

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: 22 – 26 қаңтар

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 22.01. 2024 жыл	Сейсенбі 23.01. 2024 жыл	Сәрсенбі 24.01. 2024 жыл	Бейсенбі 25.01. 2024 жыл	Жұма 26.01.2024 жыл
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау				
«Балдәурен» ортаңғы топ	08.20-08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ № II КЕШЕН <i>Кіріспе бөлімі:</i> <i>Бір қатармен жүру. Жүру түрлері: ұшымен, қол жоғары; оқишамен қол арқасында; жасартлай отырып жүру</i> <i>Жүгіру түрлері: бір қатармен; шашылып. Екі қатарға тұру.</i> - Б.қ – н.т., текшелер төмен 1.Текшелер жоғары. 2.Б.қ. 3.Текшелер жоғары. 4.Б.қ. (5-6 рет) - Б.қ. аяқты кең ашып тұрысы, оң қолы жоғары 1-4 Оң-сол қолмен сермелеу. (5-6 рет) - Б.қ. отыру, текшелер қолдарында 1.Оң жасаққа бұрылу, текшелер еденге қою. 2.Б.қ. 3.Сол жасаққа бұрылу, текшелер еденге қою. 4.Б.қ. (5-6 рет) - Б.қ. тізеде тұру, текшелер төмен 1.Оң тізені көтеру, текшелер жоғары жоғары. 2.Б.қ. 3.Сол тізені көтеру, текшелер жоғары 4.Б.қ. (5-6 рет) - Екі аяқпен ауысып секіру (6 рет) <i>Жүгіру. Бір қатармен жүру. Тыныс алу жасаттығу «Паровоз» - қолдарымен кезектестіріп қимылдар жасап, бөлме ішінде жүру; мұрын арқылы демді ішке жұттып, ауыздан «Чух-чух-чух» сөздерімен бірге демді шығарады. (5-6 рет).</i> 1.Б.қ.-негізгі тұрыс, кішкене екі дөп ұстап, қолдарын төмен түсіріп тұрады. 1-қолды алға созып, дөптарды 3 рет бір-біріне ұру. 2-б.қ. 3-қолдарын жоғары көтеріп, қолдарына қарап, дөптарды 1-2-3 деп, бір-біріне ұру. 4-б.қ. 2. Б.қ. аяқ арасы сәл ашық, қолды жоғары көтеріп тұру. 1-оңға иіліп, дөптарды 1-2-3 деп, бір-біріне ұру. 2-б.қ. 3-солға иіліп, дөптарды 1-2-3 деп, бір-біріне ұру. 4.б.қ. 3. Бастанқы қалып, аяқ арасы ашық, қолда дөп. 1дегенде отыру, қолды алға созу. 2дегенде тұру б.қ. келу.				
«Балапан» ортаңғы топ						
«Ертөстік» ересек топ						
«Сәулетай» ересек топ						
«Балбөбек»						

мектепалды даярлық топ		Здегенде отыру.				
	8.45.- 9.00	Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау				
Ұйымдастырылған іс-әрекет	8.45 - 11.45	<u>9:00 – 10:15</u> «Балдәурен» ортаңғы тобы «Құстар мен мысық» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Шашырап жүру және жүгіруге үйрету. Ептілік және жылдамдық тәрізді қасиеттерді дамыту. Бір бағытты ұстап, бір-біріне допты домалату; доғаның астына еңбектеп ену. Еркін ойын: «Құстар менмысық» Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын біледі. <u>11:10–11:35</u> «Балбөбек» мектепалды даярлық топ «Доп» Доппен	<u>9:00–9:40</u> «Сәулетай» ересек тобы «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>10:15–10:55</u> «Ертөстік» ересек	<u>9:25– 9:15</u> «Балдәурен» ортаңғы тобы «Құстардың ұшып кетуі ». 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 және тереңдету. Еркін		<u>9:00 – 9:15</u> «Балапан» ортаңғы тобы «Қоян қашты». 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 және тереңдету. Еркін ойын: «Қоян қашты»

		орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Денені түзу ұстау, бұлшық еттерді нығайту, сәл отыра, арқан үстімен жүру, сапқа қатарға тұру дағдыларын қалыптастыру. Шеңберге тұрып, бір қолмен бір-біріне доп лақтыруды үйрету Еркін ойын: «Допты тордан өткіз». Күтілетін нәтиже: Балаларды табиғат құбылыстарын сезіне білуге үйрету.	тобы «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>10:00– 10:15</u> «Балдәурен» ортаңғы тобы «Құстардың ұшып кетуі ». Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс	ойын: «Арқан тартыс» Күтілетін нәтиже: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын, бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтерт <u>9:45– 10:00</u> «Балапан» ортаңғы тобы «Ақ сандық, көк сандық » 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: «Ақ сандық, көк сандық ». Күтілетін нәтиже: Күштілікке, шапшаңдыққа,	Күтілетін нәтиже: балалар ойынның шарттарын біледі. <u>9:20 – 9:35</u> «Балдәурен» ортаңғы тобы «Баскетбол ойынының элементтері» Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Балаларды допты екі қолмен қағып алуға үйрету. Ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Допты еденге ұру дағдыларын дамыту. Еркін ойын: «Тордан допты өткізу» Күтілетін нәтиже: баскетбол ойынының элементтерін біледі
--	--	--	---	---	---

			жаттығулар Мақсаты: Балаларды топта физиологиялық ерекшеліктеріне қарай ойнауға үйрету. Баланы көздеген мақсатына жету үшін қалай әрекет етуге үйрету. Қоршаған орта туралы ұғымдарын кеңейту және терендету. Еркін ойын: «Арқан тартыс» Күтілетін нәтиже: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын, бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру	ептілікке баулу. 09:50–10:10 «Сәулетай» ересек тобы «Ақ сандық, көк сандық » 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: «Ақ сандық, көк сандық ». Күтілетін нәтиже: Күштілікке, шапшаңдыққа, ептілікке баулу. 10:15–10:35 «Ертөстік» ересек тобы Ақ сандық, көк сандық » Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Мақсаты: Гимнастикалық қабырғадан ұстап,		
--	--	--	--	---	--	--

			ілініп тұруды, кедергілерден еңбектеп өтіп және қолды еденге гигізбей доғаның астынан еңбектеп өтуді үйрету. Еркін ойын: «Ақ сандық, көк сандық ». Күтілетін нәтиже: Күштілікке, шапшаңдыққа, ептілікке баулу. <u>10:40–11:05</u> «Балбөбек» мектепалды даярлық топАқ сандық, көк сандық » Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Мақсаты: Гимнастикалық қабырғадан ұстап, ілініп тұруды, кедергілерден еңбектеп өтіп және қолды еденге гигізбей доғаның астынан еңбектеп өтуді үйрету.		
--	--	--	--	--	--

				Еркін ойын: «Ақ сандық, көк сандық». Күтілетін нәтиже: Күштілікке, шапшаңдыққа, ептілікке баулу.		
Серуенді бақылау	11.50-12.10	Серуен кезінде балалардың қозғалыс белсенділігін бақылау, қимыл қозғалыс ойындарын бекіту 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 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 Кайыпенова Жан
22.01.2024ж