

Тәрбиелеу – білім беру процесінің циклограммасы

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

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Нұрлыбекқызы А

Жоспардың құрылу кезеңі: 23- 27 қазан

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 23.10.2023	Сейсенбі 24.10.2023	Сәрсенбі 25.10.2023	Бейсенбі 26.10.2023	Жұма 27.10.2023
Таңғы жаттығуға дайындық	8.00	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау				
«Айналайын» ортаңғы топ	08.20-08.45	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ №II КЕШЕН (лентамен, әуемен) <i>Кіріспе бөлімі:</i> <i>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</i> <i>Шеңбер бойымен марш екпінмен 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> <i>Негізгі бөлім:</i> <i>Б.қ.: «Биші»</i> <i>2. Аяқтары ашақ қойылған, оң қолдағы лентаны – жоғарыға, сол жақтағыны – төменге сермеп отырып ауыстыру. /5 рет қайталау./</i> <i>Б.қ.: «Бұйрықты орында»</i> <i>4. Аяқтарын ашық қою, ленталар екі жақта. Қолдары төменде. «Ал», «қой» - дегенде тез алып қою керек. /6 рет қайталау./</i> <i>Б.қ.: «Қоңілді аяқтар»</i> <i>5. Аяқтарын ашақ 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 жүзіру.</i>				
«Балдырған» ортаңғы топ						
«Ақжелкен» ересек топ						
«Балауса» ересек топ						
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық.	8.45.-9.00	Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау				

8.45 -
11.45

10:00 – 10:15
«Айналайын» ортаңғы 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.

9:25 – 9:40
«Балдырған» ортаңғы 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

9:25–9:45 «Балауса» ересек тобы

«Жүгіру»
Құм салынған дорбамен 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 үйрету. Қимыл үйлесімділігін дамыту.
Еркін ойын: «Фигура жаса».

Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінен арқаға дорба іліп алып жүгіруді біледі.

9:00–9:20
«Ақжелкен» ересек тобы

«Жүгіру»
Құм салынған дорбамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары.
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.
Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстінен арқаға дорба іліп алып

10:00 – 10:15
«Айналайын» ортаңғы тобы
«Оң және сол қолмен лақтыру».

Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар
Мақсаты: Көлденең қойылған нысанаға затты лақтыруды үйрету. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, 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.

09:00–9:20 «Балауса» ересек тобы

«Фигура жаса»
Құм салынған дорбамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары.
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.
Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстінен

10:00 – 10:15
«Айналайын» ортаңғы 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.

9:40 – 9:55
«Балдырған» ортаңғы тобы
«Тепе-теңдікті сақтау».

Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.
Мақсаты: Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту.
Қозғалыс белсенділігінің

Ұйымдастыр
ылған іс-
әрекет

		мөлшерлей білу дағдысын және қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамытуға ықпал ету. Еркін ойын: «Қоңыздар». Күтілетін нәтиже: бір орында тұрып ұзындыққа секіру шарттарын біледі. 10:40–11:05 «Ақжелкен» 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 үйрету. Қимыл үйлесімділігін дамыту. Еркін ойын: «Фигура жаса». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінен арқаға дорба іліп алып жүгіруді біледі.	жүгіруді; заттар арқылы оң және сол бүйірмен екі аяқпен алға қарай жылжи секіруді үйрету. Қимыл үйлесімділігін дамыту. Еркін ойын: «Фигура жаса». Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық орындық үстінен арқаға дорба іліп алып жүгіруді біледі.		арқаға дорба іліп алып жүгіруді; қолды жерге тигізбей жіптің астынан еңбектеп отуді үйрету. Еркін ойын: ««Фигура жаса». Күтілетін нәтиже: Құм салынған дорбашамен орындалатын жалпы дамыту жаттығуларын меңгерді.	уақытын кеңейту. Қимыл-қозғалыс үйлесімді ету қабілетін дамыту. Еркін ойын: «Нысанаға дәл тигізу». Күтілетін нәтиже: тепе-теңдікті сақтап жүруді 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				

Ғимилы белсенділігін арттыру үшін спорттық құраандарға көбірек пайдаланатынмыз.

Тексерілді 20.10.2023 жж