

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

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кайсенова А.К.

Жоспардың құрылу кезеңі: 09-13 қыркүйек

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 09.09.2024	Сейсенбі 10.09.2024	Сәрсенбі 11.09.2024	Бейсенбі 12.09.2024	Жұма 13.09.2024
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау				
Ортаңғы топ «Балдәурен»	08.20- 08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ №1 КЕШЕН (затсыз) <i>Кіріспе бөлімі:</i> Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жүгіру. Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүру. Қол бүйірде, аяқтың ішімен жүру. Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау <i>Негізгі бөлім:</i> Б.қ.: «Торғай ұшты» 1. Аяқты алысқа қоямыз, қолымыз жанға созып құстың қанатын жасау, басты оңнан солға қарай, төмен- жоғары бұру; «Чик- чирик» деп айту. / 5 рет қайталау/ Б. қ.: «Жыланның қозғалысы» 2. Аяқ иық көлемінде, қолды жанға созу. Жыланның қимылын жасау. иықты ирелеңдете айналдыру. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Қайшы» 3. Аяқтар алысқа қойылған, қолдар жан-жақта, қолдарды қайшылау. /6 рет қайталау./ Б. қ.: «Жұлдызша» 4. Қолдары белде. Аяқты бірге ұстау. Орнында секіріп аяқты және қолды жанға созу «ха-а-а» деп айту, орнында секіріп аяқты біріктіру және қолды белге қою, «хон» деп айту. /6 рет / Б.қ.: «Акробат» Қорытынды:				
Ортаңғы топ «Қошақан»						
Ересек топ «Ақжелкен»						
Ересек топ «Сәулетай»						
Мектепалды топ «Балбөбек»						

		<i>Шеңбер бойы жүру. Еркін жүру. Шеңбер бойы жылжымалы қадаммен денені алға қарай еңкейте жүру.</i>				
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> «Қошақан» ортаңғы тобы «Жүру» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Балаларға бір заттың астынана өтуді үйрету. Негізгі қасиеттерді – шапшандық, ептілікті дамыту. Еркін ойын: «Өз үйіңді тап!» Күтілетін нәтиже: Балаларға бір заттың астынана өтуді біледі.	<u>9:25 – 9:40</u> «Балдәурен» ортаңғы тобы «Доп» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Допты қабырғаға лақтырып, ыршаған допты қайта қағып алу біліктерін үйрету. Еркін ойын: «Өз үйіңді тап!» Күтілетін нәтиже: Балаларға допты қайта қағып алады.	<u>10:30 – 10:55</u> «Балбөбек» мектепалды тобы «Доп». Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Заттар арасымен еңбектеуді, гимнастикалық орындықтың астымен өтуді үйрету. Еркін ойын: «Доп мектебі». Күтілетін нәтиже: Заттар арасымен еңбектеуді біледі.	<u>9:15– 9:30</u> «Балдәурен» ортаңғы тобы «Тепе-теңдік» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Тепе-теңдікті сақтау және бағдарлай білу біліктерін дамыту. Еңбектеуге және арқан немесе гимнастикалық қабырғада өрмелеуге үйрету; гимнастикалық орындық үстінде жүруді бекіту. Еркін ойын: «Өз түсінді тап!» Күтілетін нәтиже:	<u>9:40 – 9:55</u> «Балдәурен» ортаңғы тобы «Доп». Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыруды үйрету. Допты лақтырған соң қолды түзу ұстауды бекіту. Қимыл үйлесімділігін, сап-тізбекте өз орнын таба білу қабілеттерін дамыту. Еркін ойын: «Бермеймін». Күтілетін нәтиже: Қимыл үйлесімділігін, сап-тізбекте өз орнын табады.

					ойынның шарттарын сақтайды.	
		9:40 – 10:00 «Ақжелкен» ересек тобы «Допты сақинаға сал» Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Тепе-теңдік сақтай еңкейтілген тақтай үстімен аяқты-аяққа тақап қойып жүруді; допты бір-біріне қос қолымен бастан асыра лақтыруды үйрету. Еркін ойын: «Допты сақинаға сал». Күтілетін нәтиже: Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығуларын меңгерді.	9:00–9:20 «Ақжелен» ересек тобы «Аю мен аралар» Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Гимнастикалық орындықтан белгіленген орынға биіктіктен секіріп түсуді бекіту, қашықтықтан дорбашаны тік нысанаға иық тұсынан оң, сол қолмен лақтыруды үйрету. Еркін ойын: «Аю мен аралар». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындықтан белгіленген орынға биіктіктен секіріп түсуді біледі.		9:55– 10:10 «Қошақан» ортаңғы тобы «Тепе-теңдік» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Тепе-теңдікті сақтау және бағдарлай білу біліктерін дамыту. Еңбектеуге және арқан немесе гимнастикалық қабырғада өрмелеуге үйрету; гимнастикалық орындық үстінде жүруді бекіту. Еркін ойын: «Өз түсінді тап!» Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды.	10:00 – 10:15 «Қошақан» ортаңғы тобы «Доп». Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыруды үйрету. Допты лақтырған соң қолды түзу ұстауды бекіту. Қимыл үйлесімділігін, сап-тізбекте өз орнын таба білу қабілеттерін дамыту. Еркін ойын: «Бермеймін». Күтілетін нәтиже: Қимыл үйлесімділігін, сап-тізбекте өз орнын табады.

		10:30 – 10:55 «Балбөбек» мектепалды тобы «Жүру» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Еденге созылып жатқан арқан үстімен жүруге, көлбеу қойылған тақтай үстімен жүріп келіп, келесі тақтайға ауысуға жаттықтыру. Еркін ойын: «Қояндар». Күтілетін нәтиже: Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүріп келіп, келесі тақтайға ауыса жүруді игерді.	10:05–10:25 «Ертөстік» ересек тобы «Аю мен аралар» Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Гимнастикалық орындықтан белгіленген орынға биіктіктен секіріп түсуді бекіту, қашықтықтан дорбашаны тік нысанаға иық тұсынан оң, сол қолмен лақтыруды үйрету. Еркін ойын: «Аю мен аралар». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындықтан белгіленген орынға биіктіктен секіріп түсуді біледі.		10:40 – 10:55 «Ертөстік» ересек тобы «Допты сақинаға сал» Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Тепе-теңдік сақтай еңкейтілген тақтай үстімен аяқты-аяққа тақап қойып жүруді; допты бір-біріне қос қолымен бастан асыра лақтыруды үйрету. Еркін ойын: «Допты сақинаға сал». Күтілетін нәтиже: Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығуларын меңгерді.	
Серуенді бақылау	11.50-12.10	Серуен кезінде балалардың қозғалыс белсенділігін бақылау, қимыл қозғалыс ойындарын бекіту				
Залда өзіндік	12.15-	Негізгі қимылдарды дамыту бойынша жаңадан келген және белсенді емес балалармен жеке жұмыс				
		Жабдықтарды жинау, желдету, іс-әрекетке дайындық, жоба бойынша жұмыс, семинарға, педагогикалық				

жұмыстар	13.00	кеңеске дайындық. Ата-аналар бұрышына ақпарат дайындау, балалардың мемлекеттік стандартты меңгеру мониторингін дайындау				

Тексерілген күні: 06.09.2024
 Әдіскер: *msk*