>жаттығулары.</b><br/><b>Мақсаты:</b> Шектеулі<br/>зат үстімен жүрген<br/>кезде тепе-теңдік<br/>сақтауға, адымдап,<br/>аяқ ұшымен жүруге;</p> |  |  |
|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

|  |  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |
|--|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  |  |  | <p>шығыршықтан-шығыршыққа екіаяқпен секіруге үйрету.<br/> <b>Еркін ойын:</b> «Кім жаксы секіреді?»<br/> <b>Күтілетін нәтиже:</b><br/> Шығыршықтан-шығыршыққа екі аяқпен секіруді біледі</p> <p><u>10:40–11:05</u><br/> «Балбөбек»<br/> мектепалды даярлық топ«Орнында тұрып ұзындыққа секіру»<br/> <b>Тақтайшамен</b><br/> орындалатын жалпы дамытушы<br/> жаттығулары<br/> <b>Негізгі қимыл-</b><br/> <b>қозғалыс жаттығулар</b><br/> <b>Мақсаты:</b> Орнында тұрып ұзындыққа секіруге үйрету.<br/> Балаларға көшеде ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. Допты жоғары лақтыруға және қағып алуға жаттықтыру.<br/> <b>Еркін ойын:</b>«Кім биік?»<br/> <b>Күтілетін нәтиже:</b><br/> ойынның шарттарын сақтайды</p> |  |
|--|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|                                                     |              |                                                                                                                                                                                                                        |                                   |                                                   |                                                   |                                                   |
|-----------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
|                                                     |              |                                                                                                                                                                                                                        |                                   |                                                   |                                                   |                                                   |
| 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 Жайышев娜 Мам  
20. 02. 2023 г.