

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: Нұрлыбекқызы А

Жоспардың құрылу кезеңі: 01 – 05 қаңтар

Жоспардың құрылу кезіні: 01.01.2024 жылдан 01.05.2024 жылға дейін						
Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 01.01.2024 жыл Мерекелік демалыс	Сейсенбі 02.01.2024 жыл Мерекелік демалыс	Сәрсенбі 03.01.2024 жыл	Бейсенбі 04.01.2024 жыл	Жұма 05.01.2024 жыл
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау				
«Айналайын» ортаңғы топ		№ I КЕШЕН (құралсыз) Кіріспе бөлімі: Өзбетімен бір-бірден сапқа тұру, дене тұлғаларын дұрыс ұстап тұру қалыптарын тексеру; ЖДЖ (жалпы дамыту жаттығу) <i>Н.Н.Ефименканың «Мектепке дейінгі және бастауыш сыныптағы дене тәрбиесі мен денсаулық театры».</i> Щенберге тұру. <i>1.жаттығу:</i> Еденде арқада жату, қол дене бойы. Босансып жату, басты оңға,солға бұру, басты көтеріп алға қарау. Құлағын еденге тигізуге ұмтылу. Еркін демалу. <i>2.жаттығу:</i> Сол қырымен жату, сол алақаны бастың астында. Оң қолын, оң аяғын көтеру, қайысу. Оң қырымен қайталау. <i>3.жаттығу:</i> Ішпен жату, қол кеуде астында бүгулі, алақанымен еденге таяну.Қолды жазып басты, кеудені көтеру. <i>4.жаттығу:</i> Төрт тағандап тұру. Оң қолды көтеріп тыныс аламыз, түсіріп шығарамыз. Сол қолмен қайталаймыз. <i>5.жаттығу:</i> Төрт тағандап тұру, басты оңға, сосын солға бұру. <i>6.жаттығу:</i> Суыр болып жүру <i>7.жаттығу:</i> Бақа секілді секіру Балаларды еденде жатып созылуға үйрету;Түрлі қарқында бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен				
«Балдырған» ортаңғы топ						
«Ақжелкен» ересек топ						

«Балауса» ересек топ		жүру жаттығуларын белгі бойынша орындау. Бір қатармен, шашырап жүгіру. Тыныс алу жаттығуы «Сорғыш» - аяқтарын қосып, тік тұрып қолдарын кеуде тұсында ұстау; демін ішке жұтып, сосын кеудесімен жанына қарай еңкею; демін сыртқа шығару, дауыстап (CCCCC) деп дыбыс шығарып, қолдарын жылжыту; тік тұрып демін ішке жұтып, екінші жағына дыбыс шығарып еңкейеді 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. 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 1-2-3 деп, бір-біріне ұру. 4-б.қ. 2. Б.қ, аяқ арасы сәл 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. Бастанқы қалып, аяқ арасы ашық, қолда доп. 1дегенде отыру, қолды алға созу. 2дегенде тұру б.қ келу. 3дегенде отыру. 4дегенде б.қ келу. 4. Б.қ. еденде отыру қолда доп. 5. Б.қ. еденге жату, қолда доп, жатып велосипед тебу, жатып дем алу. Бастанқы қалып, бірінің артынан бірі адымдап жүру, жеңіл жүгіру. Демді қалыпқа келтіру				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық.	8.45.- 9.00	Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау				
Ұйымдастырылған іс-әрекет				<u>9:20 – 9:35</u> «Балдырған» ортаңғы топ Ойын «Құстар	<u>9:00 – 9:20</u> «Балауса» ересек тобы «Доға» Доппен орындалатын	<u>10:00 – 10:15</u> «Айналайын» ортаңғы топ Ойын «Құстар мен

8.45 -
11.45

мен мысық»
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»

**Күтілетін
нәтиже:**
қапшықты
нысанаға дәлдеп
лақтыруды алады.

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– 10:15

«Айналайын» ортаңғы
гобы

«Қапшықты нысанаға
лақтыру»

Доппен
орындалатын жалпы
дамытушы
жаттығулары
Негізгі қимыл-
қозғалыс
жаттығулар

Мақсаты: Қапшықты
нысанаға дәлдеп
лақтыруға үйрету
және көзбен
мөлшерлей білу

мысық» 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»

Күтілетін нәтиже:
қапшықты нысанаға
дәлдеп лақтыруды
алады.

9:40– 9:55

«Балдырған» ортаңғы
гобы

«Қапшықты нысанаға
лақтыру»

Доппен
орындалатын
жалпы дамытушы
жаттығулары

					дағдыларын дамыту. Ұжым болып ойнауға тәрбиелеу. Гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуге жаттықтыру. Еркін ойын: «Мен спортсменмін!» Күтілетін нәтиже: гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуді біледі	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
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.

Ғылыми-педагогикалық іс-әрекет барысында қозғалыс белсенділігі мен тынығу кезеңдерін үйлестіре жоспарлаңыз.

Тексерілді 28.12.2027 ж.