

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

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» жекеменшік шағын орталығы

Жоспардың құрылу кезеңі: 21- 25 қазан

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 21.10.2024	Сейсенбі 22.10.2024	Сәрсенбі 23.10.2024	Бейсенбі 24.10.2024	Жұма 25.10.2024
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау				
Кіші топ	08.20- 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ № 9 КЕШЕН (лентамен, әуенмен)				
		<i>Кіріспе бөлімі:</i> <i>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</i> <i>Шеңбер бойымен марш екпінімен жүру. Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүру.</i> <i>Қол бүйірде, аяқтың ішімен жүру.</i> <i>Шеңбер бойымен екі жаққа шұғыл бұрылып жүру, еркін жүру.</i> <i>1 сапқа тұру. / сапқа тұрарда себеттен екі лентадан алу/</i> <i>1 саптан 4 лекке (колонна) тұру.</i> <i>Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</i>				
Ортаңғы топ		<i>Негізгі бөлім:</i> <i>Б.қ.: «Биші»</i> <i>2. Аяқтары алшақ қойылған, оң қолдағы лентаны – жоғарыға, сол жақтағыны – төменге сермен отырып ауыстыру. /5 рет қайталау./</i> <i>Б.қ.: «Бұйрықты орында»</i> <i>4. Аяқтарын алшық қою, ленталар екі жақта. Қолдары төменде. «Ал», «қой» - дегенде тез алып қою керек. /6 рет қайталау./</i> <i>Б.қ.: «Көңілді аяқтар»</i> <i>5. Аяқтарын алшақ қою, ленталар жанда; 8- рет маршпен жүру, 10- рет секіру.</i> <i>Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу (ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығару.</i> <i>Қорытынды:</i> <i>4 лекпен (колонна) 1 саппен шеңбер бойы маршпен жүру.</i> <i>/ленталарды себетке салу/</i> <i>Шеңбер бойымен қолды әр түрлі жағдайда ұстап, кең қадаммен жүгіру.</i>				
Ересек топ						
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық.	8.45.- 9.00	Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау				
		9:25 – 9:40 ортаңғы	9:25 – 9:40 ортаңғы		9:10 – 9:25 ортаңғы	

Ұйымдастырылған іс-әрекет	8.45 - 11.45	тобы «Тепе-теңдікті сақтау». Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту. Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. Қимыл-қозғалыс үйлесімді ету қабілетін дамыту. Еркін ойын: «Нысанаға дәл тигізу». Күтілетін нәтиже: тепе-теңдікті сақтап жүруді біледі.	тобы «Оң және сол қолмен лақтыру». Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Көлденең қойылған нысанаға затты лақтыруды үйрету. Балаларды зерек болуға және бір-біріне қажетіне қарай көмек беруге үйрету. Бір орында тұрып, ұзындыққа секіруге үйрету; көзбен мөлшерлей білу дағдысын және қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамытуға ықпал ету. Еркін ойын: «Қоңыздар». Күтілетін нәтиже: бір орында тұрып ұзындыққа секіру шарттарын біледі.	тобы «Оң және сол қолмен лақтыру». Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Көлденең қойылған нысанаға затты лақтыруды үйрету. Негізгі қасиеттерді – шапшандық, ептілікті дамыту. Көзбен мөлшерлей білу дағдысын және қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамытуға ықпал ету. Еркін ойын: «Қоңыздар» Күтілетін нәтиже: оң және сол қолмен көлденең лақтыруды біледі.	
		<u>10:00–10:30</u> ересек тобы «Жүгіру» Құм салынған дорбашамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстінен арқаға дорба іліп алып жүгіруді; заттар арқылы оң және сол бүйірмен екі аяқпен алға қарай жылжи секіруді	<u>09:40–10:05</u> ересек тобы «Фигура жаса» Құм салынған дорбашамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.	<u>9:50 – 10:10</u> ересек тобы «Жүгіру» Құм салынған дорбашамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстінен арқаға дорба іліп алып жүгіруді; қолды жерге тигізбей жіптің астынан еңбектеп отуді үйрету.	

	үйрету. Қимыл үйлесімділігін дамыту. Еркін ойын: «Фигура жаса». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінен арқаға дорба іліп алып жүгіруді біледі		Мақсаты: Гимнастикалық қ орындық үстінен арқаға дорба іліп алып жүгіруді; қолды жерге тигізбей жіптің астынан еңбектеп өтуді үйрету. Еркін ойын: «Фигура жаса». Күтілетін нәтиже: Құм салынған дорбашамен орындалатын жалпы дамыту жаттығуларын меңгерді.		Еркін ойын: «Фигура жаса». Күтілетін нәтиже: Қолды жерге тигізбей (биіктігі 30-40 см) жіптің астынан еңкейіп өтуді игерді.
	10:15 – 10:25 кіші тобы «Бүгін біз циркке барамыз» Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: бір орында тұрып ұзындыққа секіруді үйрету. Аяқ пен қол қимылын үйлестіре, серпіле екпінмен секіруді бекіту. Музыкаға сәйкес өздігінен бейнелі қимылдар орындау қабілеттерін қалыптастыру. Бұлшықеттер мен қол-аяқтың үйлесімді қимылын дамыту.		10:15 – 10:25 кіші тобы «Бүгін біз циркке барамыз». Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: бір орында тұрып ұзындыққа секіруді үйрету. Аяқ пен қол қимылын үйлестіре, серпіле екпінмен секіруді бекіту. Музыкаға сәйкес		10:10 – 10:25 кіші тобы «Доп» Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: допты екі қолмен желке тұсынан лақтыруға үйрету; доптың ұшуына дұрыс траектория беру, қолдарын екпінді қимылмен жаза білуді бекіту. Музыкаға сәйкес өздігінен бейнелі қимылдар орындау қабілеттерін қалыптастыру. Бұлшықеттер мен қол-аяқтың үйлесімді қимылын дамыту.

		Еркін ойын: «Тиіп кетпе». Күтілетін нәтиже: бір орында тұрып ұзындаққа секіруді.		өздігінен бейнелі қимылдар орындау қабілеттерін қалыптастыру. Бұлшықеттер мен қол-аяқтың үйлесімді қимылын дамыту. Еркін ойын: «Тиіп кетпе». Күтілетін нәтиже: бір орында тұрып ұзындаққа секіруді біледі.	Еркін ойын: «Тиіп кетпе». Күтілетін нәтиже: допты екі қолмен желке тұсынан лақтыруды біледі.	
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				
Өзін-өзі жетілдіру бойынша 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 әдіскер Нурмухамметова У.Г.Нурмухамметова

	үйрету. Қимыл үйлесімділігін дамыту. Еркін ойын: «Фигура жаса». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінен арқаға дорба іліп алып жүгіруді біледі		Мақсаты: Гимнастикалық қ орындық үстінен арқаға дорба іліп алып жүгіруді; қолды жерге тигізбей жіптің астынан еңбектеп өтуді үйрету. Еркін ойын: ««Фигура жаса». Күтілетін нәтиже: Құм салынған дорбашамен орындалатын жалпы дамыту жаттығуларын меңгерді.		Еркін ойын: «Фигура жаса». Күтілетін нәтиже: Қолды жерге тигізбей (биіктігі 30–40 см) жіптің астынан еңкейіп өтуді игерді.
	10:15 – 10:25 кіші тобы «Бүгін біз циркке барамыз» Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: бір орында тұрып ұзындыққа секіруді үйрету. Аяқ пен қол қимылын үйлестіре, серпіле екпінмен секіруді бекіту. Музыкаға сәйкес өздігінен бейнелі қимылдар орындау қабілеттерін қалыптастыру. Бұлшықеттер мен қол-аяқтың үйлесімді қимылын дамыту.		10:15 – 10:25 кіші тобы «Бүгін біз циркке барамыз». Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: бір орында тұрып ұзындыққа секіруді үйрету. Аяқ пен қол қимылын үйлестіре, серпіле екпінмен секіруді бекіту. Музыкаға сәйкес	10:10 – 10:25 кіші тобы «Доп» Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: допты екі қолмен желке тұсынан лақтыруға үйрету; доптың ұшуына дұрыс траектория беру, қолдарын екпінді қимылмен жаза білуді бекіту. Музыкаға сәйкес өздігінен бейнелі қимылдар орындау қабілеттерін қалыптастыру. Бұлшықеттер мен қол-аяқтың үйлесімді қимылын дамыту.	

Ұйымдастырылған іс-әрекет	8.45 - 11.45	тобы «Тепе-теңдікті сақтау». Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту. Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. Қимыл-қозғалыс үйлесімді ету қабілетін дамыту. Еркін ойын: «Нысанаға дәл тигізу». Күтілетін нәтиже: тепе-теңдікті сақтап жүруді біледі.	тобы «Оң және сол қолмен лақтыру». Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Көлденең қойылған нысанаға затты лақтыруды үйрету. Балаларды зерек болуға және бір-біріне қажетіне қарай көмек беруге үйрету. Бір орында тұрып, ұзындыққа секіруге үйрету; көзбен мөлшерлей білу дағдысын және қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамытуға ықпал ету. Еркін ойын: «Қоңыздар». Күтілетін нәтиже: бір орында тұрып ұзындыққа секіру шарттарын біледі.	тобы «Оң және сол қолмен лақтыру». Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Көлденең қойылған нысанаға затты лақтыруды үйрету. Негізгі қасиеттерді – шапшандық, ептілікті дамыту. Көзбен мөлшерлей білу дағдысын және қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамытуға ықпал ету. Еркін ойын: «Қоңыздар» Күтілетін нәтиже: оң және сол қолмен көлденең лақтыруды біледі.	
		10:00–10:30 ересек тобы «Жүгіру» Құм салынған дорбашамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстінен арқаға дорба іліп алып жүгіруді; заттар арқылы оң және сол бүйірмен екі аяқпен алға қарай жылжи секіруді		09:40–10:05 ересек тобы «Фигура жаса» Құм салынған дорбашамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары . Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.	9:50 – 10:10 ересек тобы «Жүгіру» Құм салынған дорбашамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстінен арқаға дорба іліп алып жүгіруді; қолды жерге тигізбей жіптің астынан еңбектеп өтуді үйрету.

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

Білім беру ұйымы: «Балбөбек» жекеменшік шағын орталығы
Жоспардың құрылу кезеңі: 21- 25 қазан

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 21.10.2024	Сейсенбі 22.10.2024	Сәрсенбі 23.10.2024	Бейсенбі 24.10.2024	Жұма 25.10.2024
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау				
Кіші топ	08.20- 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ № 9 КЕШЕН (лентамен, ауенмен) <i>Кіріспе бөлімі:</i> Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау. Шеңбер бойымен марш екпінімен жүру. Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүру. Қол бүйірде, аяқтың ішімен жүру. Шеңбер бойымен екі жаққа шұғыл бұрылып жүру, еркін жүру. I сапқа тұру. / сапқа тұрарда себеттен екі лентадан алу/ I саптан 4 лекке (колонна) тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. <i>Негізгі бөлім:</i> Б.қ.: «Биші» 2. Аяқтары ашақ қойылған, оң қолдағы лентаны – жоғарыға, сол жақтағыны – төменге сермен отырып ауыстыру. /5 рет қайталау./ Б.қ.: «Бұйрықты орында» 4. Аяқтарын ашық қою, ленталар екі жақта. Қолдары төменде. «Ал», «қой» - дегенде тез алып қою керек /6 рет қайталау./ Б.қ.: «Көңілді аяқтар» 5. Аяқтарын ашақ қою, ленталар жанда; 8- рет маршпен жүру, 10- рет секіру. Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу (ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығару. Қорытынды: 4 лектен (колонна) I саппен шеңбер бойы маршпен жүру. /ленталарды себетке салу/ Шеңбер бойымен қолды әр түрлі жағдайда ұстап, кең қадаммен жүзіру.				
Ортаңғы топ						
Ересек топ						
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық.	8.45.- 9.00	Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау				
		9:25 – 9:40 ортаңғы	9:25 – 9:40 ортаңғы		9:10 – 9:25 ортаңғы	