

Тексерілді: *А.К. Керуенбаева*
 Эдіскер А.К. Керуенбаева

ЦИКЛОГРАММА
Дене шынықтыру I- апта Қыркүйек 01-03.09.2021жыл

| Апталар | Топтын атавы | Кіші топ | Ортанғы топ | Ересек топ |
|----------|--|--|--|------------|
| Дүйсенбі | | | | |
| Сейсенбі | | | | |
| Сәрсенбі | <p>Такырыбы: Жұру, жүгіру</p> <p>Смарт мақсат: Ересектердің көрсетуі бойынша дене жаттыгуларын орындауды</p> <p>Ресурстар: Жалауша, дуга</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>Негізгі болім: Жалпы даму жаттыгулары</p> <p>Б.к.: «Желбірейді жалау»</p> <p>1. Аяктары нык молшерінде. Жалаушаны жогары созып ұстайды. Жалаушаны және басты он – сол жақта кисайту. /4 рет кайталу/</p> <p>Б.к.: «Әткениш»</p> <p>2. Аяктары алшак койылған, жалаушалар теменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет/</p> <p>Б.к.: «Кім жылдам»</p> <p>3. Аяктарын алшық кою, отыру жалаушаны алға созу, түру жогары кетеру.</p> <p>Б.к.: «Жүлдізша»</p> <p>4. Аякты бірге, денені тік ұстасу. Жалауша белде. Орнында секіріп аякты және жалаушаны жаңға созу</p> <p>Б.к.: «Көнілді жалауша»</p> <p>5. Аяктарын алшак кою, жалаушалар жогары кетеріп, секіру.</p> <p>Тәрбиешінің жетекшілігімен ойни: Кімділді ойни: «Топта шар үрлейік»</p> <p>Күрьымдалған ойни: «Көнілді жалауша»</p> <p>Шарты: Аяктарын алшак койып, жалаушалар жогары томен кетерсе алады..</p> | <p>«Сапта журу»</p> <p>Смарт мақсат: Сапта бір-біреуден жүреді және жүгіре алады. Сызыктар арасымен (15 см арақашықтық) тепе-тепеңдікті сактап жүгіруге талпынаңды. Балаларды алғырылқы шашшандыққа тәрбиелеу.</p> <p>Ресурстар: Доптар, күм салынган капшыктар Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>Негізгі болім: Жалпы даму жаттыгулары</p> <ul style="list-style-type: none"> - Б.к.: (бастапқы калып): аяктары нык деңгейінде, колдары кеуде алдында, шынтақтары бүтілген, саусақтары жұдымырыққа түйілген. Осы күйінде колдарын айналдыру кімділдерин орындауды. Колдарын кезек-кезек айналдырады. - Б.к.: аяктары сол ашилған, колдары артқа қарай жиберілген. Отырып, колдарымен тізесін құшақтау, түру, колдарын артқа жиберу және т.с.с. - Б.к.: аяктарын ашип отыру, колдары артқа жиберілген. Енкейіп, аяктарының ұштарына колдарын тигізу, тік түру, колдарды артқа қарай жиберу, кайтадан алғашкы қылышка келу. <p>Кімділді ойни: «Топта шар үрлейік»</p> <p>Күрьымдалған ойни: «Көнілді жалауша»</p> <p>Шарты: Аяктарын алшак койып, жалаушалар жогары томен кетерсе алады..</p> <p>Еркін ойни:</p> <p>Арқан тартыс</p> <p>Шарты: екі топқа болініп, арканды тартады.</p> | <p>«Екі аякпен секіріп түру және жұптасып допты бір біріне лактыру»</p> <p>Смарт мақсат: Допты екі колмен желке түсінген лактыра алады. Доптың ұшына дұрыс траектория бере алады.</p> <p>Күтілетін нағиже: Колдарын еркін жаза біледі</p> <p>Ресурстар: арқандар, борене.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі; командада жұмыс жасау, сыны ойлау, сарапау; үдеріс арқылы, бакылау: тікелей, жанама,</p> <p>ҰОҚ етілу барысы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Салемдесу. 2. Шенбермен журу. Колды жогары созайык, Шапалакты ұрайык. (колды жогары созып шапалактап журу) 3. Енкейіп, аяктарының ұштарына колдарын тигізу, тік түру, колдарды артқа қарай жиберу, кайтадан алғашкы қылышка келу. 4. Балаларға таяқшалар беру, бірінін сонынан бірін жүтіріп, шенберге тұргызу. <p>3. Жалпы даму жаттыгулары.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Аяктар алшак койылған, колдар бүйірде. Басты он иштеп сол ныкка қарай, сол онга қарай ілтү. «з-з-з» деп айтту. /4 рет кайталу/ 2. Аяктары алшак койылған, колдары бүйірде, онға - солға бұрылу, Әр бұрылған сайын «кердім» деп айтту. /4 рет / 3. Аяктары алшак койылған, Колды алдыға созып, он колмен сол колды айқастырып, кайшылау. / 4 рет кайталу/ 4. Аяктарын біркітіру. Колдарын коянның аяғына ұксату. Орнында секіру. <p>5) Тыныс алу жаттыгуы</p> <p>Араның дыбысын салу з-з-з</p> <p>4. Негізгі кимділдік ойнилер жаттыгулары.</p> | |

| | | | |
|----------|---|---|--|
| | | | <p>Допты (кішкене доптар) алып бір колымен себетке лактыру</p> <p>Бақылау адісі: «Жаппай бақылау</p> <p>5. Қимылды ойын: "Көжектер"</p> <p>Шарты: Балалар шенбер жасап тұрады. Бір бала "түлкі" болады. Қалғандары көжектер секірін билеп жүреді. Түлкі сыйбырымда естіп көжектерді қуады. Каша алмай қалған көжектерді түлкі ұстап алады. Ойын осылай кайталана береді.</p> <p>Құрымдалған ойын: "Құстардың ұшын келуі"</p> <p>Шарты: Балалар (құстар) канаттарын жайып, алғанын барлық жерине ұшады. "Боран" деген белгі бойынша құстар ағаштарға тығылады. Тәрбиеші "Боран тынышталды" деген кезде ағаштардан түседі де ұша береді.</p> <p>Еркін ойын: Тығылыштақ</p> <p>6. Кері байланыс</p> <p>Балаларды маддектау,</p> |
| Бейсенбі | | | |
| Жұма | <p>Такырыбы: Жұру, жүгіру</p> <p>Смарт максат: Таза ауда педагогтын артынан журеді және бір калыпты жүгіре алады.</p> <p>Ресурстар: Жалауша, дуга</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>Негізгі болім:</p> <p>Жалпы даму жаттыгулары</p> <p>Б.к.: «Желбірдейді жалау»</p> <p>1. Аяктары иық молшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты он – сол жақтағы кисайту. /4 рет кайталу/</p> <p>Б.к.: «Әткенешек»</p> <p>2. Аяктары алшак койылған, жалаушалар томенде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет/</p> <p>Б.к.: «Кім жылдам»</p> <p>3. Аяктарын алшық кою, отыру жалаушаны алға созу, тұру жоғары кетеру.</p> <p>Б.к.: «Жұлдызыша»</p> <p>4. Аякты бірге, деңені тік ұстасу. Жалауша белде. Оринында секірін аякты және жалаушаны жаңға созу</p> <p>Б.к.: «Конілді жалауша»</p> <p>5. Аяктарын алшак кою, жалаушалар жоғары кетеріп, секіру.</p> <p>Тыныс алу жаттыгулары: «Үйшік» - тік тұрып, аякты бір - бірінен алшық ұстайды, колды бастағын асыра кетеріп, «үйшік» сияқты біріктірелі, демді ішке тартады, колды томен түсіріп, деңені босатып демді шығарады.</p> | <p>Такырыбы: «Сапта жүру»</p> <p>Смарт максат: Сапта бір-біреуден журеді және жүгіре алады</p> <p>4-6 м аракашылықта сибекте алады.</p> <p>Негізгі болім:</p> <p>Жалпы даму жаттыгулары</p> <p>Б.к.: «Желбірдейді жалау»</p> <p>1. Аяктары иық молшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты он – сол жақтағы кисайту. /4 рет кайталу/</p> <p>Б.к.: «Әткенешек»</p> <p>2. Аяктары алшак койылған, жалаушалар томенде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет/</p> <p>Б.к.: «Кім жылдам»</p> <p>3. Аяктарын алшық кою, отыру жалаушаны алға созу, тұру жоғары кетеру.</p> <p>Б.к.: «Жұлдызыша»</p> <p>4. Аякты бірге, деңені тік ұстасу. Жалауша белде. Оринында секірін аякты және жалаушаны жаңға созу</p> <p>Б.к.: «Конілді жалауша»</p> <p>5. Аяктарын алшак кою, жалаушалар жоғары кетеріп, секіру.</p> <p>Тыныс алу жаттыгулары: «Үйшік» - тік тұрып, аякты бір - бірінен алшық ұстайды, колды бастағын асыра кетеріп, «үйшік» сияқты біріктірелі, демді ішке тартады, колды томен түсіріп, деңені босатып демді шығарады.</p> | <p>«Екі аякпен секіріп тұру және жұлтасып допты бір біріне лактыру»</p> <p>Смарт максат:</p> <p>Басты дұрыс ұстап, табанға толық басып жүре алады. Заттардың арасынан ирленедеп жүреді. Екі аякпен бір мезгілде серпел көс аякпен бір мезгілде серпіле көс аяқтан алға жылжы секіру және жерге женил. аяктын ұшымен конуды орындаі алады.</p> <p>Күтілетін натиже: арканның астынан он және сол бүйірімен алға сибектеп кірелі, 4-5 сырый арқылы орнынан ұзындықка секіреді, Борене ұстімен тепе-тәндікте састан жүреді.</p> <p>Ресурстар: аркандар, борене.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі; командада жұмыс жасау, сынни ойлау, саралау; үдеріс арқылы, бақылау: тікелей, жашама.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1. Салемдесу.</p> <p>2. Шенбермен жүру. Колды жоғары созайык, Шапалакты ұрайык. (колды жоғары созып шапалактап жүру)</p> <p>Көңе колды жазайык,</p> <p>Қарлығашка ұксайык</p> <p>Балаларды маддектау.</p> <p>Балаларға таяқшалар беру, бірнін сонынан бірін жүтіріп, шенберге тұрызу.</p> <p>3. Жалпы даму жаттыгулары.</p> |

акты бер - бірінші алишак үстайлы, көлдем бастаң азыра көтеріп, «ұйын» сиякты беріктірсіз, лемі шике тартады, көлдем томен түскіріп, ленені бесатып демін шығарады.

4 к мөдөн, бала үні
Онім арқылы саралдау Жетелесуші сұрақтар арқылы бакылау
Тәрбиешінің жетекшілігімен ойын:
Кімнұлды ойын: «Балабакшадаты көнілді зерттар»
Шарты: Ойын шартын түсіндіру
Еркін ойын: «Қызықты тақташтар»
Шарты: Түрлі-түсті тақташар арқылы балабакша құрастырып ойнайды.

4 к мөдөн, бала үні
Онім арқылы саралдау Жетелесуші сұрақтар арқылы бакылау
Құмыл-қоғалыс жаттыгулары.
Дома астынан сибектен оту
Онім арқылы саралдау
Кімнұлды ойын: Кожектер мен тұлқілер
Шарты: Бір бала тұлқі болып сайланады. Қалған балалар көкжек бетнердесін кін, донгелесін отырады.
Құрылымдалған ойын: Өз үйінді тап
Шарты: Ойыншылар 3-4 кішкентай аласа ұзынша орыншылтарда отырады. Барлық балаларда зәмін үлкен ойнаныктар бірнеше тұрган ұзынша орындыста күмршак, скриншіндегі -шт, үшіншіндегі-мұсылык, терпіншіндегі-аю, коян. Тәрбиешінің «Серуенге шығамыз» жүтіре алды.
Тәрбиешінің «Жанбыр жауа бастады» деген нұсқауымен балалар өз үйлерине кірай жүгіре алыны.
Еркін ойын: «Құстар жем жейді»
Смарта мақсат: құстардың кімнұлдың салын корсетеді.
«Жаштай бакылау
Корытынды:
Бір саппен шенбер бойы жүру. /жазаушашарды себестек салу/ Маршнен жүру. «Айналу» - бір - бірінші колынан үстай отырын, айнала жүтіру.
Бастапқы қалыпка келу.
Бала үні.
Балаларды маддектау.

1. Аяктар алишак койылған, көлдәр бұйрарде. Басты он иштеп сол ынықта кірай, соң онға кірай жету. «-Э-» дег айтту. /4 рет кайталу/
2. Аяктарды алишак койылған, көлдәр бұйрарде, онға - солға бұрыту. Ер бурмысан сайын «жордім» дег айтту. /4 рет/
3. Аяктарды алишак койылған. Көлдем алтынға созып, он көлемен сол жокеи айқастырып, кайшылау. /4 рет кайталу/
4. Аяктарын бірнектіру. Көлдәрдың жоғынын аяғын үскату. Орнында секіру.
5) Тыныс алу жаттыгу
Аралын тыбысын салу. 1-1-1
4. Негізгі кімнұлды қоғалыс жаттыгулары.
Донғы (шыншын донтар) алып бір көлпамен себестек жастиру
Бакылшу жүйесі: «Жаштай бакылау
5. Кімнұлды ойын: «Кожектер»
Шарты: балалар шенбер жасап тұрады. Бір бала «тұлқі» болыпты. Қалғандардың кожектер секірін дыбын жүрелі. Гүлкі сыйбыздарды естіп көжектерді қудалы. Каша алмай қалғандардың тұлқи үстеген алыны, ойын осынай кайтаданда береді.
Қарынчалған ойын: «Құстардың ұшын жезуі»
Шарты: балалар (құстар) канаттарын жайып, алшынан барлық жерине ұшады. "Боран" деген белгі бойынша құстар ағаштарға тыңылады. Тәрбиеші "Боран ғынниталдау" деген көзде ағаштардан түседі де ұша береді.
Еркін ойын: Тыңылтыстасқ
6. Көрі байланыс
Балаларды маддектау

Тексерілді: *Керуенбаева*
Әдіскер: А.К. Керуенбаева

ЦИКЛОГРАММА

Дене шынықтыру II апта Қыркүйек 06-10.09.2021 жыл

| Анталар | Топтың атавы | Кіші топ | Органды топ | Ересек топ |
|----------|--------------|---|---|--|
| Дүйсенбі | | <p>Такырыбы; Жұру, жүгіру Педагогтың артынан жұру және бір калыпты жүгіре алады. доппен</p> <p>Ресурстар: Улken және кіші доптар Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, VOK өтілу барысы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Амандасу. 2. Кіріспе Тәрбиешінің артынан жұру, жүгіру. Шенберге түрү. 3. Жалпы даму жаттығулары. Доппен -Б.к.тік түрү, допты екі колымен ұсташа. 1. Допты алға созу. 2. кеуде тұсына экелу. 3. Б.к. келу (3-4р) 2). Допты жоғары көтеру, тусіру. Б.к. келу. (3-4рет) 3) допты екі колмен кеудеге ұсташа. Доппен бірге кос аяқпен секіру. 4) Тыныс алу жаттығуы. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шыгару. Б.к. келу Жанама бакылау, енім арқылы саралау, син ойлау, бала үні 4. Негізгі кимыл қозғалыс жаттығулары. 1. Допты бір –біріне домалату. Бекіту. 5. Кимылды ойын: «Доптарды кім тез жинайды?» Максаты: ентілікке, жылдамдыққа тәрбиеleу. Күрьымдаған ойын: Доппен Шарты: балалар екі топқа болініп доптарды түстеріне карай жинаі алады. 4 к моделі, бала үні Мазмұн арқылы саралау Жетелесуші сұрқартар арқылы бакылау 6. Қортынды. Башшарды маддектау | <p>«Сапта жұру» Смарт максат: Сапта бір-бірлеп жүреді және жүгіре алады. Журуді жүгіруге ауыстырылады. Дене жаттығуларын орындаі алады. Күтілетін нәтиже: арқаның астынан он және сол бүйірімен алға енбектеп кіреді, 4-5 сыйық арқылы орынан үзіндікка секіреді. Берене үстімен тепе-тәндікте сақтап жүреді.</p> <p>Ресурстар: арқандар, берене. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, синни ойлау, саралау; үдеріс арқылы, бакылау: тікелей, жанама.</p> <p>VOK өтілу барысы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Салемдесу. 2. Шенбермен жұру. Колды жоғары созайык, Шапаласты ұрайык. (колды жоғары созып шапаластап жұру) Кане колды жарайык, Карапыашқа ұксайык Балаларды маддектау. Балаларға таяқшалар беру, бірінін сонынан бірін жүгіріп, шенберге түргизу. 3. Жалпы даму жаттығулары. 1. Аяктар шишик койылған, колдары артта. Иыққа кониган кобелекті көру, басты онға, солға бүрү, «конды» деп айтту, бр Б. к.: «Жылланының қозғалысы» 2. Аяқ иық көлемінде, колды жаңға созу. Жылланың кимылын жасау, иякты ирелендете айналдауру. /6 рет кайташу/ Б.к.: «Қайшы» 3. Аяктар шишик койылған, колдар жан-жакта, колдарды кайшылау./6 рет / Б. к.: «Жұлдызыша» 4. Колдары белде. Аякты бірге ұсташа. Орында секіріп аякты және колды жаңға соду «ха-а-а» деп айтту, орыннан секіріп аякты біріктіру және колды белге кою, «хоп» деп айтту. /6 рет / <p>Тыныс алу жаттығулары: шабдектік дыбысын</p> | <p>Екі аяқпен секіріп түрү және жұптасып допты бір біріне ластиру» Смарт максат: 1.Алда түрган затқа дейін кос аяқпен секіруді білеі, допты заттардын арасынан домалатады.</p> <p>2. Белгілі бір кашықтыққа койылған затқа дейін кос аяқпен секіріп бара алады. Ойын арқылы балалардың үйрентен дагдыларын бекіту. 3.Дене шынықтыруға деген қызыгуышылдықтарын арттыру, ентілікке, шашандыққа тәрбиеleу.</p> <p>Ресурстар: Сылдырымактар, капшыктар, зога. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, Тікелей бакылау. Кіріспе болімі: Бірінің артынан бірі сапка түрү. Шенбер бойымен «аюға» ұксап жұру. Кол жоғарыда, аяктың ұшымен жұру, кол жанда, оқшемен жұру жұптасып жұру. Шенбер бойымен түрү. Колдарын созып, аракашыктықты сақтау Негізгі болім: Жалпы даму жаттығулары. Сылдырымакпен Б.к.: «Кобелек конды» 1. Аяктар иық молшерінде. Колдары артта. Иыққа кониган кобелекті көру, басты онға, солға бүрү, «конды» деп айтту, бр Б. к.: «Жылланының қозғалысы» 2. Аяқ иық көлемінде, колды жаңға созу. Жылланың кимылын жасау, иякты ирелендете айналдауру. /6 рет кайташу/ Б.к.: «Қайшы» 3. Аяктар шишик койылған, колдар жан-жакта, колдарды кайшылау./6 рет / Б. к.: «Жұлдызыша» 4. Колдары белде. Аякты бірге ұсташа. Орында секіріп аякты және колды жаңға соду «ха-а-а» деп айтту, орыннан секіріп аякты біріктіру және колды белге кою, «хоп» деп айтту. /6 рет /</p> |

| | | | |
|----------|---|---|--|
| | | <p>колдары бүйірде, онға - солға бұрылу, Әр бұрылған сыйын «көрдім» деп айтуду. / 4 рет /</p> <p>3. Аяқтары алшак койылған , Колды алдынға созып, он колмен сол колды айқастырып, кайшылау. / 4 рет кайталау/ 4. Аяқтарын берістіру. Колдарын коянның аягына ұқсату. Орнында секіру.</p> <p>5) Тыныс алу жаттығуы Араның дыбысын салу.з-з-з</p> <p>4.Негізгі кимыл козғалыс жаттығулары, Допты (кішкене донгтар) алып бір колымен себетке лактыру</p> <p>Бақылау адісі: «Жаппай бақылау</p> <p>5.Құрлымдалған ойын: «Күн мен түн» Ойын шарты: Тәрбиеші «күн» дегендеге балалар секіреді, жүгіреді. «Түн» дегендеге үйіктайды. Жанама бақылау.</p> <p>Еркін ойын: Сакина тастау</p> <p>6. Кері байланыс Балаларды маддектау.</p> | <p>салу(ш-ш-ш). Терсі тыныс алып, демді шыгару.</p> <p>Бастапқы калыпка келу. Кімыл- козғалыс жаттығуы Кішкене капшыкты тобесіне койып, тақтай үстімен журу.</p> <p>4 к моделі, бала үні. Өнім арқылы саралашу</p> <p>Жстелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Негізгі кимыл-козғалыс жаттығулары.</p> <p>1.Кішкене капшыкты тобесіне койып, тақтай үстімен журу.</p> <p>2.Дога астынан сибектен ету.</p> <p>Кімбылды ойын: «Кояндар мен қасқыр» Максаты: Балаларды алғырлыққа, қырагылыққа, татулыққа тәрбиелесу. Еттілік касиеттерін арттыру. Денсаулықтарын шынықтыру. Еркін ойын: Мысық пен Тышкан</p> |
| Сейсенбі | | | |
| Сарсенбі | <p>Такырыбы: Дене жаттығулары (кога ариалған)</p> <p>Смарт мақсат Ересектердің көрсетуі бойынша дене жаттығуларын орындауды.</p> <p>Кіріспе болім</p> <p>1. Сапка түрү, әр түрлі бағыт-та жүрү, тәрбиешінін белгісі бойынша шашыранқы жүгіру жай жүргүре ауыса отырып, оз орындарына түрү.</p> <p>Ресурстар: Жіпптер, гимнас орындық, ойын бет перделсі.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>Жалпы даму жаттығулары.</p> <p>Жіппен. 5 – болім.</p> <p>Жалпы даму жаттығулары:</p> | <p>Такырыбы «Сапта жүру»</p> <p>Смарт мақсат: Сапта бірінін артынан бірі жүреді және жүтіре алады. Кос аяқпен басты затка тигізіп секіре алады.</p> <p>Карата-карсы отырып, аякты алшак үстап, допты домалатуді біледі.</p> <p>Б.к.: «Әткенишек»</p> <p>1. Аяқтары алшак койылған, жалаунашалар томенде. Жалаунашаларды артқа- алдынға кирай сермеу. /5 рет/</p> <p>Б.к.: «Желбірдейді жалаву»</p> <p>2. Аяқтары ишкі молшерінде. Жалаушины жогоры созып</p> | <p>Такырыбы; «Екі аяқпен секіріп түру және жұптасып допты Смарт мақсат:</p> <p>бір біріне лактыру»</p> <p>Допты екі колмен кеуде тұсынан колдарын екіншілі кимылмен жаза лактыра алады . Кімбылды ыргакшың жәніл, еркін кол мен аяктын кимылшарын үйлестіреді орындауды.</p> <p>Кіріспе болімі: Сапка түрү.</p> <p>Шенбер бойымен денені тік үстап, алымдал жүрүденені тік үстап секірмелі жүгіріс . табиғиң ішкі жақтарымен қыска және алшак қадаммен журу.</p> <p>Б.к.: «Кобелек конды»</p> <p>1. Аяқтары ишкі молшерінде. Колдары артта. Ишкі контан кобелекті кору. басты онға, солға бүрү, «конды» деп айтуду. бр</p> |

| | | | |
|--|---|--|---|
| | <p>1.Аякты алшак кою. Жіпті омырауга ұстau, алға созу, жогары котеру, алға соу, бастапқы калып. 5рет.</p> <p>2. Отырып, түру. Жіпті омырауга ұстau, отырып жіпті алға, созу, түру бастапқы калып. 4-5 рет.</p> <p>3.Отыру. Аякты алшак кою. Жіп ті алға ұстau, сінкейіл он аяктын ұшына тигізу, солай сол аякка. 5-рет</p> <p>4. Аркамен жату. Жінті бастан асъра ұстau, аякты котеріп жіпті аяктын ұшына тигізу.Он аяк, сол аякка. 5-рет.</p> <p>2. 5. Жіп жерде. Колды белге ұстап жілтеп секіру.</p> <p>3. Өнім арқылы саралау, жанама бакылау, бала уні.</p> <p>2. Негізгі кимыл – қозғалыс жаттығулары.</p> <p>2- белім Түрлері:</p> <p>-Гимнастикалық орындық үстінен ішімен тартылым жүру.</p> <p>Сыни ойлау, бала уні.</p> <p>3. Құрлымдалған ойын: «Оз түсінді тап»</p> <p>Шарты: Балалар үш-төрт жалауша алады бірі жасыл, екіншісі кек, үшіншісі сары алады да 4-5 адамнан болменин бүршттарында тоғтасалы. Эр түрлі жалаушалар (жасыл, кек, сары) кояды. «Оз түсінді тап», деген жана бүйрек бойынша балалар өздеріне лайыкты түстегі жалаушага карай жүгіреді.</p> <p>Еркін ойын: «Мысық пен тышқан» <p>Сапка түру, эр түрлі бағытта жүру, ұзындық бойынша түру. Командада жұмыс, бала уні. Сұрак – жауал. Балаларды мадактау.</p> </p> | <p>устайды. Жалаушаны және басты он – сол жаққа қосаіту. /4 рет кайташау/ Б.к.: «Кім жылдам»</p> <p>3. Аяктарын алшак кою, отыру жалаушаны алға созу,түру жогары котеру.</p> <p>Б.к.: «Көңілді жалауша»</p> <p>4. Аяктарын алшак кою, жалаушалар жогары котеріп,секіру.</p> <p>Б. к.: «Жұлдызша»</p> <p>5. Аякты бірге, денені тік ұстau. Жалауша белде. Орнында секіріп аякты және жалаушаны жаңға созу</p> <p>3.Жалпы даму жаттығулары. Доппен -Б.к.тік түрү.доппты екі колымен ұстau.</p> <p>1.Доппты алға созу. 2.кеуде туынна экелу. 3.Б.к.келу.(3-4р)</p> <p>2).Доппты жогары котеру, туыру. Б.к. келу. (3-4рет)</p> <p>3) доппты екі колымен кеудеге ұстau.</p> <p>Доппен бірге кос-аяпен секіру.</p> <p>4)Тыныс алу жаттығуы.</p> <p>Мұрынмен дем алып,ауыздан демді шыгару.</p> <p>Б.к.келу</p> <p>Жанама бакылау, онім арқылы саралау, сын ойлау, бала уні</p> <p>4.Nегізгі кимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <p>1.Доппты бір –біріне домалату. Бекіту.</p> <p>5.Кимылды ойын: «Доптиарды кім тез жинайды?»</p> <p>Максаты:ентілікке, жылдамдықка тәрбиелеу.</p> <p>Еркін ойын: Арқан тарту</p> <p>Шарты: Балалар екі топка болініп,берілген белгі арқылы,арқан тартысады.</p> | <p>Б. к.: «Жыланнын қозғалысы»</p> <p>2. Аяк нық колемінде, колды жаңға созу. Жыланың кімділін жасау, ишкі ирелендете айналдыру. /6 рет кайталау/</p> <p>Б.к.: «Қайшы»</p> <p>3.Аяктар алшак койылған, колдар жан-жакта, колларды кайшылау./6 рет /</p> <p>Б. к.: «Жұлдызша»</p> <p>4. Колдары белде. Аякты бірге ұстau. Орнында секіріп аякты және колды жаңға созу «ха-а-а» деп айтту, орнында секіріп аякты біріктіру және колды белге кою, «хон» деп айтту. /6 рет / Тыныс алу жаттығулары: шойнектік дыбысын салу(ш-ш-ш). Терен тыныс алып, демлі шыгару</p> <p>Кімділі ойын: «Деп какпала»</p> <p>Максаты: балаларды анық кимылдауға жеткіткізу.</p> <p>Құрлымдалған ойын: «Допты куалап ұста»</p> <p>Шарты: Шашылып жаткан допты жинал балалының колының деңгейінде ұстап түрган себестекі лактыруға үрету.</p> <p>Еркін ойын: Күн мен Жанбыр Бала уні, тікелей бакылау.</p> <p>Корытынды: шенбер бойы жүру. Катарға түру. Сұрак-жауап. Балаларды мадактау.</p> |
|--|---|--|---|

| | | | | |
|---------|--|---|---|--|
| | | | 4 к моделі, бала үні Мазмұн арқылы саралau Жетелеуші сұраптар арқылы бакылау 6.Қортынды. Балаларды мадақтау | |
| Бейсебі | | | | |
| Жұма | <p>Таза ауда журу,жүгіру. Смарт максат: (Қайталau) Максаты: Таза ауда педагогтың артынан жүреді және бір жаһыпты жүгіре алады. Ресурстар: Сылдырымкартар, жіптер, ойын бет перлесі. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, ҰОҚ етілу барысы: 1.Балалармен амандасу. «Пойыз» ойныны. Балаларға үлкен себеттегі доптарды көрсету. Доптарды балалардың оздерінде алғызып, бірінін сонынан бірін жүргізіп, шенберге тұргызу. Командада жұмыс, сыни ойлау. 2.Жалпы даму жаттыгулары: Сылдырымакпен 1.Б.к.: тік түру, аяқ бірге, сылдырымак қеудеде. Сылдармакты алға созу. Жогары котеру. Алға созу. Б. к. Келу 2.Дене бұлшыкеттеріне арналған жаттыгулар: Сылдырымакты алға созу.. Отыру, түру. Б. к. Келу 3. Аяқ бұлшыкеттерінс арналған жаттыгулар: Аяқ арасы нық көлеміндегі алшак, сылдырымак қеуде тұсында. Сылдырымакты алға созу. Енекуо, сылдырымакты тізеге тигізу. Б. к. келу. Б. к.: тік түру, сылдырымакты кос колмен ұсташу. Кос аяқпен секіру. Б. к. Тыныс алу:«Сылдырымакты үрасу». 4К моделі, бала үні, онім арқылы саралau. 3. Негізгі кимыл қозғалыс жаттыгулары: Колға сылдырымак үстап Екі жіп арасымен түзу журу. Мазмұн арқылы саралau, жаңама бакылау.</p> <p>«Сапта журу» Смарт максат: (Сапта бірінің артынан бірі жүреді және жүгіре алады Кос аяқпен басты затқа тигізіп секіре алады. Карама-карыс отырып, «Жыланаша» арасы алшак түрган заттар арасымен енбектей алады. Ресурстар: дуга,доптар Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау. Kіріспе болімі: Салқа түру. Шенбер бойымен деңені тік үстег, адымдал жүру деңені тік үстап секірмелі жүгіріс . табанның ішкі жақтарымен қыска және алшак қадаммен жүру. Б. к.: «Жыланының қозғалысы» 1. Аяқ иық көлемінде, колды жаңга созу. Жыланының кимылын жасау. иыкты ирленедете айналдыру. /6 рет кайталau/ Б. к.: «Жұлдызша» 3. Колдары белде. Аякты бірге ұсташу. Орнында секіріп аякты және колды жаңга созу «ха-а-а» деп айтту, орнында секіріп аякты біріктіру және колды белге кою, «хоп» деп айтту. /6 рет / Б.к.: «Қайшы» 4.Аяктар алшак қойылған, колдар жан-жакта, колдарды кайшылау./6 рет / Тыныс алу жаттыгулары:</p> | <p>«Екі аяқпен секіріп түру және жүптасып допты бір біріне лактыру» Смарт максат: Еденге салынған резенке кілемші үстімен торт тағандап алакан мен табанға сүйеніп торт тағандап алакан мен тізеге сүйенуді біледі. енбекте алады.Допты екі колымен кеуде тұсынан скіпінде кимылмен жаза лактыра алады. Женіл бытыраш жүгіду орындаі алады Ресурстар: Сылдырымкартар,капшыктар, дуга. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау. Тікелей бакылау. Kіріспе болімі: Бірінің артынан бірі салқа түру. Шенбер бойымен «аюға» ұксап жүру. Кол жогарыда, аяктын ұшымен жүру.кол жаңда. өкшемен жүру жүптасып жүру . Шенбер бойымен түру. Колдарын созып, арахашыстықты сактау Негізгі болім: Жалпы даму жаттыгулары: Сылдырымакпен Б.к.: «Кебелек конды» 1. Аяктары иық мөлшерінде. Колдары артта. Иыкка конған кобелекті көрү, басты онга, солға бүру, «конды» деп айтту. бр Б. к.: «Жыланының қозғалысы» 2. Аяқ иық көлемінде, колды жаңга созу. Жыланының кимылын жасау. иыкты ирленедете айналдыру. /6 рет кайталau/ Б.к.: «Қайшы» 3.Аяктар алшак қойылған, колдар жан-жакта, колдарды кайшылау./6 рет / Б. к.: «Жұлдызша» 4. Колдары белде. Аякты бірге ұсташу. Орнында секіріп аякты және колды жаңга созу «ха-а-а» деп айтту, орнында секіріп аякты біріктіру және колды белге кою, «хоп» деп айтту. /6 рет / Тыныс алу жаттыгулары: шәйнектік дыбысын</p> | | |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | <p>Кімбылды ойын: «Ак кояның бірге»</p> <p>Шарты: Кояның кімбылын салып, сөкіре алады.</p> <p>4. Еркін ойын: Мысық пен тышқан»</p> <p>Смарт мақсат: балалар етті, шапшаң кімбылайды. Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>5. Корытынды. Балаларды мадактау</p> | <p>шайиңстік дәмбасын салу(ш-ш-ш). Терен тыныс алып, демді шыгару.</p> <p>Бастапқы калыпка келу.</p> <p>Кімбыл- козғалыс жаттыгым Кішкене капшыкты тобесіне койып, тақтай үстімен жүру</p> <p>Тыныс алу: «Шарды үрлеу»..</p> <p>Кімбылды ойын: Мысық пен Тышқан</p> <p>Күрлымдаған ойын: «Пойыз» ойыны.</p> <p>Балаларға үлкен себеттегі донттарды көрсету. Долттарды балалардың өздеріне алғызып, бірінік сонынан бірін жүргізіп, шенберге тұрғызу. Командада жұмыс, сыни ойлау.</p> <p>Еркін ойын: Айғөлек</p> <p>Шарты: екі топка болініп ойнауды үйрету, карсы жақтың күрсөузын үзіп, оз жынынан көбірек ойыншы алып кайтуға баулу. Хормен косылып ән айттуға тәрбиелсу.</p> | <p>салу(ш-ш-ш). Терен тыныс алып, демді шыгару.</p> <p>Бастапқы калыпка келу.</p> <p>Кімбыл- козғалыс жаттыгым Кішкене капшыкты тобесіне койып, тақтай үстімен жүру.</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Онім арқылы сараптау Жетелесуши сұркіттер арқылы бакылау</p> <p>Негізгі кімбыл-козғалыс жаттыгулары.</p> <p>1.Кішкене капшыкты тобесіне койып, тақтай үстімен жүру.</p> <p>2.Дога астынан инбектеп оту.</p> <p>Кімбылды ойын: «Кояндар мен қасқыр»</p> <p>Максаты: Балаларды алғырлыққа, қырагылыққа, татуалыққа тәрбиелу. Елтілік қасиеттерін арттыру. Денсаулықтарын шыныстыру</p> <p>Күрлымдаған ойын: «Қарыма-карсы жүгіріп оту»</p> <p>Максаты: тұстерді бекіту, жүгіру техникасындастыру.</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Мазмұн арқылы сараптау</p> <p>Корытынды: Шенбер бойы жүру. Еркін жүру. Колды жинаға созып, аяқтың үшімен жүгір</p> |
|--|--|--|---|

Тексерілді: *Айгер*
 Эдіскер А.К. Керуенбаева

ЦИКЛОГРАММА
Дене шыныктыру. III-апта Қыркүйек 13-17.09.2021 жыл

| Апталар | Топтын атауы | Кіші топ | Органды топ | Ересек топ |
|----------|--------------|--|--|--|
| Дүйсенбі | | <p>Тасқырыбы; Жұру жүгіру Педагогтын артынан журу және бір калыпты жүгіре алды. доппен Ресурстар: Үлкен және кіші доптар Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, - УОК отілу барысы: 1.Амандаусу. 2.Кіріспе Тәрбиешінін артынан жұру жүгіру. Шенберге тұру. 3.Жалпы даму жаттыгулары. Доппен -Б.к.тік тұру.допты екі колмен ұстau. 1.Допты азға созу. 2.кеуде түсінің акелу. 3.Б.к.келу.(3-4р) 2) Допты жоғары котеру, түсіру. Б.к. келу. (3-4рет) 3) допты екі колмен кеудеге ұстau. Доппен бірге кос аяқпен секіру. 4)Тыныс алу жаттыгуы. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шыгару. Б.к.келу Жанама бакылау, онім арқылы саралау, сын облау, бала үні 4.Негізгі кимыл көзғалыс жаттыгулары. 1.Допты бір -біріне домалату. Бекіту. 5.Кимылды ойни: «Доптарды кім тез жинайды?» Максаты: ептіліккө, жылдамдыққа тәрбиелеу. Құрылымдалған ойни: Доппен Шарты: балалар екі топка болініп доптарды түстеріне карай жинай алды. 4 к моделі, бала үні Мазмұн арқылы саралау Жетелевуші сұрқартар арқылы бакылау 6.Көрткінды.</p> <p>Балаларды маддақтау</p> | <p>«Санта жүру» Смарт мақсат: (Санта бірінін артынан бірі жүрді және жүгіре алды Кос аяқпен басты затка тигізіп секіре алды.Карата-карсы отырып, «Жыланша» арасы алушак турған заттар арасынен инбектей алды.</p> <p>Ресурстар: дода,доптар Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау,</p> <p>Kіріспе болмі: Санка тұру. Шенбер бойымен деңені тік ұстап, адымдан журу деңені тік ұстап секірмелі жүгіріс . табанының ішкі жақтарымен кыска және алушак қадаммен жұру. Б. к.: «Жыланнның көзғалысы» 1. Аяқ нық колемінде, колды жаңға созу. Жыланнның кимыллын жасау, нысты ирлеңдеу айналдыру. /6 рет кайталау/ Б. к.: «Жұлдызыша» 3. Коллары белде. Аякты бірге ұстau. Орныңда секіріп аякты және колды жаңға созу «ха-а-а» деп айтту, орныңда секіріп аякты бірқітіру және колды белде сою, «хон» деп айтту. /6 рет / Б.к.: «Қайшы» 4.Аяктар алушак койылған, колдар бүйірде. Басты он ынстан сол нықса караі, сол онға караі илтү. «3-3-3» деп айтту. /4 рет кайталау/ 2. Аяктыры алушак койылған , колшыры бүйірде, онға - солға бұрылду. Ор бұрылған сайын «кордым» деп айтту. /4 рет / 3. Аяктыры алушак койылған . Колды алдыға созып, он колмен сол колды айнастырып, қайшылау. /4 рет кайталау/ 4. Аяктырын бірқітіру. Колларын коянның аяғына ұксату. Орныңда секіру. 5) Тыныс алу жаттыгуы Араның дыбыссан салу. 3-3-3</p> <p>4.Негізгі кимыл көзғалыс жаттыгулары. Допты (кішкенес доптар) алып бір колмен себестеке лактыру. Бакылау апіс: «Жаштай бакылау</p> | <p>«Екі аяқпен секіріп тұру және жұлтасып зорты бір біріне лактыру» Смарт мақсат: 1.Боренеден аттан отуге, затты он және сол колмен атыска лактыруды орындауды . Балалар допты үстей алды. Ресурстар: архандар, борене. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, сынн облау, саралау; үдеріс арқылы, бакылау; тікелей, жанама, УОК отілу барысы: 1.Салемдесу. 2. Шенбермен жүру. Колды жоғары соғайык. Шапалалысты ұрайык. (колды жоғары соғып шапалаластаң жұру) Кінде колды жазайык, Карлығашқа ұксайык. Балаларды маддақтау. Балаларға тақшашар беру, біршам соңынан бірін жүгіріп, шенберге тұрсызу. 3.Жалпы даму жаттыгулары. 1. Аяктар алушак койылған, колдар бүйірде. Басты он ынстан сол нықса караі, сол онға караі илтү. «3-3-3» деп айтту. /4 рет кайталау/ 2. Аяктыры алушак койылған , колшыры бүйірде, онға - солға бұрылду. Ор бұрылған сайын «кордым» деп айтту. /4 рет / 3. Аяктыры алушак койылған . Колды алдыға созып, он колмен сол колды айнастырып, қайшылау. /4 рет кайталау/ 4. Аяктырын бірқітіру. Колларын коянның аяғына ұксату. Орныңда секіру. 5) Тыныс алу жаттыгуы Араның дыбыссан салу. 3-3-3</p> |

| | | | |
|----------|---|--|--|
| | | <p>Тыныс алуу: «Шарды үрдесу».. Кімнұлды ойын: Мысық пен Тышкан Күрлымдаған ойын: «Ноймыз» ойыны. Балаларға үлкен себебтегі донгтарлы корсету. Донгтарды балалардың отчесіне алғынан, біріннің соңынан бірін жүргіспін, шенберге тұрғызу. Командада жұмыс, сини ойлау.</p> <p>Еркін ойын: Айғолек Шартты: екі топка болған ойнауды үйрету, карсы жактың курсауын үзіп, оз жағынан көбірек ойнашы алып кайтуға баулу. Хормен косылып ән айтуға тәрбиелсу.</p> | <p>5.Күрлымдаған ойын: «Күн мен түн» Ойын шарты: Тәрбиесі «күн» дегендеге балалар секіреді. жүтіреді. «Түн» легенде үйіктайды. Кімнұлды ойын: «Донгтарды кім тез жинаиды?» Максаты: еттілікке, жылдамдыққа тәрбиесу. Еркін ойын: Айғолек Шартты: екі топка болған ойнауды үйрету, карсы жактың курсауын үзіп, оз жағынан көбірек ойнашы алып кайтуға баулу. Хормен косылып ән айтуға тәрбиелсу.</p> |
| Сейсебі | | | |
| Сарсенбі | <p>Такырыбы: Дене жаттыгулары (кога орналған) Смарт максат Ерессектердің корсетуі бойынша дене жаттыгуларын орындайды.</p> <p>Кіріспе бөлім</p> <ol style="list-style-type: none"> Сапка түру, әр түрлі бағыт-та журу, тәрбиешінін белгісі бойынша шашыраны жүтіру жай журуге ауыса отырып, оз орындарына түру. <p>Ресурстар: Жілтер, гимнас орындық, ойын бет пердесі.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала уні, командада жұмыс.</p> <p>Жалпы даму жаттыгулары. Жіппен. 5 – болім.</p> <p>Жалпы даму жаттыгулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> Аякты алшак көю. Жіпті омырауга үстәу, алға созу, жогары котеру, алға соу, бастанғы калып. 5рет. Отырып, түру. Жіпті омырауга үстәу, отырып жіпті алға, созу, түру бастанғы калып. 4-5 рет. Отыру. Аякты алшак көю. Жіп ті алға үстәу, ендейін он аяктың үшінша тигізу, солай сол аяққа. 5-рет Арқамен жату. Жіпті бастан асыра үстәу, аякты котеріп жіпті аяктың үшінша тигізу. Он аяқ, сол аяққа. 5-рет. 5. Жіп жерде. Колды белгे үстән жілтеп секіру. Онім арқылы саралуу, жанама бакылуу, бала уні. <p>2. Негізгі кімнұл – козғалыс жаттыгулары.</p> <p>2- болім Түрлері:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Гимнастикада орындаған үстінен ішімен тартылған журу. Сини ойлау, бала уні. <p>3. Күрлымдаған ойын: «Оз түсінің тан»</p> | <p>Такырыбы: «Сапта жүру» Смарт макеат: Сапта бір-біреуден жүрелі және жүгіре алады</p> <p>Тізен жогары котеріп жүрелі және аяктың үшіншемен жүтіреді. Тепе-тендікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см кашақтықта орналаскан тақтай бойымен жүре алады. Ресурстар: доп</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, сини ойлау, саралуу: үдеріс арқылы, бакылау: тікелей, жанама,</p> <p>VOQ отілу барысы:</p> <ol style="list-style-type: none"> Амандаусу. Кіріспе <p>Тәрбиешінің артынан жүрү, жүтіру. Шенберге түру.</p> <p>3.Жалпы даму жаттыгулары. Доппен -Б.к.:тік түрудонты екі колымен үстәу.</p> <ol style="list-style-type: none"> Донты алға созу. 2-кеуде түсінің экелу. Б.к.келу.(3-4р) Донты жогары котеру, түсіру. Б.к. келу. (3-4рт) Донты екі колмен кеудеге үстәу. <p>Доппен бірге көс аяқтан секіру.</p> <p>4)Тыныс алу жаттыгуы.</p> <p>Мұрыншын дем алғын аудыдан демді шыгару.</p> <p>Б.к.келу</p> <p>Жанама бакылау, онім арқылы саралуу, сини ойлау, бала уні</p> <p>4.Негізгі кімнұл – козғалыс</p> | <p>Такырыбы: «Екі аяқтан секіріп түру және жұлтасын донты бір біріне дақтыру»</p> <p>Смарт макеат: Бір орында тұрып ұзындыққа секіруді біледі. Аяқ пен кол кімнұлдың үйлестіре, серпіле скінімен секіруді орындайды. Музықага сәйкес өздігінен бейнелі кімнұлдар орындаиды.</p> <p>Күтілетін натижеле: арқанын астынан он және сол бүйірмен аяға сибектен кіреді. 4-5 съынык арқылы орнынан ұзындыққа секіреді, бөрнен үстімен тепе-тендікті сақтап жүреді.</p> <p>Ресурстар: арқандар, бөрнен.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, сини ойлау, саралуу: үдеріс арқылы, бакылау: тікелей, жанама,</p> <p>VOQ отілу барысы:</p> <ol style="list-style-type: none"> Салемдесу. Шенбермен журу. <p>Колды жогары солайык,</p> <p>Шапаласты ұрайык,</p> <p>(колды жогары солып шапаластаң журу)</p> <p>Көне колды жазайык,</p> <p>Карлығашқа ұксайык</p> <p>Балаларды маджтау.</p> <p>Балаларға тақшалар беру, бірнін соңынан бірін жүтіріп, шенберге түрғызу.</p> <p>3.Жалпы даму жаттыгулары.</p> <ol style="list-style-type: none"> Аяктар алшак көйсінін, колдар бүйірде. Басты он мықтадан сол мықтаға караї, сол онға караї налту. «->-» деп айту. 4 рет кайтадау. Аяктары алшак көйсінін, колдары бүйірде, онға - солға бұрылу, әр бұрылдан сайын «жордам» деп айту. 4 рет Аяктары алшак көйсінін, колдары алдынға созын, он колмен сол колтың айқастырып, кайшылау. 4 рет кайтадау. Аяктарын біркітіру. Колдарын көзинан аяғына үстегу |

| | | | |
|-----------------|--|---|---|
| | <p>Шарты: Балалар үш-торт жалауша алады бірі жасыл, екіншісі көк, үшіншісі сары алады да 4-5 адамнан болменің бұрыштарында тонтасады. Эр түрлі жалаушалар (жасыл, көк, сары) көздө, «Өз түсінді тап», деген жана бұйрық бойынша балалар өздеріне лайыкты түстегі жалаушага карай жүгіреді.</p> <p>Еркін ойын:</p> <p>«Мысық пен тышқан»</p> <p>Сапка түру, әр түрлі бағытта жүру, ұзындық бойынша түру.</p> <p>Командада жұмыс.</p> <p>бала үні.</p> <p>Сұрақ – жауап. Балаларды мадактау.</p> | <p>Жаттыгулары.</p> <p>1. Тепе-теніңкіті сактай отырып, бір-бірінен 10 см кашықтықта орналаскан тектей бойымен жүре алады.</p> <p>5.Күрлымдалған ойын:</p> <p>«Күн мен түн»</p> <p>Ойны шарты: Тәрбиесі «күн» дегендес башалар секірелі, жүтіреді.</p> <p>«Түн» дегендеге үйкітайды.</p> <p>Кімбылды ойын: «Кожектер»</p> <p>шарты: Балалар шенбер жасын тұрады. Бір бала «тұлқі» болады. Калтандары кожектер секіріп билеп жүреді. Тұлқі сыйбырыды естіп кожектерді куады. Қаша алмай калған кожектерді тұлқі ұстан алады, ойын осылай кайталана береді.</p> <p>Еркін ойын: Кыз қуу</p> | <p>Орында секіру.</p> <p>5) Тыныс алу жаттыгуы</p> <p>Аранын лыбысын салу.3-3-3</p> <p>4.Негізгі кімбыл қозғалыс жаттыгулары.</p> <p>Допты (кішкене доптар) алып бір колымен себетке лактыру</p> <p>Бақылау адісі: «Жаппай бақылау</p> <p>5. Кімбылды ойын:</p> <p>Тығылмақ</p> <p>Шарты: Тәрбиеші санамак арқылы жүргізуін салап алады. Жүргізуі тәрбиешінің касында немесе белгіленген жерде көзін жұмып тұрады, ал басқа балалар тығылады. Жүргізуі: «1-2-3-4, ішдеуге шыктым». Таутын алған баланың атын атайды.</p> <p>Күрлымдалған ойын: «Өз түсінді тап »</p> <p>Шарты: Балалар жалауша арқылы 3 топка болінеді. (көк,жасыл,сары) «Өз түсінді тап» дегендеге балалар өздеріне лайыкты түстегі жалаушага карай жүгіре алады</p> <p>Еркін ойын: Доптен</p> <p>Жанама бақылау.</p> <p>6. Кері байланыс</p> <p>Балаларды мадактау</p> |
| Бейсенбі | | | |
| ЖУМА | <p>Такырыбы: Таза ауда жұптастып жүру.</p> <p>Смарт мақсат: Таза ауда педагогтың артынан жұптастып жүреді Ресурстар:Доп,таяқша</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>ІАмандаусу.</p> <p>2. Шенбер бойымен жүру,жүгіру.</p> <p>«Орман андары» жүрісін салу.</p> <p>3.Жалпы даму жаттыгулары.</p> <p>Б.к.: «Мысық оянды » 1. Аяктары алшак койылған, таякшаны екі шегінен ұстап, жогарыға, онға, согла карай созылып керілу. әр керілген сайын «м-я-у» деп айту. (3-4рет кайталу.) Б. к.: «Кілем қагу»</p> <p>2. Аяктары алшак койылған, таякша томенде колдарымен ұстau. Таякшаны жогарыта кетеріп созу, «кілем қагу» согу кімбылдан жасау «тук-тук-тук»- деп айту. (3-4рет кайталу.)</p> <p>«Дал тигіз» 5. Аяктары алшак койылған, таякшаны кеуденін түсініда. Бүтілген он аякты кетеру, тізен таякшага тигізу. Арканы түзу ұстau. Сол жақпен дәл солай кайталу. (3-4рет кайталу.) Б.к.: «Коніді таякша»</p> <p>6. Таякшаны айналып секіру және жүру. /15- секунд/4.Негізгі кімбыл қозғалыс жаттыгуу</p> | <p>Такырыбы: «Салта жүру»</p> <p>Смарт мақсат: 1) Салта бірінін артынан бірі жүреді және жүтіре алады.</p> <p>2) Тізен жогары кетеріп жүреді және аяктын ұшымен жүре алады.</p> <p>3) 2-3 м кашықтыққа алға жылжи отырып, секіре алады.</p> <p>Кіріспе болім</p> <p>Сапка түру, әр түрлі бағытта жүру, тәрбиешінің белгісі бойынша шашырақы жүтіру жай жүрүте ауыса отырып, оз орындарына түру.</p> <p>Ресурстар: Жілтер, гимнас орындық, ойын бет пердесі.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>Жалпы даму жаттыгулары.</p> <p>Жіппен. 5 – болім.</p> <p>Жалпы даму жаттыгулары:</p> <p>1.Аякты алшак қою.Жілті омырауга ұстau, алға созу, жогары кетеру, алға соу, бастапқы қалып. 5рет. 2. Отрынып, түру. Жілті омырауга ұстau, отрынып жілті алға, созу, түру бастапқы қалып.</p> | <p>Такырыбы: «Екі аяклеп секіріп түру және жұптастып допты бір біріне лактыру»</p> <p>Смарт мақсат: 1) Допты екі колымен желке түсінан лактыра алады, доптын ұшына дұрыс трактория бере алады, колдарын екпінді кімбылмен жаза біледі. 2) Допты екі колымен кеуде түсінін екпінді кімбылмен жаза лактыра алады.</p> <p>Kіріспе болімі:</p> <p>Бірінін артынан бірі сапка түру.</p> <p>Шенбер бойымен «аюга» ұксап жүру.</p> <p>Кол жогарыда, аяктын ұшымен жүру.кол жанды, өкшемен жүру жұптастып жүру .</p> <p>Шенбер бойымен түру. Колдарын созып, аракашықтықты сактау</p> <p>Негізгі болім:</p> <p>Жалпы даму жаттыгулары.</p> <p>Сылдырымакпен</p> <p>Б.к.: «Кобелек конды»</p> <p>1. Аяктары нық мезшерінде. Колдары артта. Ныққа конған кобелекті кору, басты онға, согла бүрү, «конды» деп айту. бр</p> <p>Б.к.: «Жылданин қозғалысы»</p> <p>2. Аяк нық колемінде, колды жанды созу. Жылданин кімбылдан жасау, иккіші ирлеліде айналысу. /б рет кайталу/</p> <p>Б.к.: «Кайши»</p> <p>3.Аяктар алшак койылған, колдар жан-жакта, колдарды кайшылау./б рет /</p> |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | <p>Төңкеріліп койылған жашікке (бінктігі 10 см) көтеріліп, ерессектердің комегімен одан түсү. 4 к моделі, бала үні Мазмұн арқылы саралған Жетелеуши сұрактар арқылы бакылау Құрлымдалған ойын: «Ойыншыққа жету» Шарты: скі топка болініп кедергілер арқылы отіп ойыншықтарды жыйнай алады.</p> <p>Кімбылды ойын: «Кім жогын тап» Шарты: Ойыншылар коздаерін жұмын тұрады, Бастауышы бір баланын иығынан тұртеді. Ол касындағыларға сездірмей</p> | <p>4-5 рет. 3.Отыру. Аякты алшак кою. Жіп ті алға үстаяу, еңкейіп он аяктын үшінша тигізу, солай сол аяқка. 5-рет 4. Ариалмен жату. Жіпті бастаң асыра үстаяу, аякты көтеріп жілті аяктын үшінша тигізу. Он аяк, сол аяқка. 5-рет. 5 Жіп жерде. Колды белгі үстәл жілтеп секіру. 6.Өнім арқылы саралған, жанама бакылау, бала үні. 2. Негізгі кімбыл – козғалыс жаттыгулары. 2- болім Түрлері: -Гимнастикалық орындық үстінен ішімен тартылып жүру. Сыны ойлау, бала үні. 3.Кімбылды ойын: “Күстар мен мысық” Шарты: Балалар күстар болып үшін жүреді. Бір балы мысық болады. Мысық үйіктап жатады. Күстар мысықтың жанына келеді. Мысық оянын күстарды қуады. Еркін ойын: «Көрдік-көрмәдік» Сапка түру, әр түрлі бағытта жүру, үзындық бойынша түру. Командада жұмыс, бала үні. Сұрак – жарап. Балаларды мадактау.</p> | <p>Б. к.: «Жұлдызна» 4. Қолдары белде. Аякты бірге үстаяу. Орнында секіріп аякты және колды жаңға созу «ха-а-а» деп айтту, орнында секіріп аякты біріктіру және колды белгі кою, «хоп!» деп айтту. /6 рет / Тыныс алу жаттыгулары: шайнектік дыбысын салу(ш-ш-ш). Терен тыныс алын, демді шыгару. Бастапқы калыпка келу. Кімбыл- козғалыс жаттыгу Кішкене калышыкты тобесіне койып, тақтай үстімен жүру. 4 к моделі, бала үні Өнім арқылы саралған Жетелеуши сұрактар арқылы бакылау Негізгі кімбыл-козғалыс жаттыгулары. 1.Кішкене калышыкты тобесіне койып, тақтай үстімен жүру. 2.Дога астынан сибектеп оту. Кімбылды ойын: «Сылдырмаю» ойыны. Максаты: Сылдырмакпен артұрлі кімбылдар жасауды үрсуну. Құрлымдалған ойын: «Доптарды жинаймыз» Шарты: скі топка болініп кедергілер арқылы отіп допты жинайды. Балаларды алғырлыққа, қырагылыққа, татулыққа тәрбислеу. Ентілік касиеттерін арттыру. Денсаулықтарын шынықтыру Еркін ойын: Доптарды жина 4 к модели, бала үні. Мазмұн арқылы саралған Корытынды: Шенбер бойы жүру. Еркін жүру. Колды жаңға созып, аяктын үшімен жүтіру</p> |
|--|--|--|--|

Тексерілді: *Акес*,
Әдіскер А.К. Керуенбаева

ЦИКЛОГРАММА
Дене шынықтыру. IV-анта Қыркүйек 20-24.09.2021 жыл

| Апталар | Топтын атауы | Кіші топ | Органды топ | Ересек топ |
|----------|--------------|--|---|---|
| Дүйсенбі | | <p>Такырыбы: Жұптасып жүру. (Кайталау)</p> <p>Смарт мақсат: Педагогтың артынан жұптасып жүреді.</p> <p>Ресурстар: Доп, таяқшалар, жәшік(білктігі 10 см)</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командала жұмыс.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы: 1 Амандаусу.</p> <p>2. Шенбер бойымен жүрүжүгіру. «Орман аңдары» жүрісін салу.</p> <p>3.Жалпы даму жаттыгулары.</p> <p>Б.к.: «Мысық оянды» 1. Аяқтары алшак койылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жогарыға, онға, солға карай созылып керілу. әр керілген сайын «м-я-у» деп айту. (3-4рет кайталау.) Б. к.: «Кілем кагу»</p> <p>2. Аяқтары алшак койылған, таяқша томенде колдарымен ұстасу. Таяқшаны жогарыға көтеріп созу, «кілем кагу» согу кимылын жасау «тук-тук-тук» деп айту. (3-4рет кайталау.)</p> <p>«Дал тигіз» 5. Аяқтары алшак койылған, таяқшаны кеуденін тұсында. Бүгілген он аякты көтеру, тізені таяқшага тигізу. Арканы тұзу ұстасу. Сол жакпен дәл солай кайталау. (3-4рет кайталау.) Б.к.: «Конілді таяқша»</p> <p>6. Таяқшаны айналып секіру және жүру. /15-секунда/</p> <p>4.Негізгі кимыл қозғалыс жаттығу</p> <p>Тонкеріліп койылған жағынке (білктігі 10 см) көтеріліп, ересектердің комегімен одан түсү.</p> <p>4 к моделі, бала үні. Мазмұн арқызы сарапау Жетелешүш сұрақтар арқылы басылау</p> <p>Күрлымдаған ойын:«Допты құны жет»</p> <p>шарты: Тәрбиеші балаларға доп салынған көрсеткен көрсетелі де алғынан бір жағында озімен бірге көтірлес тұруда ұсналады. Одан кейін кәрзенікелден доптарды алғып, балалардан алыска, әр жаққа лақтырады.</p> <p>Еркін ойын : «Доп кімде?»</p> <p>Командала жұмыс, бала үні.</p> | <p>Такырыбы: «Санта журу»</p> <p>Смарт мақсат: Бір катар сапка түру және бау жүреді, аяқтың ұшынан оқшеге карай жүрісті вұстыра алады.</p> <p>Ресурстар: Доп, таяқшалар, жәшік</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командала жұмыс.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы: 1 Амандаусу.</p> <p>2. Шенбер бойымен жүрүжүгіру. «Орман аңдары» жүрісін салу.</p> <p>3.Жалпы даму жаттыгулары.</p> <p>Б.к.: «Мысық оянды»</p> <p>1. Аяқтары алшак койылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жогарыға, онға, солға карай созылып керілу. әр керілген сайын «м-я-у» деп айту. (3-4рет кайталау.)</p> <p>Б. к.: «Кілем кагу»</p> <p>2. Аяқтары алшак койылған, таяқша томенде колдарымен ұстасу. Таяқшаны жогарыға көтеріп созу, «кілем кагу» согу кимылын жасау «тук-тук-тук» деп айту. (3-4рет кайталау.)</p> <p>«Дал тигіз»</p> <p>5. Аяқтары алшак койылған, таяқшаны кеуденін тұсында. Бүгілген он аякты көтеру, тізені таяқшага тигізу. Арканы тұзу ұстасу. Сол жакпен дәл солай кайталау. (3-4рет кайталау.)</p> <p>Б.к.: «Конілді таяқша»</p> <p>6. Таяқшаны айналып секіру және жүру. /15-секунда/</p> <p>4.Негізгі кимыл қозғалыс жаттығу</p> <p>Тонкеріліп койылған жағынке (білктігі 10 см) көтеріліп, ересектердің комегімен одан түсү.</p> <p>4 к моделі, бала үні. Мазмұн арқызы сарапау Жетелешүш сұрақтар арқылы басылау</p> <p>Күрлымдаған ойын:«Допты құны жет»</p> <p>шарты: Тәрбиеші балаларға доп салынған көрсеткен көрсетелі де алғынан бір жағында озімен бірге көтірлес тұруда ұсналады. Одан кейін кәрзенікелден доптарды алғып, балалардан алыска, әр жаққа лақтырады.</p> <p>Еркін ойын : «Доп кімде?»</p> <p>Командала жұмыс, бала үні.</p> | <p>Такырыбы: «Екі аякпен секіріп тұру және жұптасып донты бір біріне лақтыру»</p> <p>Смарт мақсат:</p> <p>1)Қос аяғымен бір мезгілде скінімен серпіліс жасай біледі.</p> <p>2)Жаттыгулар орындау көзінде дұрыс тыныс алушы біледі.</p> <p>Ресурстар: Обруттар, текшелер, доп.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, командала жұмыс жасау, сарадау.</p> <p>Кіріспе болімі: Сапка түру.</p> <p>Шенбер бойымен денені тік ұстап, алымдаш жүру денені тік ұстап скормелі жүтіріс</p> <p>табандын шақ жақтарынан кысқа және алшак каламмен жүзу.</p> <p>Саптан 4 колонна түру.</p> <p>Жетелешүш сұрақтар арқылы басылау</p> <p>Жалпы даму жаттыгулары</p> <p>«Күн- түн»</p> <p>1. Аяқтар алшак койылған, колдар бүйрде. 1- көзмезді жұмамыз. 2- мойынды онға бұрып, көзмезді ашамыз. 3- алдыға кирап көзмезді жұмамыз. 4- мойынды солға бұрып көзмезді ашамыз. 6-р</p> <p>«Илтіштер»</p> <p>2. Аяқтар алшак койылған, колдар жаңда, 1-2 - он аяктың тізесін сол бүтін онға карай пілеміз. 3-4 – сол аяктың тізесін сол бүтін солға нау 6 рет</p> <p>«Баспаан канаттың қасты»</p> <p>3. Аяқтарды біріншеміз, колдарын кеуде тұсына ұстап, 1-3 алаканды жұмын-ашу. 4-6- шынықты жогары-томен көтеру. 6-р</p> <p>«Айнаны сұрту»</p> <p>4. Аяқтарды біріншеміз, колдарын кеуде тұсына ұстап, 1-4 алаканды ашып отырып-турған айнаны сұрту жұмынан корсетеміз. 5-6 колды жогары солып шашалактайдыз. 6-р</p> <p>«Кибелең ұстасу»</p> <p>5. Аяқтары алшак, колды жаңға солу. Секіріп аякты бірінші. Колды жогары солып, шашалактастау. 6-р</p> <p>Б.к.: «Серпін»</p> <p>6. Аяқтарын бірінші. Колдары белде. 1- тізен бүтін отыру, 2- 0-к</p> |

| | | | |
|----------|---|--|---|
| | <p>6. Корытынды Балаларды мадактау</p> | <p>«Допты күнп жет» Ойын шарты: Тәрбиесі балаларға дөп салынған кәрзенекің көрсетелі де алғының бір жағында озімен бірге кітаплараса түруды ұсынады. Одан кейін кәрзенекелден донғарды алып, балалардан алысқа, әр жаққа ластырыды.</p> <p>Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>Еркін ойын: Орамал тастау</p> <p>6. Корытынды Балаларды мадактау</p> | <p>Тыныс алу жаттыгулары: араның дыбысын салу, мұрынмен дем алым, ауыздан демде шыгару.</p> <p>Негізгі кимыл-козгалыс жаттыгулар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Текшерлер арасынан журу 2. Обручтан обручка секіру. 4 к моделі, бала үні <p>Онім арқылы саралау Жетелеуши сұрактар арқылы бакылау</p> <p>Кимылды ойын: «Доп какпага»</p> <p>Максаты: балаларды анық кімділдегі жаттықтыру.</p> <p>Құрлымдаған ойын: «Нысанга дәл тигізу»</p> <p>Максаты: Ката-катар тұрған көгельдерді доппен құлаттуға үйресту. Мергендей кабілеттерін дамыту.</p> <p>Еркін ойын: Допты домалат</p> <p>Бала үні, тікелей бакылау.</p> <p>Корытынды: шенбер бойы жүру. Катарға тұру. Сұрак-жаяп. Балаларды мадактау.</p> |
| Сейсенбі | | | |
| Сәрсенбі | <p>Тақырыбы: Дене жаттыгулары (белге ариалған) (Кайталау)</p> <p>Смарт мақсат: Ересектердің көрсетуі бойынша дене жаттыгуларын орындайды.</p> <p>Ресурстар: Жіппер.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>Кіріспе болім</p> <p>Сапка тұру, әр түрлі бағыт-та жүру, тәрбиешінің белгісі бойынша шашыранқы жүгіру жай жүргүте ауыса отырып, өз орындарына тұру.</p> <p>Жалпы даму жаттыгулары.</p> <p>Жіппен. 5 – болім.</p> <p>Жалпы даму жаттыгулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Аякты алшак кою. Жілті омырауга үстәу, алға созу, жогары кетеру, алға соу, бастанап калып. 5рет. 2. Отрып, тұру. Жілті омырауга үстәу, отрып жілті алға, созу, тұру бастанап калып. 4-5 рет. 3. Отрыу. Аякты алшак кою. Жілті алға үстәу, сікейін он аяктың үшінша тигізу, солай сол аякка. 5-рет 4. Аркамен жату. Жілті бастан асъра үстәу, аякты кетеріп жілті аяктың үшінша тигізу. Оң аяк, сол аякка. 5-рет. 5. Жіл жерде. Колды белге үстән жілтін секіру. 2. Негізгі кимыл – козгалыс жаттыгулары. - болім Түрлері: <ul style="list-style-type: none"> -Гимнастикалық орындық үстінен ішімен тартылған жүру. -Жілтін секіру. 3. Құрлымдаған ойын: «Кояндар мен касақыр» Смарт мақсат: Бір бала касақыр болады, ал калған | <p>Тақырыбы: «Сапта жүру»</p> <p>Смарт мақсат: Бір катар сапка тұрады және бастауышыға карал түзеледі. Бағау каркынмен тізен сал бүгіп, өкшеден аяктың үшінша карат ауыса жүгіреді.</p> <p>Кіріспе болім</p> <p>Сапка тұру, әр түрлі бағыт-та жүру, тәрбиешінің белгісі бойынша шашыранқы жүгіру жай жүргүте ауыса отырып, өз орындарына тұру.</p> <p>Ресурстар: Жіппер, гимнас орындық, ойын бер пердесі.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>Жалпы даму жаттыгулары.</p> <p>Жіппен. 5 – болім.</p> <p>Жалпы даму жаттыгулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Аякты алшак кою. Жілті омырауга үстәу, алға созу, жогары кетеру, алға соу, бастанап калып. 5рет. 2. Отрып, тұру. Жілті омырауга үстәу, отрып жілті алға, созу, тұру бастанап калып. 4-5 рет. 3. Отрыу. Аякты алшак кою. Жілті алға үстәу, сікейін он аяктың үшінша тигізу, солай сол аякка. 5-рет 4. Аркамен жату. Жілті бастан асъра үстәу, аякты кетеріп жілті аяктың үшінша тигізу. Оң аяк, сол аякка. 5-рет. 5. Жіл жерде. Колды белге үстән жілтін секіру. <p>Онім арқылау жаттыгулары: жанма бакылау, бала үні.</p> <p>2. Негізгі кимыл – козгалыс жаттыгулары.</p> | <p>Тақырыбы: «Екі аякпен секіріп тұру және жұптасып допты бір біріне ластыру»</p> <p>Смарт мақсат: өз ағасын мен дән саулығына үқыптылықпен карай алады . кимыл-козгалыс ойындарын жақсы орындайды.</p> <p>Ресурстар: Аркан, обруч</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау. Тікелей бакылау.</p> <p>VOK OTTLU БАРЫСЫ</p> <p>Кіріспе болімі:</p> <p>Сапка тұру.</p> <p>Шенбер бойымен денені тік үстән тізен шапалактай жүтіру .</p> <p>Кол бүйірде, аяктың үшімен жүру.өкшемен жүру. тізен бүтіп жүру. Сапка тұру. 4 колонна тұру.</p> <p>Жалпы даму жаттыгулары: 1.«Торғай үшті»</p> <p>Аякты алшак коямыз, колымыз жана созу, басты оннан солға карат, томен- жогары бүрү</p> <p>2.«Баспалдақ»</p> <p>Аякты алшак коямыз, колымыз жана созу, 1- 2 колды белге коямыз, 3-4 нынка ,5-6 жогары созымыз, 7-8 – шапалактаймыз. Керісінше кайталаймыз, 5-6 р</p> <p>3. «Аркан созу» Аякты алшак, колымызды кеуде түсінін коямыз, 1- он колымызды жогары, 2- сол колды томенге карат созу. 3-4 кимылды керісінше жасау.</p> <p>/6 рет кайталау/</p> <p>4. «Гұлдай ашылды» Аяктары алшак қойылған. Кол томенде, аяктың үшімен тұру. колды жогары созу. (6- рет кайталау.)</p> |

| | | | |
|----------|--|--|---|
| | <p>балалар кояндар болады. Жайлымға шыккан кояндарды қасқыр куады.</p> <p>Кімнұлды ойын: «Масаны үсті»</p> <p>Шарты: Ойыншылар бір-біріне кол созылуы жерде деңгеленіп бетін ортага беріп тұрады. Оның көзінде шыбық отан картон кітаптан жасап жікке байланған маса бар тәрбиеші масаны жоғарлай етіп айналдырып отеді. Маса үстерінен ұшып бара жаткан кезде балалар оны ұстауға тырысып секіреді.</p> <p>Командада жұмыс, жанама бакылау.</p> <p>Сұрап – жауап. Балаларды мадактау</p> | <p>2- болім Түрлері:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Гимнастикалық орындық үстінен ішімен тартылып жүру. Сынн облыа, бала үні. <p>3.Кімнұлды ойын: «Кояндар»</p> <p>Шарты: Барлық балалар кояндар болып шенбер жасап тұрады. Өздерінін индерін айттып, кояндарша сөкіріп, билеп жүреді.</p> <p>Күрімдаған ойын: «Тауыстар мен балапандар»</p> <p>Шарты: Балалардың жартысы тауыктар , ал калғандары балапандар болады. Балапандарды аулауда серуендел, ойнап жүреді де, аналарынан тығызып калады. Аналары балапандарын іздейді.</p> <p>Еркін ойын:</p> <p>«Мысық пен торғайлар»</p> <p>Смарт мақсат:</p> <p>Сапка тұралы, әр түрлі бағытта жүреді, ұзындық бойынша тұрады.</p> <p>Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>Сұрап – жауап. Балаларды мадактау.</p> | <p>5. «Тырна» Аяктарын біркітіру. Оң аякты бүтіп, орында секіру. Сол аякты /10-15секунд/ Тынис алу жаттыгулары: мұрын арқылы демді ішке жүтіп, ауыздан демді шығарады. Еркін жүру. Колды жанға созып, аяктың ұшымен жүру. 4К моделі, креативтілік дагды.</p> <p>Онім арқылы саралаша Жетелесуінің сұрақтар арқылы Негізгі кімнұл-жаттыгулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Шенбер бойымен аяктың ұшымен жүру. 2.Арқаның астымен нысанага дейін сибектеу. <p>Кімнұлды ойын:«Мысық тышқан»</p> <p>Ойын шартымен таныстырыу.</p> <p>Еркін ойын: «Конызаар ұшты»</p> <p>Максаты: Коныздарға үксап ұшуды ұрмету.</p> <p>Командада жұмыс, бала үні</p> <p>Корытынды:</p> <p>Сұрап – жауап Балаларды мадактау</p> |
| Бейсенбі | | | |
| Жұма | <p>Таза ауда жұптасып жүру.</p> <p>Максаты: Таза ауда педагогтың артынан жұптасып жүре алады.</p> <p>Ресурстар:Доп, таякшалар, жәшік</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, команда жұмыс.</p> <p>ҰОҚ отілу барысы:</p> <p>1.Амандасу.</p> <p>2. Шенбер бойымен жүру,жүгіру.</p> <p>«Орман андары» жүргісін салу.</p> <p>3.Жалпы даму жаттыгулары.</p> <p>Б.к.: «Мысық оянды»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Аяктары алшак койылған, таякшаны екі шетінен үстап, жоғарыға, онға, солға қарай созылып керілу, әр керілген сайын «м-я-у» деп айту. (3-4рет кайталу.) 2. Аяктары алшак койылған, таякша томенде колдарымен ұсту. Таякшаны жоғарыға көтеріп созу, «қілем кагу» согу кімнұлдың жасау «тук-тук-тук»- деп айту. (3-4рет кайталу.) <p>Б. к.: «Дал тигіз»</p> | <p>Такырыбы: «Санта жүру»</p> <p>Смарт мақсат: Бір катар сапка жұптасып тұралы,санта оқишенден аяктың ұшына ауыса жүреді, шашырап жүтіруді, ормелуді біледі.</p> <p>Ресурстар:Доп, таякшалар, жәшік(білктігі 10 см)</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, команда жұмыс.</p> <p>ҰОҚ отілу барысы:</p> <p>1.Амандасу.</p> <p>2. Шенбер бойымен жүру,жүгіру.</p> <p>«Орман андары» жүргісін салу.</p> <p>3.Жалпы даму жаттыгулары.</p> <p>Б.к.: «Мысық оянды»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Аяктары алшак койылған, таякшаны екі шетінен үстап, жоғарыға, онға, солға қарай созылып керілу, әр керілген сайын «м-я-у» деп айту. (3-4рет кайталу.) 2. Аяктары алшак койылған, таякша томенде колдарымен ұсту. Таякшаны жоғарыға көтеріп созу, «қілем кагу» согу кімнұлдың жасау «тук-тук-тук»- деп айту. (3-4рет кайталу.) | <p>Такырыбы: «Екі аякпен сөкіріп тұру және жұптасып допты бір біріне лактыру»</p> <p>Смарт мақсат: Колға жаذاша үстап, екі катар шенбер құрап жүруге он және сол колмен допты алыска лактыра алады, допты бір-біріне домалата алады.</p> <p>Ресурстар: Гимнас орындық, обручтар.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі; команда жұмыс жасау.</p> <p>ҰОҚ отілу барысы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Балалармен амандасу. «Пойыз» ойыны. <p>Балаларға үлкен себеттегі доптарды көрсету.</p> <p>Доптарды балалардың өзлөріне алызын, бірінн сонынан бірін жүргізіп, шенберге тұрғызу.</p> <p>2.Жалпы даму жаттыгулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Басқа ариалған жаттыгулар 1.Алға 2.Бастапқы қалыпка келу 3.Артика ию 4.бастапқы қалыпка келу (2 - рет) <p>2.Ныққа ариалған жаттыгулар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Оң пыкты көтеру. |

| | | | |
|--|---|---|--|
| | <p>5. Аяктары алишак койылған, таяқшаны кеуденің түсында. Бұтілсін он аякты көтеру, тізені таяқшага тигізу. Арқаны түзу ұсташа. Сол жақпен дәл солай қайталау. (3-4рет қайталау.)</p> <p>Б.к.: «Көнілді таяқша»</p> <p>6. Таяқшаны айналып секіру және жүру. /15-секунд/</p> <p>4. Негізгі кимыл қозғалыс жаттығу</p> <p>Тоңкеріліп койылған жашікке (бінктігі 10 см) көтеріліп, ересектердің комегімен одан түс.</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Мазмұн арқылы сарапау Жетелеуші сұрактар арқылы бакылау</p> <p>Күрлымдалған ойын: «Допты күүп жет»</p> <p>Ойны шарты: Тәрбиеші балаларға доп салынған көрзенкені көрсетеді де алғанын бір жағында озімен бірге катарапаса түрруды ұснуынды. Одан кейін көрзенкеден доптарды алып, балалардан алысқа, әр жакка лактырады.</p> <p>Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>Еркін ойын: Орамал тастау</p> | <p>«Дәл тигіз»</p> <p>5. Аяктары алишак койылған, таяқшаны кеуденің түсында. Бұтілсін он аякты көтеру, тізені таяқшага тигізу. Арқаны түзу ұсташа. Сол жақпен дәл солай қайталау. (3-4рет қайталау.)</p> <p>Б.к.: «Көнілді таяқша»</p> <p>6. Таяқшаны айналып секіру және жүру. /15-секунд/</p> <p>4. Негізгі кимыл қозғалыс жаттығу</p> <p>Тоңкеріліп койылған жашікке (бінктігі 10 см) көтеріліп, ересектердің комегімен одан түс.</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Мазмұн арқылы сарапау Жетелеуші сұрактар арқылы бакылау</p> <p>Күрлымдалған ойын:</p> <p>«Допты күүп жет»</p> <p>Ойны шарты: Тәрбиеші балаларға доп салынған көрзенкені көрсетеді де алғанын бір жағында озімен бірге катарапаса түрруды ұснуынды. Одан кейін көрзенкеден доптарды алып, балалардан алысқа, әр жакка лактырады.</p> <p>Кимылды ойын: «Көнілді кошакандар»</p> <p>Шарты: Аланды ұзын сызық сызылды. Бұл сызық кепір, Кепірдің аргы жағында кошакандардың үйі болады. Кошакандар зуенмен билеп журелі, зуен токтаганда жарыса отырып, кепірден отіп үйлерінен тез жетулері керек.</p> <p>Еркін ойын: Ормандағы андар</p> <p>Шарты: Тәрбиеші оләң айта жүріп, андардың кимылдарын салады, балалар кимылды қайталауды Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>6. Корытынды</p> <p>Балаларды мәлактау</p> | <p>2. Бастапқы калып</p> <p>3. Сол ишкіті көтеру</p> <p>4. бастапқы калыпта келу (2 рет)</p> <p>3. Колға ариналған жаттығулар</p> <p>1. Колды алға созу</p> <p>2. Жогары соту</p> <p>3 Жаңга соту</p> <p>4 Бастапқы калыпта келу (2 рет)</p> <p>4. Белге ариналған жаттығулар</p> <p>1. Онға илду 2. Бастапқы калыпта келу 3. Солға илду</p> <p>4. Бастапқы калыпта келу</p> <p>5. Аякка ариналған жаттығулар</p> <p>1. аякты косу 2. тізені бүту 3. Бастапқы калыпта келу</p> <p>тыныс алу жаттығуы</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы арқылы сарапау Жетелеуші сұрактар арқылы бакылау</p> <p>3. Негізгі кимыл қозғалыс жаттығулары:</p> <p>-Гимнастикадың орындық үстімен жүру.</p> <p>-Обручтан-обручка секіру.</p> <p>4. Кимылды ойын: «Мысық пен тышқан»</p> <p>Максаты: балаларды еттілікке, шапшандыққа баулу.</p> <p>Күрлымдалған ойын: «Күп мен жамбыр»</p> <p>Максаты: Қол шатыр астында тышқынды үйрету.</p> <p>Бір-бірімен тату болуга үйрету.</p> <p>Еркін ойын: Ұшак</p> <p>Командадан жұмыс, тікелей бакылау.</p> <p>5. Корытынды. Балаларды мәлактау</p> |
|--|---|---|--|

Тексерілді: 
Әдіскер А.К. Керуенбаева

ЦИКЛОГРАММА
Дене шынықтыру. V-апта Қыркүйек 27.09-01.10.2021 жыл Қайталау .

| Апта | Кіші топ | Ортанды топ | Ересек топ |
|------------------|---|-------------|------------|
| Дүйсенебі | <p>Тасырыбы: Жұнтасып жүру. (Қайталау) Смарт мақсат: Педагогтын артынан жұптасып жүрелі.</p> <p>Ресурстар:Доп, таяшалар, жәшік(бінктігі 10 см) Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>ҮОК отілу барысы: 1Амандасу. 2. Шенбер бойымен жүру,жүгіру. «Орман аңдары» жүргісін салу. 3.Жалпы даму жаттыгулары. Б.к.: «Мысық ояны» 1. Аяқтары алшак койылған, таяшаны екі шетінен ұстап, жогарыға, онға, солға карай созылып керілу. әр керілген сайын «м-я-у» деп айту. (3-4рет қайталау.) Б. к.: «Кілем қагу» 2. Аяқтары алшак койылған, таяқша томенде колдарымен ұстau. Таяшаны жогарыға көтеріп созу, «кілем қагу» согу киммұлын жасау «тук-тук-тук»- деп айту. (3-4рет қайталау.) «Дал тигіз» 5. Аяқтары алшак койылған, таяшаны кеуденін түсініла. Бүгілген он аякты көтеру, тізені таяшшага тигізу. Арканы тұзу ұстau. Сол жақпен дәл солай қайталау. (3-4рет қайталау.) Б.к.: «Конілді таяқша» 6. Таяшаны айналып секіру және жүру. /15-секунда/ 4.Негізгі киммұл козгалыс жаттыгу Тонкеріліп койылған жәшікке (бінктігі 10 см) көтеріліп, ересектердің комегімен одан түсу. 4 к молелі, бала үні. Мазмұн арқылы сарапалау Жетелесуші сұрақтар арқылы бакылау Кұрлымдаған ойны:«Допты қуын жет» шарты: Тәрбиеші балаларға доп салынған кәрзенкені корсетелі де алғанын бір жағында</p> <p>Тасырыбы: «Сантан жүру» Смарт мақсат: Бір катар сапқа түру және базу жүрелі, аяқтың ұшынан оқшеге карай жүрісті аудыстыра алды.</p> <p>Ресурстар:Доп, таяшалар, жәшік Әдіс-тәсілдер: 4К молелі, бала үні, команда жұмыс.</p> <p>ҮОК отілу барысы: 1Амандасу. 2. Шенбер бойымен жүру,жүгіру. «Орман аңдары» жүргісін салу. 3.Жалпы даму жаттыгулары. Б.к.: «Мысық ояны» 1. Аяқтары алшак койылған, таяшаны екі шетінен ұстап, жогарыға, онға, солға карай созылып керілу. әр керілген сайын «м-я-у» деп айту. (3-4рет қайталау.) Б. к.: «Кілем қагу» 2. Аяқтары алшак койылған, таяқша томенде колдарымен ұстau. Таяшаны жогарыға көтеріп созу, «кілем қагу» согу киммұлын жасау «тук-тук-тук»- деп айту. (3-4рет қайталау.) «Дал тигіз» 5. Аяқтары алшак койылған, таяшаны кеуденін түсініла. Бүгілген он аякты көтеру, тізені таяшшага тигізу. Арканы тұзу ұстau. Сол жақпен дәл солай қайталау. (3-4рет қайталау.) Б.к.: «Конілді таяқша» 6. Таяшаны айналып секіру және жүру. /15-секунда/ 4.Негізгі киммұл козгалыс жаттыгу Тонкеріліп койылған жәшікке (бінктігі 10 см) көтеріліп, ересектердің комегімен одан түсу. 4 к молелі, бала үні</p> <p>Тасырыбы: «Екі аяқпен секіріп түру және жұптасып допты бір біріне лактыру» Смарт мақсат: 1)Кос аяғымен бір мезгілде екпімен серпіліс жасай біледі. 2)Жаттыгулар орындау кезінде дұрыс тұныс алушы біледі. Ресурстар: Обручтар, текшерлер, доп. Әдіс-тәсілдер: 4К молелі; команда жұмыс жасау, сарапалау. Кірісне болімі: Сапқа түру. Шенбер бойымен денесін тік ұстап, алымдан жүру.денесін тік ұстап секірмелі жүтіріс . табанины ішкі жақтарымен кыска және алшак қадаммен жүру. Сантан 4 колонна түру Жетелесуші сұрақтар арқылы бакылау Жалпы даму жаттыгулары «Күн- түн» 1. Аяқтар алшак койылған, колдар бүйірде, 1- көзімізді жумамыз. 2- мойынды онға бұрып, көзімізді ашамыз, 3- алдыңа караң көзімізді жумамыз, 4- мойынды солға бұрып көзімізді ашамыз, 6-р «Ілгіштер» 2. Аяқтар алшак койылған, колдар жаңда, 1-2 - он аяктың тізесін сол бүтін онға карай ылеміз, 3-4 – сол аяктың тізесін сол бүтін солға илү.6 рет «Балалан қашатын қысты» 3. Аяқтарды біріктіреміз, колдарын кеуде түсініна ұстап, 1-3 шақынды жұмып-ашу, 4-6- шынтасты жогары-томен көтеру, 6-р «Айнаны сұрту» 4. Аяқтарды біріктіреміз, колдарын кеуде түсініна ұстап, 1-4 шақынды ашып отырып-тұрып айнаны сұрту киммұлын көрсетеміз. 5-6 колды жогары созып шапаластаймыз, 6-р «Кобелек үстү» 5. Аяқтары алшак, колды жаңға созу. Секіріп аякты біріктіру. Колды жогары созып шапаластау. 6-р Б.к.: «Серинне» 6. Аяқтары біріктіру. Колдары белде. 1- тізені бүтін отыру, 2- б.к. Тыныс алушы жаттыгулар: аранын лымбысын салу, мұрынмен дем алын, аудындан демді шыгару. Негізгі киммұл-козгалыс жаттыгулар</p> | | |

| | | | |
|-----------------|---|--|---|
| | <p>Озімен бірге көтірлес түрүмдегі ұсынады. Одан кейін көрзенкеден донғарды алып, балалардан алысқа, ер жакка лактырады.</p> <p>Еркін ойын: «Доп кімде?»</p> <p>Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>6. Корытынды Балаларды мадактау</p> | <p>Мазмұн арқылы саралып Жетелесунің сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Күрлымдаған ойын: «Допты қуып жет»</p> <p>Ойнын шарты: Тәрбиенің балаларға дөн салынған көрзенкендегі көрсетелі де алшының бір жыныла изімен бірге көтірлес түрүмдегі ұсынады. Одан кейін көрзенкеден донғарлы алып, балалардың алысқа, ер жакка лактырады.</p> <p>Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>Еркін ойын: Орамал таставу</p> <p>6. Корытынды Балаларды мадактау</p> | <p>1. Текшерлер арасынан жүзу 2. Обручтан обручка секіру.</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Онім арқылы саралату Жетелесунің сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Кімнұлды ойын: «Доп какпана»</p> <p>Максаты: балалардың анық кімнұлдашта жаттыстыру.</p> <p>Күрлымдаған ойын: «Нысанға дәл тигізу»</p> <p>Максаты: Кітап-катарап түрган көгельдерді доппен құлатуга үйрету. Мергендік кабілеттерді дамыту.</p> <p>Еркін ойын: Допты домалат</p> <p>Бала үні, тікелей бақылау.</p> <p>Корытынды: шенбер бойы жүзу. Катарга түрү. Сұрақ-жаяуп .Балаларды мадактау,</p> |
| Сейсенбі | | | |
| Сарсенбі | <p>Тақырыбы: Дене жаттыгулары (белгे ариалған) (Кайталау)</p> <p>Смарт максат: Ересектердің көрсетуі бойынша дене жаттыгуларын орындауды.</p> <p>Ресурстар: Жіппер,</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>Кіріспе болім</p> <p>Сапка түрү, ер түрлі бағыт-та жүзу, тәрбиешінің белгісі бойынша шашыраның жүтіру жай жүргүре аудыса отырып, өз орындарына түрү.</p> <p>Жалпы даму жаттыгулары.</p> <p>Жіппен. 5 – болім.</p> <p>Жалпы даму жаттыгулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> Аякты алшак кою. Жілті омырауга үстәу, алға созу, жогары көтеру, алға соу, бастанаптың калып. 5рет. Отырып, түрү. Жілті омырауга үстәу, отырып жілті алға, созу, түрү бастанаптың калып. 4-5 рет. Отыру. Аякты алшак кою. Жілті алға үстәу, синкейп он аяктың үшінша тигізу, солай сол аякка. 5-рет Арқамен жату. Жілті бастан асъра үстәу, аякты көтеріп жілті аяктың үшінша тигізу. Он аяк, сол аякка. 5-рет. Жілті жерде. Колды белгеле үстәп жілтін секіру. <p>2. Негізгі кімнұл – козгалыс жаттыгулары.</p> <p>2- болім Түрлері:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Гимнастикада орындаулық үстенін ішімен тартылған жүзу. | <p>Тақырыбы: «Сапта жүзу»</p> <p>Смарт максат: Бір катар сапқа түрдес және бастауыштың карап түзелді. Бакы кәркінмен тізені сал бүтіп, оқшеден аяктың үшінша карай аудыса жүтіреді.</p> <p>Кіріспе болім</p> <p>Сапка түрү, ер түрлі бағыт-та жүзу, тәрбиешінің белгісі бойынша шашыраның жүтіру жай жүргүре аудыса отырып, өз орындарына түрү.</p> <p>Ресурстар: Жіппер, гимнас орындаулық, ойын бет пердесі.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>Жалпы даму жаттыгулары.</p> <p>Жіппен. 5 – болім.</p> <p>Жалпы даму жаттыгулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> Аякты алшак кою. Жілті омырауга үстәу, алға созу, жогары көтеру, алға соу, бастанаптың калып. 5рет. Отырып, түрү. Жілті омырауга үстәу, отырып жілті алға, созу, түрү бастанаптың калып. 4-5 рет. Отыру. Аякты алшак кою. Жілті алға үстәу, синкейп он аяктың үшінша тигізу, солай сол аякка. 5-рет Арқамен жату. Жілті бастан асъра үстәу, аякты көтеріп жілті аяктың үшінша тигізу. Он аяк, сол аякка. 5-рет. Жілті жерде. Колды белгеле үстәп жілтін секіру. <p>2. Негізгі кімнұл – козгалыс жаттыгулары.</p> <p>2- болім Түрлері:</p> | <p>Тақырыбы: «Екі аякпен секіріп түрү және жұптасып допты бір біріне лактыру»</p> <p>Смарт максат: өз ағасын мен ден саулығына үкіптылықпен карай алады . кіемді-козгалыс ойындарын жақсайтын орындауды.</p> <p>Ресурстар: Аркан, обруч</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, Тікелей бақылау.</p> <p>VOK OTILO BARISY</p> <p>Кіріспе болімі:</p> <p>Сапка түрү.</p> <p>Шенбер бойымен денені тік үстап тізені шапаластай жүтіру .</p> <p>Кол бүйірде, аяктың үшіншемен жүзу. оқшемен жүзу, тізені бүтіп жүзу. Сапка түрү. 4 колонна түрү.</p> <p>Жалпы даму жаттыгулары: 1. «Торғай үшті»</p> <p>Аякты алшак коямызды, көлымызды жанга созу, басты оннан солға карай, темен- жогары бүрді. 2. «Баесалдаю»</p> <p>Аякты алшак коямызды, көлымызды жанда, 1-2 колды белгі коямызды, 3-4 ишкә, 5-6 жогары созадымызды, 7-8 – шапаластаймызды. Керісінше кайтадаймызды, 5-6 р</p> <p>3. «Арқан созу» Аякты алшак, көлымызды кеуде түсінін коямызды, 1- он көлымызды жогары, 2- сол колды теменге карай созу, 3-4 кімнұлды керісінше жасау.</p> <p>/6 рет кайтадау/</p> <p>4. «Гүлдің ашылуда» Аяктыры алшак койылған. Кол теменде, аяктың үшіншемен түрү, колды жогары созу.. (6- рет кайтадау.)</p> <p>5. «Тырина» Аяктыры бірістіру. Он аякты бүтіп, орында секіру. Сол аякты /10-15секунд/</p> |

| | | | |
|-----------------|---|---|--|
| | <p>-Жілтен секіру.</p> <p>3. Құрлымдалған ойын: «Кояндар мен қаскыр» Смарт мақсат: Бір бала қаскыр болады, ал қалған балалар кояндар болады. Жайлымга шыккан кояндарды қаскыр қуады.</p> <p>Кімнұлды ойын: «Масаны үстә» Шарты: Ойыншылар бір-біріне кол созылуы жерде дингеленіп бетін ортага беріп тұрады. Оның колында шыбық оған картон кагаздан жасап жілкес байланған маса бар тәрбиесін масаны жоғарлай етіп айналдырып етеді. Маса үстерінен үшінің бара жаткан кезде балалар оны үстауга тырысып секіреді.</p> <p>Командада жұмыс, жанама бакылау. Сұрап – жауап. Балаларды мадактау</p> | <p>-Гимнастикадың орындағы үстінен ішімен тартылған жүру.</p> <p>Сынн обау, бала үні.</p> <p>3. Кімнұлды ойын: «Кояндар» Шарты: Барлық балалар кояндар болып шенбер жасап тұрады. Өздерінің әндегін айттын, кояндарша секіріп, билеп жүреді.</p> <p>Құрлымдалған ойын: «Тауыктар мен балапандар» Шарты: Балалардың жартысы тауыктар, ал қалғандары балапандар болады. Балапандарды аулада серуенде, ойнап жүрелі де, аналарынан тығызып калады. Аналары балапандарын іздейді.</p> <p>Еркін ойын: «Мысық пен торғайлар» Смарт мақсат:</p> <p>Сапка тұрады, әр түрлі бағытта жүреді, ұзындық бойынша тұрады.</p> <p>Командада жұмыс, бала үні. Сұрап – жауап. Балаларды мадактау.</p> | <p>Тыныс алу жаттыгулары: мұрын арқылы демеі ішке жүтүп, аумыздан демеі шығарады. Еркін жүру. Колың жанға созып, аяқтын ұшымен жүру. 4K моделі, креативтілік дайды.</p> <p>Оім арқылы сарапау Жетелеші құралдар арқылы Негізгі кімнұл-жаттыгулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Шенбер бойымен аяқтын ұшымен жүру. 2.Арқаның астымен нысанага дейін енбектеу. <p>Кімнұлды ойын:«Мысық тышқан» Ойын шартымен таныстыру.</p> <p>Еркін ойын: «Коныздар ұшты» Мақсаты: Коныздарға ұксал ұшуды үйресту.</p> <p>Командада жұмыс, бала үні</p> <p>Корытынды: Сұрап – жауап Балаларды мадактау</p> |
| Бейсенбі | | | |
| Жұма | <p>Таза ауда жұптарын жүру.</p> <p>Максаты: Таза ауда педагогтың артынан жұптарын жүре алады.</p> <p>Ресурстар:Доп, таяшшалар, жәзік</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4K моделі, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>ҰОҚ отілу барысы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Амандасу. 2. Шенбер бойымен жүру,жүгіру. <p>«Орман андары» жүрісін салу.</p> <ol style="list-style-type: none"> 3.Жалпы даму жаттыгулары. <p>Б.к.: «Мысық оянды »</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Аяқтары алшак койылған, таяшшаны екі шетінен үстап, жоғарыға, онға, солға қарай созылып көрілу. әр көрілген сайын «м-я-у» деп айту. (3-4рет кайталау.) 2. Аяқтары алшак койылған, таяшшана теменде колдарымен үстап. Таяшшаны жоғарыға көтеріп созу, «қілем кагу» согу кімнұлын жасау «тук-тук-тук»- деп айту. (3-4рет кайталау.) 3. Аяқтары алшак койылған, таяшшаны кеуденін «Дал тигіз» 5. Аяқтары алшак койылған, таяшшаны кеуденін | <p>Такырыбы: «Сапта жүру»</p> <p>Смарт мақсат: Бір катар сапка жұптарын тұрады, сапта екіншінде аяқтын ұшына аусыса жүреді, шашырап жүгіруді, өрмелдеуді біледі.</p> <p>Ресурстар:Доп, таяшшалар, жәзік(білтігі 10 см)</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4K моделі, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>ҰОҚ отілу барысы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Амандасу. 2. Шенбер бойымен жүру,жүгіру. <p>«Орман андары» жүрісін салу.</p> <ol style="list-style-type: none"> 3.Жалпы даму жаттыгулары. <p>Б.к.: «Мысық оянды »</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Аяқтары алшак койылған, таяшшаны екі шетінен үстап, жоғарыға, онға, солға қарай созылып көрілу. әр көрілген сайын «м-я-у» деп айту. (3-4рет кайталау.) 2. Аяқтары алшак койылған, таяшшана теменде колдарымен үстап. Таяшшаны жоғарыға көтеріп созу, «қілем кагу» согу кімнұлын жасау «тук-тук-тук»- деп айту. (3-4рет кайталау.) 3. Аяқтары алшак койылған, таяшшаны кеуденін «Дал тигіз» 5. Аяқтары алшак койылған, таяшшаны кеуденін | <p>Такырыбы: «Екі аяқпен секіріп тұру және жұптарын допты бір біріне лактыру»</p> <p>Смарт мақсат: Қолта жалауша үстап, екі катар шенбер күран жүргүте он және сол колмен допты алысқа лактыра алады, допты бір-біріне домалата алады.</p> <p>Ресурстар: Гимнас орындық, обручтар.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4K моделі: командада жұмыс жасау.</p> <p>ҰОҚ отілу барысы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Балалармен амандасу. «Пойыз» ойыны. <p>Балаларға үлкен себеттегі доптарды корсету. Доптарды балалардың өздерінсі алызып, бірінін соынан бірін жүргізіп, шенберге тұргызу.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2.Жалпы даму жаттыгулары: 1. Басқа ариалған жаттыгулар 1. Алға 2. Бастанғы калыңқа келу 3. Артқа шо 4. Бастанғы калыңқа келу (2 - рет) 2. Нықса ариалған жаттыгулар 1. Оң нықса көтеру. 2. Бастанғы калың 3. Сол нықты көтеру 4. Бастанғы калыңқа келу (2 рет) |

| | | |
|---|--|---|
| <p>түсніде. Бұғылғен он аякты көтеру, тізені таяқшага тигізу. Арканы түзу ұстau. Сол жақпен дәл солай кайталau. (3-4рет кайталau.)</p> <p>Б.к.: «Көnілді таяқша»</p> <p>6. Таяқшаны айналып секіру және жүру. /15-секунда/</p> <p>4.Негізгі кимыл қозғалыс жаттығу</p> <p>Төңкөріліп койылған жәшікке (білктігі 10 см) көтеріліп, ересектердін көмегімен одан түсу. 4 к моделі, бала үні Мазмұн арқылы сарапау Жетелеуші сұралтар арқылы бакылау</p> <p>Құрлымдаған ойын:«Допты қуып жет»</p> <p>Ойын шарты: Тәрбиеші балаларға доп салынған кәрзенкені көрсетеді де алғанның бір жағында отімен бірге катарласа тұруды ұсынады. Одан кейін кәрзенкеден доптарды аlyп, балалардан алыска, эр жакка лактырады.</p> <p>Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>Еркін ойын:Орамал тастау</p> | <p>түсніде. Бұғылғен он аякты көтеру, тізені таяқшага тигізу. Арканы түзу ұстau. Сол жақпен дәл солай кайталau. (3-4рет кайталau.)</p> <p>Б.к.: «Көnілді таяқша»</p> <p>6. Таяқшаны айналып секіру және жүру. /15-секунда/</p> <p>4.Негізгі кимыл қозғалыс жаттығу</p> <p>Төңкөріліп койылған жәшікке (білктігі 10 см) көтеріліп, ересектердін көмегімен одан түсу. 4 к моделі, бала үні Мазмұн арқылы сарапау Жетелеуші сұралтар арқылы бакылау</p> <p>Құрлымдаған ойын: «Допты қуып жет»</p> <p>Ойын шарты: Тәрбиеші балаларға доп салынған кәрзенкені көрсетеді де алғанның бір жағында езімен бірге катарласа тұруды ұсынады. Одан кейін кәрзенкеден доптарды аlyп, балалардан алыска, эр жакка лактырады.</p> <p>Кимылды ойын: «Көnілді кошакандар»</p> <p>Шарты: Аланды ұзын сыйык сымылады. Бұл сыйык көпір. Көпірдін аргы жағында кошакандардың үйі болады. Кошакандар зуенмен билеп жүреді , зуен токтағанда жарыса отырып, көпірден етіп үйлеріне тез жетулері керек.</p> <p>Еркін ойын: Ормандағы әндар</p> <p>Шарты: Тәрбиеші елсен айта жүріп,әндардың кимылдарын салады,балалар кимылды кайталайды</p> <p>Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>6. Қорытынды Балаларды мадактау</p> | <p>3. Колға ариалған жаттығулар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Колды алға созу 2. Жогары созу 3 Жаңа созу 4 Барапты калыпта келу (2 рет) <p>4. Белгे ариалған жаттығулар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Онға иілу 2. Барапты калыпта келу 3. Солға иілу 4. Барапты калыпта келу <p>5. Аяққа ариалған жаттығулар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. аякты косу 2. тізені бұту 3. Барапты калыпта келу тыныс алу жаттығуы 4 к моделі, бала үні <p>Өнім арқылы арқылы сарапау Жетелеуші сұралтар арқылы бакылау</p> <p>3. Негізгі кимыл қозғалыс жаттығулары:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Гимнастикалық орындық үстімен жүру. -Обручтан-обручқа секіру. <p>4.Кимылды ойын: «Мысық пен тышқан» Мақсаты: балаларды ептілікке, шашшандыққа бауду.</p> <p>Құрлымдаған ойын: «Күн мен жамбыр»</p> <p>Мақсаты: Кол шатыр астына тығылуды үйрету. Бір-бірімен тату болуга үйрету.</p> <p>Еркін ойын: Ұшак Командамен жұмыс, тікелей бакылау.</p> <p>5. Қорытынды. Балаларды мадактау</p> |
|---|--|---|