

Тексерілді: *Нәзір*
 Әліскер: А.К.Керуенбаева

Циклограмма
 Дене шынықтыру. 1-апта Сәуір 04-08.04.2022жыл

Апта	Кіші топ	Ортаңғы топ	Ересек топ
Дүйсенбі	<p>Смарт мақсат: Орнынан ұзындыққа секіреді. (35-40см).</p> <p>Текшелерден аттап өтеді.</p> <p>Ресурстар: Доға, құстар бет пердесі.</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, командада жұмыс, бақылау.</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>Жалпы даму жаттығулары</p> <p>Б.к.: «Желбірейді жалау»</p> <p>1. Аяқтары нық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. 4 р</p> <p>Б.к.: «Әткеншек»</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет/</p> <p>Б.к.: «Кім жылдам»</p> <p>3. Аяқтарын алшық қою, отыру жалаушаны алға созу, тұру жоғары көтеру.</p> <p>Б. к.: «Жұлдызша»</p> <p>4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу</p>	<p>Тақырыбы: «Бағыт пен жылдамдықты өзгертіп, музыканың ырғағына сәйкес қимылдар жасайуру»</p> <p>Смарт мақсат: Бір орында тұрып қос аяқпен өзін айнала секіруді біледі. Денені түзу ұстай алады, тепе-теңдікті сақтай алады.</p> <p>Ресурстар: Гимнас орындық, арқан, сылдырмақ</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, бақылау, саралау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы</p> <p>Кіріспе бөлімі:</p> <p>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</p> <p>Шеңбер бойымен денені тік ұстап жүру.</p> <p>Қол бүйірде аяқтың ұшымен жүру.</p> <p>Қол бүйірде өкшемен жүру.</p> <p>Шеңбер бойы тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>Жалпы даму жаттығулары</p> <p>(Сылдырмақпен)</p>	<p>Тақырыбы: «Оң және сол қолмен алысқа лақтыру»</p> <p>Смарт мақсат: Дөпты екі қолмен желке тұсынан лақтыра алады, дөптың ұшына дұрыс траектория бере алады, қолдарын екпінді қимылмен жаза біледі. Дөпты екі қолымен кеуде тұсынан екпінді қимылмен жаза лақтыра алады.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1. Сәлемдесу.</p> <p>2. Шеңбермен жүру.</p> <p>Тәрбиешінің артынан жүру, жүгіру</p> <p>Жалпы дамыту жаттығулар:</p> <p>Б.к.: аяқтар арасы сәл ашық, текшелерді кеудеде ұстау.</p> <p>1. Қолдағы текшелерді жоғары көтеру.</p> <p>2. Қос қолдағы текшелермен оңға иілу.</p> <p>3. Б.к. келу.</p> <p>4. Қос қолдағы текшелермен солға иілу.</p> <p>5. Б.к. келу.</p> <p>Б.к.: негізгі тұрыс, қол төменде.</p> <p>1. Қолдағы текшелерді алға созып отыру.</p> <p>2. Тұру.</p> <p>3. Б.к. келу.</p> <p>3. Аяқ бұлшықеттеріне арналған жаттығулар:</p> <p>Б.к.: аяқ бірге, текшелерді кеудеде ұстау.</p> <p>1. Алға қос аяқпен секіру.</p> <p>2. Артқа қос аяқпен секіру.</p> <p>3. Б.к. келу.</p>

	<p>Б.к.: «Көңілді жалауша»</p> <p>5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар жоғары көтеріп, секіру.</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады. 4 к моделі, бала үні Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Қимыл-қозғалыс жаттығулары. -Доға астынан еңбектеп өту. Қимылды ойын: “Түсті автокөліктер”</p> <p>Шарты: балалар алаңның бір жағында тұрады, екінші жағында автокөліктер тұрады, балалар жолда ойнап жүреді, автокөліктер келе жатыр дегенде балалар орындарына бару керек, орнына жетпеген бала ойыннан шығарылады.</p> <p>Қ/ойын: «Допты қуып жет.»</p> <p>Шарты: Алыста жатқан доптарды, алып келіп көрзинкіге түстеріне байланысты салады.</p> <p>Е/ойын: Орамал таста Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру.</p>	<p>Б. к: «Ара ұшты»</p> <p>1. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар бүйірде. Басты оң нықтан сол ныққа қарай, сол оңға қарай иілту. «з-з-з» деп айту. /5 рет қайталау/</p> <p>Б. к.: «Айдаһардың құйрығы»</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, қолдары бүйірде, оңға - солға бұрылу. Әр бұрылған сайын «көрдім» деп айту. / 6 рет қайталау/</p> <p>Б.к. : «Қайшы»</p> <p>3. Аяқтары алшақ қойылған, қолды алдыға созып, оң қолмен сол қолды аяқастырып, қайшылау. / 6 рет қайталау/</p> <p>Б. к.: «Қоян қашты»</p> <p>4. Аяқтарын біріктіру. Қолдарын қоянның аяғына ұқсату. Орында секіру. /15-20 секунд/</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: 1 – 2, 3 - 4 есебінде тамаудың әр тесігінен кезек - кезек демді ішке тартады; 1 – 10 (16) есебінде дем алуды бөгеіп, сыртқа шығарады.</p> <p>Бастапқы қалыпқа келу.</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Мазмұн арқылы саралау, Блум таксономиясы, Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <p>1. Гимнастикалық орындық үстінен жүріп өту. 2. Секіру. Еденде 10-20 см қашықтықта (екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру.</p> <p>Өнім арқылы саралау, 4 к моделі, бала үні</p> <p>Қимылды ойын: Көжектер мен түлкілер</p>	<p>Тыныс алу: -тік тұру, -аяқ арасы нық көлеміндей алшақ, -текшелерді жоғары көтеру (ауа жұту), -қос қолдағы текшелерді үрлеу (дем шығару).</p> <p>4К моделі, бала үні</p> <p>Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы</p> <p>1. Заттар арасында еңбектеп жүру. 2. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Қимылды ойын: “Түсті автокөліктер”</p> <p>Шарты: балалар алаңның бір жағында тұрады, екінші жағында автокөліктер тұрады, балалар жолда ойнап жүреді, автокөліктер келе жатыр дегенде балалар орындарына бару керек, орнына жетпеген бала ойыннан шығарылады.</p>
--	--	--	---

		<p>Шарты: Бір бала түлкі болып сайланады. Қалған балалар көжек бетпердесін киіп, дөңгеленіп отырады.</p> <p>Қи ойын: «Түрлі-түсті автомобильдер»</p> <p>Шарты: балалар үш топқа бөлініп (қызыл, көк, жасыл) оларды түрлі шеңберге орналастырады. Олар машина жүргізушілер. - Балалар үш топқа бөлініп ойын шарты бойынша тәрбиешінің басқарылуымен іс-қимыл арқылы, бағдаршамның түстерін ажырата отырып ойнайды</p> <p>Ен ойын: «Арқан тартыс»</p> <p>Шарты: екі топқа бөлініп, арқанды тартады. Сыни ойлау, командада жұмыс, жаппай бақылау. Балаларды мадақтау.</p> <p>Қорытынды: «Айналу» - бір - бірінің қолынан ұстай отырып, айнала жүгіру. Шеңбер бойы маршпен жүру.</p>	
Сейсенбі			
Сәрсенбі	<p>Смарт мақсат: Ирелеңдеген баудың бойымен еркін жүреді.</p> <p>Нысанаға дейін еңбектейді.</p> <p>Ресурстар: Доға, құстар бет пердесі.</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, командада жұмыс, бақылау.</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>Жалпы даму жаттығулары</p> <p>Б.қ.: «Желбірейді жалау»</p> <p>1. Аяқтары нық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. 4 р</p>	<p>Тақырыбы: «Бағыт пен жылдамдықты өзгертіп, музыканың ырғағына сәйкес қимылдар жасай жүру»</p> <p>Смарт мақсат: Бір орында тұрып ұзындыққа секіре алады. Допты бір –біріне лақтыра алады, допты бастан асырып лақтыруды біледі.</p> <p>Ресурстар: Гимнас орындық, арқан, сылдырмақ</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, бақылау, саралау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы</p> <p>Кіріспе бөлімі:</p>	<p>Тақырыбы: «Оң және сол қолмен алысқа лақтыру»</p> <p>Смарт мақсат: Допты екі қолмен желке тұсынан лақтыра алады, доптың ұшына дұрыс траектория бере алады, қолдарын екпінді қимылмен жаза біледі. Музыкаға сәйкес өздігінен бейнелі қимылдар орындайды</p> <p>Бұлшықеттер мен қол-аяқтың үйлесімділігі мен қимылдатады.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сәлемдесу. 2. Шеңбермен жүру. <p>Тәрбиешінің артынан жүру, жүгіру</p>

<p>Б.к.: «Өткеншек»</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет/</p> <p>Б.к.: «Кім жылдам»</p> <p>3. Аяқтарын алшақ қою, отыру жалаушаны алға созу, тұру жоғары көтеру.</p> <p>Б. к.: «Жұлдызша»</p> <p>4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу</p> <p>Б.к.: «Көңілді жалауша»</p> <p>5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар жоғары көтеріп, секіру.</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады. 4 к моделі, бала үні Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Қимыл-қозғалыс жаттығулары. -Доға астынан еңбектеп өту. Қимылды ойын: «Өз түсінді тап»</p> <p>Шарты: Балалар жалауша арқылы 3 топқа бөлінеді, (көк, жасыл, сары) «Өз түсінді тап» дегенде балалар өздеріне лайықты түстегі жалаушаға қарай жүгіре алады</p> <p>Қ/ойын «Допты қуып жет.»</p>	<p>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</p> <p>Шеңбер бойымен денені тік ұстап жүру.</p> <p>Қол бүйірде аяқтың ұшымен жүру.</p> <p>Қол бүйірде өкшемен жүру.</p> <p>Шеңбер бойы тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>Жалпы даму жаттығулары (Сылдырмақпен)</p> <p>Б. к: «Ара ұшты»</p> <p>1. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар бүйірде. Басты оң иықтан сол иыққа қарай, сол оңға қарай иілту. «з-з-з» деп айту. /5 рет //</p> <p>Б. к.: «Айдаһардың құйрығы»</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, қолдары бүйірде, оңға - солға бұрылу, Әр бұрылған сайын «көрдім» деп айту. 6 рет қайталау</p> <p>Б.к. : «Қайшы»</p> <p>3. Аяқтары алшақ қойылған, Қолды алдыға созып, оң қолмен сол қолды аяқастырып, қайшылау. 6р</p> <p>Б. к.: «Қоян қашты»</p> <p>4. Аяқтарын біріктіру. Қолдарын қоянның аяғына ұқсату. Орнында секіру.</p> <p>/15-20 секунд/</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: 1 – 2, 3 - 4 есебінде танаудың әр тесігінен кезек - кезек демді ішке</p>	<p>Жалпы дамыту жаттығулар:</p> <p>Б.к. : аяқтар арасы сап ашық, текшелерді кеудеде ұстау.</p> <p>1 Қолдағы текшелерді жоғары көтеру.</p> <p>2 Қос қолдағы текшелермен оңға илту.</p> <p>3 Б.к. келу.</p> <p>4 Қос қолдағы текшелермен солға илту.</p> <p>5 Б.к. келу.</p> <p>Б.к. : негізгі тұрыс, қол төменде.</p> <p>1 Қолдағы текшелерді алға созып отыру.</p> <p>2 Тұру.</p> <p>3 Б.к. келу.</p> <p>3 Аяқ бұлшықеттеріне арналған жаттығулар:</p> <p>Б.к. : аяқ бірге, текшелерді кеудеде ұстау.</p> <p>1 Алға қос аяқпен секіру.</p> <p>2 Артқа қос аяқпен секіру.</p> <p>3 Б.к. келу.</p> <p>Тыныс алу: -тік тұру. -аяқ арасы иық көлеміндей алшақ, -текшелерді жоғары көтеру (ауа жұту), -қос қолдағы текшелерді үрлеу (дем шығару).</p> <p>4К моделі, бала үні</p> <p>Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы</p> <p>1. Заттар арасында еңбектеп жүру.</p> <p>2 Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Құрлымдалған қимылды ойын:</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»</p>
---	--	--

<p>Шарты: Алыста жатқан доптарды, алып келіп кәрзинкіге түстеріне байланысты салады.</p> <p>Еркін ойын: «Арқан тартыс»</p> <p>Шарты: екі топқа бөлініп, арқанды тартады.</p> <p>Командада жұмыс, жанама бақылау</p> <p>Қорытынды:</p> <p>Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ Маршпен жүру. «Айналу» - бір - бірінің қолынан ұстай отырып, айнала жүгіру.</p> <p>Бастапқы қалыпқа келу.</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>	<p>тартады; 1 – 10 (16) есебінде дем алуды бөгеп, сыртқа шығарады.</p> <p>Бастапқы қалыпқа келу.</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Мазмұн арқылы саралу, Блум таксономиясы, Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Гимнастикалық орындық үстінен жүріп өту. 2. Секіру. Еденде 10-20 см қашықтықта (екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру. <p>Өнім арқылы саралау, 4 к моделі, бала үні</p> <p>Қимылды ойын: «Аншы мен қояндар»</p> <p>Шарты: Тәрбиеші бір баланы аншы қылып сайлайды, қалған балалар қояндар.</p> <p>Қн ойын: Допты қуып жет</p> <p>Шарты: бұл ойынға 5-6 бала, тәрбиеші басқаруымен қатыса алады. Тәрбиеші доптарды себетке салып алып, балалардың алдына домалатып жібереді. «Допты қуып жет» деген белгі бойынша, балалар допты ұстап алып тәрбиеші ұстап тұрған себетке салуы керек.</p> <p>Ен ойын: «Күн мен жаңбыр»</p> <p>Сыни ойлау, командада жұмыс, жаппай бақылау.</p> <p>Балаларды мадақтау.</p> <p>Қорытынды: «Айналу» - бір - бірінің қолынан ұстай отырып, айнала жүгіру. Шеңбер бойы маршпен жүру</p>	<p>Шарты: жаңбыр жауғанда қолшатырдың астына тығылады, күн шыққанда бір-бірін қуалап ойнайды.</p> <p>Қ/ойын: «Кім заттарды көбірек жинайды?»</p> <p>Шарты: Шашылып жатқан уақ заттарды жинауға үйрету. Жылдамдық қабілеттерін дамыту.</p> <p>Е/ойын: Аударыспак</p> <p>Бақылау әдісі: «Жаппай бақылау</p> <p>Қорытынды: Балаларды мадақтау.</p>
--	--	---

Бейсенбі			
Жұма	<p>Смарт мақсат: Допты алдарындағы доғадан домалатып өткізеді.</p> <p>Кеглилер арасымен қос аяқпен секіреді.</p> <p>Ресурстар: Доптар,бет перде.</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, командада жұмыс, бақылау.</p> <p>Негізгі бөлім</p> <p>1. Жалпы даму жаттығулары доппен. 4– бөлім.</p> <p>1. Аяқты алшақ қою, доп төменде, допты алға созу, жоғары көтеру, түсіру. бастап-қы калып 4-5 рет.</p> <p>2. Допты екі қолмен алға ұстау. Отырып тұру.</p> <p>3. Допты екі қолмен ұстау. Еденге тигенше еңкею..</p> <p>4. Допты еденге қою.</p> <p>Допты айнала секіру, адымдап орнында жүру, қайта секіру.</p> <p>4 к моделі, бала үні Тікелей бақылау</p> <p>2. Қимыл - қозғалыс жаттығулары.</p> <p>-Обруч ішіне допты екі қолмен лақтыру.</p> <p>Тікелей бақылау.</p> <p>3. Қимылды ойын: « Мысық пен тышқан»</p>	<p>Тақырыбы: «Бағыт пен жылдамдықты өзгертіп, музыканың ырғағына сәйкес қимылдар жасай жүру»</p> <p>Смарт мақсат: Жоғарыда ілінген затқа қос аяқтап жоғары секіруді және соған жетуді біледі, екі қолын созып алақанына құм салынған қалташаны ұстап, сызық бойымен тепе-теңдікті сақтай алады.</p> <p>Ресурстар: Гимнас орындық, секіртпелер, бубен</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, бақылау, саралау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</p> <p>Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру. Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүру.</p> <p>«Трактор» - шеңбер бойы жылжымалы қадаммен жүру. Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</p> <p>Жаппай бақылау.</p> <p>Жалпы даму жаттығулары (Бубенмен)</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>Б.қ.: «Тик-так»</p> <p>1. Аяқтары алшақ, қолдары белде. «Тик» сөзін айтып басты оңға қисайту, «так» сөзін айтып басты тік ұстау, басты солға қисайтып қайталау. (6 рет қайталау)</p>	<p>Тақырыбы: «Оң және сол қолмен алысқа лақтыру»</p> <p>Смарт мақсат: Допты екі қолмен кеуде тұсынан қолдарын екпінді қимылмен жаза лақтыра алады. Қимылды ырғақпен жеңіл, еркін қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіреді орындайды.</p> <p>Ресурстар: Ленталар, доп, кубиктер.</p> <p>Әдіс-тәсілі: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1. Амандасу.</p> <p>Кіріспе: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен марш екпінімен жүру. Шеңбер бойымен екі жаққа шұғыл бұрылып жүру. Шеңбер бойымен еркін жүру. 1 сапқа тұру. / сапқа тұрарда себеттен екі лентадан алу/1 саптан 4 лекке (колонна) тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</p> <p>Жалпы даму жаттығулары</p> <p>1. Аяқтары нық мөлшерінде. Денені тік ұстау. Лента төменде. Басты оңға бұрып, иекті ныққа түсіру және иекпен доға жасап басты ақырын көтеру және төмен түсіріп - көтеру. /4-рет қайталау./</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, оң қолдағы лентаны – жоғарыға, сол жақтағыны – төменге сермеп отырып ауыстыру. /5р/</p> <p>3. Аяқтары нық мөлшерінде, ленталар жанда, тік тұрып, аяқты нық деңгейінен сәл алшақ</p>

<p>Шарты: Балалар шеңбер құрып тұрады</p> <p>Мысық пен тышқан болып сайланады.</p> <p>Қ/ойын « Доп шеңберде.» Шарты:балалар жерге дөңгеленіп отырады да допты бір-біріне домалатуды біледі. Педагог бағыт береді.</p> <p>Еркін ойын: Айгөлек</p> <p>Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>4. Қортынды</p> <p>Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, ұзындық бойынша тұру.</p> <p>Сұрақ – жауап.Балаларды мадақтау.</p>	<p>Б. Қ.: «Иықтың жүруі»</p> <p>2. Аяқ иық көлемінде, қолдар иық үстінде. Иықты артқа, алдыға қарай айналдыру. /6 рет қайталау/</p> <p>Б. Қ.: «Ағаштар тербеледі»</p> <p>3. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жоғарыда. Оң жаққа, сол жаққа тербелу. /6 рет қайталау/</p> <p>Б.қ.: «Күнге жетемін»</p> <p>4. Орнында тұрып секіру. (10-15 секунд)</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: араның дыбысын салу (3-3-3), мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу.</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Мазмұн арқылы саралау, Блум таксономиясы, Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Қимыл-қозғалыс жаттығулары</p> <p>1. Гимнастикалық орындық үстінен жүріп өту. 2.Секіртпеден секіру. Өнім арқылы саралау, 4 к моделі, бала үні</p> <p>Қимылды ойын: «Ұшты - ұшты»</p> <p>Шарты: Ненің ұшатынын, ненің ұшпайтынын, аңғарымпаздыққа тәрбиелейді.</p> <p>Қ/ойын: «Ұядағы кішкентай торғайлар» Шарты: Педагогтың көмегімен балалар - «торғайлар» 3-4 топқа бөлініп, «ұялардың» ішіне отырады. Шығыршықтар пайдаланады.Тәрбиешінің белгісі бойынша: «Торғайлар» ұядан «ұшып, құрсауды басып өтіп, жан-жаққа шашырап кетті. Тезірек-»</p>	<p>ұстайды, алақанның сырт жағымен белден ұстап, денемен жартылай шеңбер жасайды.5р</p> <p>4. Төрт тағандап тұрып, қолды, аяқты бүту және жазу керек.6 р</p> <p>5. Аяқтарын алшақ қою, ленталар жанда; 8-рет маршпен жүру, 10- рет секіру. Тыныс алу жаттығулары:</p> <p>«Алақандағы допты үрлеу».</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <p>1.Текшелер, арасымен жүру 2.допты алға қарай лақтыру</p> <p>Өнім арқылы саралау Құрлымдалған қимылды ойын:</p> <p>Қимылды ойын: «Аңшылар мен қояндар»</p> <p>Шарты: Алаңның бір жағына аңшы, келесі жақта қояндарға орын белгіленеді. Әрбір үйде 2-3 қоян болады.Белгі бойынша қояндар үйіне н шығып, жайылымда қос аяқтап, секіріп жүреді. Тәрбиеші: « Аңшы» дегенде қояндар үйлеріне жүгіреді. Аңшы бала оларға доп лақтырады.Доп тиген қояндар ат ылған болып саналады.Аңшы оны өзіне алып кетеді</p> <p>Қ/ойын: «Ұядағы кішкентай торғайлар»</p> <p>Шарты: Педагогтың көмегімен балалар - «торғайлар» 3-4 топқа бөлініп, «ұялардың»</p>
--	---	---

		<p>дәндерді жеп ал Сигнал бойынша: «Құстар, ұяларға!»</p> <p>Елоын: Сақина тастау</p> <p>Сыни ойлау, командада жұмыс, жаппай бақылау.</p> <p>Қорытынды: Шеңбер бойы жүру. Адымдап жүру</p>	<p>ішіне отырады. Шығыршықтар пайдаланады. Тәрбиешінің белгісі бойынша: «Торғайлар» ұядан «ұшып, құрсауды басып өтіп, жан-жаққа шашырап кетті. Тезірек-» дәндерді жеп ал Сигнал бойынша: «Құстар, ұяларға!»</p> <p>Елоын Тақия тастамақ</p> <p>Күтілетін нәтиже: Балалар ойынды ойнай алады</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, ұзындық бойынша тұру. Сұрақ – жауап. Балаларды мадақтау.</p>
--	--	--	---

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

Циклограмма
Дене шынықтыру. II-апта Сәуір 11-15.04.2022 жыл

Апта	Кіші топ	Ортаңғы топ	Ересек топ
Дүйсенбі	<p>Смарт мақсат: Берілген бағытта әртүрлі қарқынмен жүгіреді.</p> <p>Гимнастикалық орындық үстімен жүріп келіп, бір орнында баяу айналады.</p> <p>Ресурстар: Доптар, бет перде.</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, командада жұмыс, бақылау.</p> <p>Негізгі бөлім</p> <p>1. Жалпы даму жаттығулары доппен.</p> <p>4– бөлім.</p> <p>1. Аяқты алшақ қою, доп төменде, допты алға созу, жоғары көтеру, түсіру. бастап-қы қалып. 4-5 рет.</p> <p>2. Допты екі қолмен алға ұстау. Отырып тұру.</p> <p>3. Допты екі қолмен ұстау. Еденге тигенше еңкею..</p> <p>4. Допты еденге қою.</p> <p>Допты айнала секіру, адымдап орнында жүру, қайта секіру.</p> <p>4 к моделі, бала үні Тікелей бақылау</p> <p>2. Қимыл - қозғалыс жаттығулары.</p>	<p>Тақырыбы: «Бағыт пен жылдамдықты өзгертіп, музыканың ырғағына сәйкес қимылдар жасай жүру»</p> <p>Смарт мақсат: Тура бағытта төрт тағандап еңбектеуді біледі. Тура жолмен жүруді және жүгіруді орындай алады. Төрттағандап еңбектеу</p> <p>кезінде, еңбектеуде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіре біледі.</p> <p>Ресурстар: Гимнас орындық, секіртпелер, бубен</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, бақылау, саралау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы Кіріспе бөлімі:</p> <p>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</p> <p>Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру.</p> <p>Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүру.</p> <p>«Трактор» - шеңбер бойы жылжымалы қадаммен жүру.</p> <p>Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</p>	<p>Тақырыбы: «Оң және сол қолмен алысқа лақтыру»</p> <p>Смарт мақсат: Допты екі қолмен желке тұсынан лақтыра алады, доптың ұшына дұрыс траектория бере алады, қолдарын екпінді қимылмен жаза біледі. Музыкаға сәйкес өздігінен бейнелі қимылдар орындайды. Зат астынан еңбектеп өте алады, қос аяқтап секіруді біледі.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1. Сәлемдесу.</p> <p>2. Шеңбермен жүру.</p> <p>Тәрбиешінің артынан жүру, жүгіру</p> <p>Жалпы дамыту жаттығулар:</p> <p>Б.к.: аяқтар арасы сал ашық, текшелерді кеудеде ұстау.</p> <p>1. Қолдағы текшелерді жоғары көтеру.</p> <p>2. Қос қолдағы текшелермен оңға иілу.</p> <p>3. Б.қ. келу.</p> <p>4. Қос қолдағы текшелермен солға иілу.</p> <p>5. Б.қ. келу.</p> <p>Б.к.: негізгі тұрыс, қол төменде.</p> <p>1. Қолдағы текшелерді алға созып отыру.</p> <p>2. Тұру.</p> <p>3. Б.қ. келу.</p> <p>3. Аяқ бұлшықеттеріне арналған жаттығулар:</p> <p>Б.к.: аяқ бірге, текшелерді кеудеде ұстау.</p> <p>1. Алға қос аяқпен секіру.</p>

<p>-Обруч ішіне допты екі қолмен лақтыру. Тікелей бақылау.</p> <p>Қимылды ойын: «Паравоз»</p> <p>Шарты: Балалардың бірінің артына бірі тіркеліп тұрып паравоз сияқты жүре алады,өлең жолдарын қайта алады</p> <p>Қ/ойын: «Бір,екі,үш жүгір!»</p> <p>Шарты:Белгі бойынша әрекет етуге үйренеді</p> <p>Жүгірудің шапшаңдығын арттыру.</p> <p>Е/ойын: «Көкпар»</p> <p>Балалар екі топқа бөлінеді, 1 топ серкені алып қашады, 2топ тартып алуға тырысады.</p> <p>Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>4. Қортынды Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, ұзындық бойынша тұру.</p> <p>Сұрақ – жауап.Балаларды мадақтау.</p>	<p>Жаппай бақылау.</p> <p>Жалпы даму жаттығулары</p> <p>(Бубенмен)</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>Б.қ.: «Тик-так»</p> <p>1. Аяқтары алшақ , қолдары белде. «Тик» сөзін айтып басты оңға қисайту , «так» сөзін айтып басты тік ұстау, басты солға қисайтып қайталау.(6 рет қайталау)</p> <p>Б. Қ.: «Иықтың жүруі»</p> <p>2. Аяқ иық көлемінде, қолдар иық үстінде. Иықты артқа, алдыға қарай айналдыру. /6 рет қайталау/</p> <p>Б. Қ.: «Ағаштар тербеледі»</p> <p>3. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жоғарыда. Оң жаққа, сол жаққа тербелу. /6 рет қайталау/</p> <p>Б.қ.: «Күнге жетемін»</p> <p>4. Орнында тұрып секіру. (10-15 секунд)</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: араның дыбысын салу (з-з-з), мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу.</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Мазмұн арқылы саралу, Блум таксономиясы, Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Қимыл-қозғалыс жаттығулары</p> <p>1. Гимнастикалық орындық үстінен жүріп өту. 2.Секіртпеден секіру.</p>	<p>2.Артқа қос аяқпен секіру. 3.Б.қ. келу. Тыныс алу: -тік тұру; -аяқ арасы иық көлемінде алшақ; -текшелерді жоғары көтеру (ауа жұту); -қос қолдағы текшелерді үрлеу (дем шығару).</p> <p>4К моделі, бала үні</p> <p>Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы</p> <p>1. Қапшықты нысанаға лақтыру</p> <p>2.Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Қимылды ойын: «Қуғыншы »</p> <p>Шарты:Тәрбиеші 1-2-3 ку дегенде қуғыншы қуадықалғандары қашады.</p> <p>Қуғыншы қол тигізген бала шегіне шыға береді. 3-4 бала жиналғанша қуады.</p> <p>Содан соң ойын аяқталады.</p> <p>Қ/ойын: «Допты қуып жет.»</p> <p>Шарты: Алыста жатқан доптарды, алып келіп көзінкіге түстеріне байланысты салады.</p> <p>Е/н ойын: “Қарғалар”</p>
--	--	--

		<p>Өнім арқылы саралау, 4 к моделі, бала үні</p> <p>Қимылды ойын: Аю</p> <p>Шарты: Бір бала аю болып сайланады, Қалған балалар қоян болады. Қояндар орманда ойнап жүріп ұйықтап жатқан аюды оятып жібереді. Аю ашуланып қуа жөнеледі. Ойын 2-3рет қайталанып, аю жаңадан сайланып отырады.</p> <p>Қойын: Доптарды жина</p> <p>Шарты: кедергілер арқылы жүгіріп барып, пішініне қарай доптарды бөлек -бөлек жинастыру керек.</p> <p>Ел ойын: «Күн мен жаңбыр»</p> <p>Сыни ойлау, командада жұмыс, жаппай бақылау.</p> <p>Қорытынды: Шеңбер бойы жүру. Адымдап жүру</p>	<p>Өнім арқылы саралау</p> <p>«Жаппай бақылау</p> <p>Қорытынды: Балаларды мадақта</p>
Сейсенбі			
Сәрсенбі	<p>Смарт мақсат: Шеңберден шеңберге секіреді.</p> <p>Қабырғадағы гимнастикалық баспалдаққа өрмелейді.</p> <p>Ресурстар: Көрнекі материалдар.</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, командада жұмыс, бақылау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1.Амандасу.</p> <p>2.Кіріспе</p>	<p>Тақырыбы: «Бағыт пен жылдамдықты өзгертіп, музыканың ырғағына сәйкес қимылдар жасай жүру»</p> <p>Смарт мақсат: Бір орында тұрып ұзындыққа секіре алады. Допты бір –біріне лақтыра алады , допты бастан асырып лақтыруды біледі.</p> <p>Ресурстар: Сылдырмақтар, тақырып бойынша жолдар түрі.</p> <p>Әдіс –тәсілдер. 4К моделі, бала үні, бақылау, саралау. сұрақ-жауап, жұмбақтар</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы</p>	<p>Тақырыбы: «Оң және сол қолмен алысқа лақтыру»</p> <p>Смарт мақсат: Допты екі қолмен кеуде тұсынан қолдарын екпінді қимылмен жаза лақтыра алады . Қимылды ырғақпен жеңіл, еркін қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіреді орындайды.</p> <p>Ресурстар: Ленталар, доп, кубиктер.</p> <p>Әдіс-тәсілі: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p>

<p>Педагогтың артынан жүру, жүгіру.</p> <p>Шеңберге тұру.</p> <p>3. Жалпы даму жаттығулары. Доппен</p> <p>1) Б.к. тік тұру, допты екі қолымен ұстау. 1. Допты алға созу. 2. кеуде тұсына әкелу. 3. Б.к. келу. (3-4 рет)</p> <p>2) Допты жоғары көтеру. Түсіру.</p> <p>2. Б.к. келу. (3-4 рет)</p> <p>3) допты екі қолмен кеудеге ұстау. Доппен бірге қос аяқпен секіру.</p> <p>4) Тыныс алу жаттығуы.</p> <p>Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару.</p> <p>Б.к. келу</p> <p>4 к моделі, бала үні Тікелей бақылау</p> <p>4. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <p>1. Допты бір –біріне домалату. Бекіту.</p> <p>Командада жұмыс, жанама бақылау.</p> <p>Қимылды ойын: «Ұшты - ұшты»</p> <p>Шарты: Ненің ұшатынын, ненің ұшпайтынын, аңғарымпаздыққа тәрбиелейді.</p> <p>Қойын: « Мені қуып жет»</p> <p>Шарты: Кеңестікте шапшаң жүгіре білуге үйрету, ептілігін арттыру.</p> <p>Ең ойын: Сақина тастау</p>	<p>Кіріспе бөлімі:</p> <p>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</p> <p>Қол бүйірде, аяқтың ұшымен жүру.</p> <p>Қол бүйірде, өкшемен жүру.</p> <p>«Түлкі» - Шеңбер бойы бүкіл табанмен қалыпты, жұмсақ жүру.</p> <p>Шеңбер бойы тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау</p> <p>II. Жалпы дамыту жаттығулары. Сылдырмақпен</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>Б.к.: «Торғай ұшты»</p> <p>1. Аяқты алшақ қоямыз, қолымыз жанға созып құстың қанатын жасау, басты оннан солға қарай, төмен- жоғары бұру; «Чик- чирик» деп айту. / 5 рет қайталау/</p> <p>Б.к.: «Мотор»</p> <p>2. Аяқты алшақ, қолымызды кеуде тұсына қоямыз, қолымызды дөңгелек қозғалысқа келтіреміз. «р-р-р» деп айту. /6 рет қайталау/</p> <p>Б.к.: «Гүлдің ашылуы»</p> <p>3. Аяқтары бірге қойылған. Отыру. Алақанды біріктіріп ұстау, орнынан тұрарда қолды жоғару созып алақанды ашу. 6- р</p> <p>Б. к.: «көңілді пингвин»</p>	<p>1. Амандасу.</p> <p>Кіріспе</p> <p>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен марш екпінімен жүру. Шеңбер бойымен екі жаққа шұғыл бұрылып жүру. Шеңбер бойымен еркін жүру. 1 сапқа тұру. / сапқа тұрарда себеттен екі лентадан алу/ 1 саптан 4 лекке (колонна) тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</p> <p>Жалпы даму жаттығулары</p> <p>1. Аяқтары нық мөлшерінде. Денені тік ұстау. Лента төменде. Басты онға бұрып, иекті ныққа түсіру және иекпен доға жасап басты ақырын көтеру және төмен түсіріп - көтеру. /4-рет қайталау/</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, оң қолдағы лентаны – жоғарыға, сол жақтағыны – төменге сермеп отырып ауыстыру. /5р/</p> <p>3. Аяқтары нық мөлшерінде, ленталар жанда, тік тұрып, аяқты нық денгейінен сәл алшақ ұстайды, алақанның сырт жағымен белден ұстап, денемен жартылай шеңбер жасайды 5р</p> <p>4. Төрт тағандап тұрып, қолды, аяқты бұғу және жазу керек. 6 р</p> <p>5. Аяқтарын алшақ қою, ленталар жанда, 8- рет маршпен жүру, 10- рет секіру. Тыныс алу жаттығулары:</p> <p>«Алақандағы допты үрлеу».</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p>
---	--	---

<p>Шарты: Балалар тізерлеп, қолдарын алға созып отырады, басқарушы сақинаны бір баланың қолына салып кетеді.</p> <p>6.Қортынды. Балаларды мадақтау.</p>	<p>4. Өкшелерін беттестіру арқылы пингвиннің жүрісін көрсету. Қолдары жанда пингвиннің қанатын жасау. Орнында тұрып жүру, айналып жүру.</p> <p>/10-15секунд/</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Мазмұн арқылы саралу, Блум таксономиясы, Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.</p> <p>-Түзу және ирек жолдармен жүгіру.</p> <p>-Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.</p> <p>Өнім арқылы саралау, 4 к моделі, бала үні</p> <p>Қимылды ойын: Автобус</p> <p>Шарты: Балалар қатарға бір-бірден тұрады. Тәрбиеші автобус жүргізушісі. Қалғандары жолаушылар. Тәрбиеші дыбыс берген кезде автобус жылжи бастайды. Ең әуелі баяу кейін жылдам, жылдамырақ жүреді. Балалар жүрісті баяулатады. Жүргізуші автобусты тоқтатады. Ойын тағы жалғасады</p> <p>Қ/ойын: Боулинг</p> <p>Шарты: Балалар 2 топқа бөлініп, алдарына қойылған кеглилерді дәл тигізіп құлату керек. Ең көп құлатқан топ жеңіске жетеді</p> <p>Е/ойын: Орамал тастау</p> <p>Шарты: балалар шеңбер жасап дөңгеленіп отырады, орамалды бір баланың артына тастап кетеді, орамал тастаған баланы қуып жету керек.</p>	<p>Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <p>1.Текшелер, арасымен жүру 2.допты алға қарай лақтыру</p> <p>Өнім арқылы саралау Құрлымдалған қимылды ойын:</p> <p>Қимылды ойын: Тығылмақ</p> <p>Шарты: Тәрбиеші санамақ арқылы жүргізуші сайлап алады. Жүргізуші тәрбиешінің қасында немесе белгіленген жерде көзін жұмып тұрады, ал басқа балалар тығылады. Жүргізуші: « 1-2-3-4, іздеуге шықтым». Тауып алған баланың атын атайды.</p> <p>Қ/ойын Доптарды жина</p> <p>Шарты: кедергілер арқылы жүгіріп барып, пішініне қарай доптарды бөлек -бөлек жинастыру керек.</p> <p>Е/н ойын: Оқтау тартыс</p> <p>Балалар ойынды ойнай алады</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, ұзындық бойынша тұру. Сұрақ – жауап.</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>
---	--	--

		<p>Сыни ойлау, командада жұмыс, жаппай бақылау.</p> <p>Қортынды</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>	
Бейсенбі			
Жұма	<p>Смарт мақсат: Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүреді. Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтырады.</p> <p>Ресурстар: Көрнекі материалдар.</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, командада жұмыс, бақылау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1.Амандасу.</p> <p>2.Кіріспе</p> <p>Педагогтың артынан жүру, жүгіру.</p> <p>Шеңберге тұру.</p> <p>3.Жалпы даму жаттығулары. Доппен</p> <p>1).Б.қ. :тік тұру, допты екі қолымен ұстау. 1.Допты алға созу. 2.кеуде тұсына әкелу. 3.Б.қ. келу. (3-4рет)</p> <p>2).Допты жоғары көтеру. Түсіру.</p> <p>2.Б.қ. келу. (3-4рет)</p> <p>3) допты екі қолмен кеудеге ұстау. Доппен бірге қос аяқпен секіру.</p> <p>4)Тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>Тақырыбы: «Бағыт пен жылдамдықты өзгертіп, музыканың ырғағына сәйкес қимылдар жасай жүру»</p> <p>Смарт мақсат: Допты екі қолмен кеуде тұсынан қолдарын екпінді қимылмен жаза лақтыра алады. Қимылды ырғақпен жеңіл, еркін қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіреді орындайды.</p> <p>Ресурстар: Сылдырмақтар, тақырып бойынша жолдар түрі.</p> <p>Әдіс –тәсілдер. 4К моделі, бала үні, бақылау, саралау. сұрақ-жауап, жұмбақтар</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы</p> <p>Кіріспе бөлімі:</p> <p>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</p> <p>Қол бүйірде, аяқтың ұшымен жүру.</p> <p>Қол бүйірде, өкшемен жүру.</p> <p>«Түлкі» - Шеңбер бойы бүкіл табанмен қалыпты, жұмсақ жүру.</p> <p>Шеңбер бойы тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау</p>	<p>Тақырыбы: «Оң және сол қолмен алысқа лақтыру»</p> <p>Смарт мақсат: Зат астынан еңбектеп өте алады, қос аяқпен секіруді біледі, Допты екі қолмен желке тұсынан лақтыра алады, доптың ұшына дұрыс траектория бере алады, Допты екі қолмен кеуде тұсынан қолдарын екпінді қимылмен жаза лақтыра алады.</p> <p>Ресурстар: Ленталар, доп, кубиктер.</p> <p>Әдіс-тәсілі: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1.Амандасу.</p> <p>Кіріспе Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен марш екпінмен жүру. Шеңбер бойымен екі жаққа шұғыл бұрылып жүру. Шеңбер бойымен еркін жүру. 1 сапқа тұру. / сапқа тұрарда себеттен екі лентадан алу/1 саптан 4 лекке (колонна) тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</p> <p>Жалпы даму жаттығулары</p> <p>1. Аяқтары нық мөлшерінде. Денені тік ұстау. Лента төменде. Басты оңға бұрып, иекті ныққа түсіру және иекпен доға жасап басты ақырын көтеру және төмен түсіріп - көтеру. /4-рет қайталау./</p>

<p>Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару.</p> <p>Б.қ келу</p> <p>4 к моделі, бала үні Тікелей бақылау</p> <p>4. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <p>1. Допты бір –біріне домалату. Бекіту. Командада жұмыс, жанама бақылау.</p> <p>Қимылды ойын: «Ақ қоян»</p> <p>Шарты: Балалар шеңбер жасап тұрады да, ал бір бала ортада қоян болып отырады.</p> <p>Қ/ойын: «Қапшықпен секіру»</p> <p>Шарты: балалар шапшаң қимылдап қапшықпен секіре алады.</p> <p>Е/ойын: Аударыспақ</p> <p>Шарты: ағаш ат мінген екі бала, біреуі шеңбер ішінде, біреуі сыртында тұрады. Белгі берілген кезде бір-бірімен тартысады, шеңбердің сыртына шығып қалған бала жеңілген болып есептеледі.</p> <p>6. Қортынды. Балаларды мадақтау.</p>	<p>II. Жалпы дамыту жаттығулары. Сылдырмақпен</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>Б.қ.: «Торғай ұшты»</p> <p>1. Аяқты алшақ қоямыз, қолымыз жанға созып құстың қанатын жасау, басты оңнан солға қарай, төмен- жоғары бұру; «Чик- чирик» деп айту. / 5 рет қайталау/</p> <p>Б.қ.: «Мотор»</p> <p>2. Аяқты алшақ қолымызды кеуде тұсына қоямыз, қолымызды дөңгелек қозғалысқа келтіреміз. «р-р-р» деп айту. /6 рет қайталау/</p> <p>Б.қ.: «Гүлдің ашылуы»</p> <p>3. Аяқтары бірге қойылған. Отыру. Алақанды біріктіріп ұстау, орнынан тұрарда қолды жоғару созып алақанды ашу. 6- р</p> <p>Б. қ.: «көңілді пингвин»</p> <p>4. Өкшелерін беттестіру арқылы пингвиннің жүрісін көрсету. Қолдары жанда пингвиннің қанатын жасау. Орнында тұрып жүру, айналып жүру. /10-15 секунд/</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Мазмұн арқылы саралу, Блум таксономиясы, Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.</p> <p>-Түзу және ирек жолдармен жүгіру.</p>	<p>2. Аяқтары алшақ қойылған, оң қолдағы лентаны – жоғарыға, сол жақтағыны – төменге сермеп отырып ауыстыру. /5р/</p> <p>3. Аяқтары иық мөлшерінде, ленталар жанда, тік тұрып, аяқты иық деңгейінен сәл алшақ ұстайды, алақанның сырт жағымен белден ұстап, денемен жартылай шеңбер жасайды. 5р</p> <p>4. Төрт тағандап тұрып, қолды, аяқты бұту және жазу керек. 6 р</p> <p>5. Аяқтарын алшақ қою, ленталар жанда; 8- рет маршпен жүру, 10- рет секіру. Тыныс алу жаттығулары:</p> <p>«Алақандағы допты үрлеу».</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <p>1. Текшелер, арасымен жүру 2. допты алға қарай лақтыру</p> <p>Өнім арқылы саралау</p> <p>Қимылды ойын: «Қаздар»</p> <p>Шарты: Тәрбиеші белгісімен қауіп төнгенде, ата қаз сырнайды қатты 2 - 3 рет тартып белгі береді. Осы кезде балалар қанат қағып жүгіріп барып, ана қаздың жанына жиналады.</p> <p>Қ/ойын: «Өз түсінді тап »</p> <p>Шарты: Балалар жалауша арқылы 3 топқа бөлінеді, (көк, жасыл, сары) «Өз түсінді тап»</p>
---	--	--

		<p>-Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.</p> <p>Өнім арқылы саралау, 4 к моделі, бала үні</p> <p>Қимылды ойын: «Күн шұғыласы»</p> <p>Шарты: «Сәулені ұстандар» деген де балалар күн саулесін ұстауға тырысады.</p> <p>Қ/ойын: «Кім тезірек жалаушаға жетеді»</p> <p>Шарты: Балалар 2 топқа бөлініп , алдарына қойылған доғалардын астынан тез еңбектеп барып, өз жалаушасын тез алу қажет.</p> <p>Е/ойын: «Ұшты - ұшты»</p> <p>Сыни ойлау, командада жұмыс, жаппай бақылау.</p> <p>Қортынды Балаларды мадақтау.</p>	<p>дегенде балалар өздеріне лайықты түстегі жалаушаға қарай жүгіре алады</p> <p>Еркін ойын: Арқан тартыс</p> <p>Күтілетін нәтиже:</p> <p>Балалар ойынды ойнай алады</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, ұзындық бойынша тұру. Сұрақ – жауап.</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>
--	--	--	--

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

Циклограмма
Дене шынықтыру. III-апта Сәуір 18-22.04.2022 жыл

Апта	Кіші	Ортаңғы	Ересек
Дүйсенбі	<p>Смарт максат:</p> <p>Бөренелерден аттап өтеді.</p> <p>Допты бір-біріне еңкейіп тұрып домалатады. Ресурстар: Гимнастикалық орындық, таяқшалар.</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, командада жұмыс, бақылау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1.Амандасу.</p> <p>2.Кіріспе</p> <p>Шеңбермен жүру.</p> <p>Педагогтың артынан жүру, жүгіру.</p> <p>Шеңберге тұру.</p> <p>Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу.</p> <p>3.Жалпы даму жаттығулары. Таяқшамен</p> <p>-Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу(3-4 қайталау.) Б.қ. келу.</p>	<p>Тақырыбы: «Бағыт пен жылдамдықты өзгертіп, музыканың ырғағына сәйкес қимылдар жасай жүру»</p> <p>Смарт максат: Бір орында тұрып қос аяқпен өзін айнала секіруді біледі. Денені түзу ұстай алады, тепе-тендікті сақтай алады.</p> <p>Ресурстар: Жіптер, гимнас орындық, ойын бет пердесі.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>Кіріспе бөлім</p> <p>Сапқа тұру, әр түрлі бағыт-та жүру, тәрбиешінің белгісі бойынша шашыраңқы жүгіру жай жүруге ауыса отырып, өз орындарына тұру.</p> <p>Кіріспе бөлімі:</p> <p>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</p> <p>Шеңбер бойымен еркін жүру.</p> <p>Көгершінге ұқсас ұшу .</p> <p>Шеңбер бойымен адымдап жүру.</p> <p>Шеңбер бойымен тұру / шеңберге тұрарда себеттен екіден лента алу/ Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау</p>	<p>Тақырыбы: «Он және сол қолмен алысқа лақтыру»</p> <p>Смарт максат: Зат астынан еңбектеп өте алады, қос аяқпен секіруді біледі, аяғы бірге және аяқты алшақ қойып кедергілер арсымен секіреді.</p> <p>Ресурстар: Доптар, кеглилер.</p> <p>Әдіс-тәсілі: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1.Амандасу.</p> <p>2.Кіріспе</p> <p>Бірінің артынан бірі сапқа тұру.</p> <p>Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен шеңбер бойымен жүгіру.</p> <p>Қол жанда, өкшемен жүру.</p> <p>Шеңбер бойы ауыстырмалы қадаммен жүру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</p> <p>Жалпы даму жаттығулары</p> <p>1. Аяқты алшақ қоямыз, Буратинаға өдемі мұрын жасаймыз. Буратина мұрнымен «күн» салады. /5 рет қайталау/</p>

<p>- Аяқтары алшақ қойылған, таяқша төменде колдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау (3-4рет) Б.к.</p> <p>- Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны кеуденің тұсында. Отырып, тұру. Б:К</p> <p>- Таяқшаны айналып секіру және жүру. (10 сек) Б.к. келу.</p> <p>Тыныс алу жаттығуы</p> <p>Араның дыбысын салу. -3-3-3</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <p>«Бірбағытпен гимнастикалық орындық үстінен түзу жүру»</p> <p>Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>5. Қимылды ойын: «Қаздар»</p> <p>Шарты: Тәрбиеші белгісімен қауіп төнгенде, ата қаз</p> <p>сырнайды қатты 2 - 3 рет тартып белгі береді. Осы кезде балалар қанат қағып жүгіріп барып, ана қаздың жанына жиналады.</p> <p>Қ/ойын «Допты кім қағып алады?»</p> <p>Шарты: балалар допты жылдам қағып ала алады.</p>	<p>Жалпы даму жаттығу-лары. /лентамен/</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>Б. к.: «Оң-сол»</p> <p>1. Аяқтары алшақ қойылған , ленталар төменде. басты оңнан-солға қарай бұрып «сол жақ» деп айту, солдан-оңға қарай бұрып «оң жақ» деп айту. /6 рет /</p> <p>Б. к.: «Шеңбер жасау»</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған , ленталар жанда, лентаны жоғарыдан-төменге, төменнен-жоғарыға иықты айналдыра отырып шеңбер жасау. / 6 рет қайталау/</p> <p>Б.к.: «Айқастыру»</p> <p>3. Аяқты алшақ қоямыз. Ленталарды жанға созу. оң қолдағы лентаны сол иыққа апару, сол қолдағы лентаны оң иыққа апару. «айқасты» деп айту. /6 рет қайталау/</p> <p>Б.к.: «Жасыру»</p> <p>4. Аяқты алшақ қоямыз. Ленталар белде. Алдыға қарай еңкейіп ленталарды созу «бар» деп айту, артқа шалқайып, ленталарды жасыру «жоқ» деп айту.</p> <p>/6 рет қайталау/</p> <p>Б.к.: «Серіппе»</p> <p>5. Аяқтарын алшақ қою, лента төменде. Орнында тұрып «серіппе» секілді секіру. /15-20 секунд/</p> <p>Қорытынды:</p>	<p>2. Аяқты алшақ қоямыз, жұдырықты түйіп, қолды жанға қою. Оң және сол иықты кезек жоғары көтеру. / 5 рет қайталау/</p> <p>3. Аяқтары алшақ қойылған. Қол төменде, аяқтың ұшымен тұру, қолды жоғары созу. (6-рет)</p> <p>4. Орнында тұрып, қол белде, аяқты алдыға кезек серпіп секіру.</p> <p>5. Аяқтарын біріктіру. Қолдарын қоянның аяғына ұқсатып, орнында секіру. /10-15секунд/</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: «Ботқа пісты» мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. «пы-ых, пы-ых ,пы-ых» деп айту.</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы</p> <p>1. Допты еденнен ыршытып жоғары лақтырып қос қолмен қағып алу</p> <p>2. Кеглилер арасынан «жыланша» еңбектеу.</p> <p>Өнім арқылы саралау, сыни ойлау, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>Қимылды ойын:« Мысық пен тышқан»</p> <p>Шарты: Балалар шеңбер құрып тұрады</p> <p>Мысық пен тышқан болып сайланады.</p> <p>Қ/ойын « Доп шеңберде.»</p> <p>Шарты:балалар жерге дөңгеленіп отырады да допты бір-біріне домалатуды біледі. Педагог бағыт береді.</p>
--	---	--

	<p>Е\ойын: Орамал тастау Қортынды Балаларды мадақтау.</p>	<p>Шеңбер бойы жүру /ленталарды себетке салу/. Маршпен жүру. «Қоян» - аяқтың ұшымен жүгіруді секірумен ауыстыру .</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: «Шар» - ерінді жұмып, ұртыңды томпайту; жұдырықпен жайлап жұмылу, еріннен ауаны шығарады (3 - 4 рет). Бастапқы қалыпқа келу.</p> <p>Өнім арқылы саралау, жанама бақылау, бала үні. 2. Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулары.</p> <p>2- бөлім Түрлері:</p> <p>-Гимнастикалық орындық үстінен ішімен тартылып жүру.</p> <p>Блум таксономиясы, Сыни ойлау, бала үні.</p> <p>3.Қимылды ойын: Шарды ұста</p> <p>Шарты: Тәрбиеші ортаға көп үрленген шарларды жайып тастайды. Ойын басталды деген кезде (тәрбиешінің көмегімен) балалар шарды ұстап тәрбиешіге береді. Кім көп шар жинаса сол бала жеңімпаз атанады, 10-15 сек. Ойын жалғасады</p> <p>Қ/ойын:«Өз жалаушама қарай»</p> <p>Шарты:Ойнап жүріп тәрбиеші белгісі бойынша жалауша түстеріне қарай сапқа тұруға үйрету. Түстерді айыру қабілетін дамыту</p> <p>Е\ойын: Оқтау тартыс</p> <p>Командада жұмыс, бала үні</p> <p>Қортынды</p>	<p>Еркін ойын: Айгөлек Қортынды Балаларды мадақтау.</p>
--	--	--	--

		Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, ұзындық бойынша тұру. Сұрақ – жауап. Балаларды мадақтау.	
Сейсенбі			
Сәрсенбі	<p>Смарт мақсат: Белгі бойынша тоқтап, жүгіреді.</p> <p>Гимнастикалық орындық үстімен, қолды белге қойып жүріп өтеді.</p> <p>Ресурстар: Гимнастикалық орындық, таяқшалар.</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, командада жұмыс, бақылау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1. Амаңдасу.</p> <p>2. Кіріспе</p> <p>Шеңбермен жүру.</p> <p>Педагогтың артынан жүру, жүгіру.</p> <p>Шеңберге тұру.</p> <p>Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу.</p> <p>3. Жалпы даму жаттығулары.</p> <p>Таяқшамен</p> <p>- Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға,</p>	<p>Тақырыбы: «Бағыт пен жылдамдықты өзгертіп, музыканың ырғағына сәйкес қимылдар жасай жүру»</p> <p>Смарт мақсат: Жүруді жүгірумен кезектесіп орындай алады, тоқтай, бағытты өзгертіп жүруді және жүгіруді біледі, құм салынған кішкентай қапшықты тұра бағытта алысқа лақтыра алады.</p> <p>Ресурстар: Жіптер, гимнас орындық, ойын бет пердесі.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>Кіріспе бөлім</p> <p>Сапқа тұру, әр түрлі бағыт-та жүру, тәрбиешінің белгісі бойынша шашыраңқы жүгіру жай жүруге ауыса отырып, өз орындарына тұру.</p> <p>Кіріспе бөлімі:</p> <p>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</p> <p>Шеңбер бойымен еркін жүру.</p> <p>Көгершінге ұқсап ұшу.</p> <p>Шеңбер бойымен адымдап жүру.</p>	<p>Тақырыбы: «Оң және сол қолмен алысқа лақтыру»</p> <p>Смарт мақсат: Допты екі қолмен желке тұсынан лақтыра алады, доптың ұшына дұрыс траектория бере алады, қолдарын екпінді қимылмен жаза біледі. Музыкаға сәйкес ездігінен бейнелі қимылдар орындайды.</p> <p>I. Кіріспе бөлім.</p> <p>Бір қатар сапқа тұру.</p> <p>Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау)</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>Жалпы дамыту жаттығулар:</p> <p>1. Қол мен ныққа арналған жаттығулар:</p> <p>Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде.</p> <p>а) қолдарды жоғары көтеру. ә) екі жанға тербелу, оңға тербелу. б) солға тербелу.</p> <p>2. Денеге арналған жаттығулар:</p> <p>Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде.</p> <p>а) қолды жоғары көтеру. ә) алға созу. б) түсіру.</p>

<p>солға қарай созылып керілу(3-4 қайталау.) Б.к .келу.</p> <p>- Аяқтары алшақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау (3-4рет) Б.к</p> <p>- Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны кеуденің тұсында. Отырып, тұру. Б:К</p> <p>- Таяқшаны айналып секіру және жүру. (10 сек) Б.к. келу.</p> <p>Тыныс алу жаттығуы</p> <p>Араның дыбысын салу. -3-3-3</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <p>«Бірбағытпен гимнастикалық орындық үстінен түзу жүру»</p> <p>Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>5. Қимылды ойын: «Күн мен түн»</p> <p>Шарты: балалар 2 топқа бөлінеді.</p> <p>1 – Күн</p> <p>2- түн</p> <p>Екі команда жаттығу жасап тұрады</p> <p>Қ/ойын: «Бір,екі,үш жүгірі!»</p>	<p>Шеңбер бойымен тұру / шеңберге тұрарда себеттен ескіден лента алу/ Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау</p> <p>Жалпы даму жаттығу-лары. /лентамен/</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>Б. к.: «Оң-сол»</p> <p>1. Аяқтары алшақ қойылған , ленталар төменде. басты оңнан-солға қарай бұрып «сол жақ» деп айту, солдан-оңға қарай бұрып «оң жақ» деп айту. /6 рет /</p> <p>Б. к.: «Шеңбер жасау»</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған , ленталар жанда, лентаны жоғарыдан-төменге, төменнен- жоғарыға иықты айналдыра отырып шеңбер жасау. / 6 рет қайталау/</p> <p>Б.к.: «Айқастыру»</p> <p>3. Аяқты алшақ қоямыз. Ленталарды жанға созу. оң қолдағы лентаны сол иыққа апару, сол қолдағы лентаны оң иыққа апару. «айқасты» деп айту. /6 рет қайталау/</p> <p>Б.к.: «Жасыру»</p> <p>4. Аяқты алшақ қоямыз. Ленталар белде. Алдыға қарай еңкейіп ленталарды созу «бар» деп айту, артқа шалқайып, ленталарды жасыру «жоқ» деп айту.</p> <p>/6 рет қайталау/</p> <p>Б.к.: «Серіппе»</p> <p>5. Аяқтарын алшақ қою, лента төменде. Орнында тұрып «серіппе» секілді секіру. /15-20 секунд/</p>	<p>в) екі қолды жанға созу.</p> <p>г) б.к.келу.</p> <p>3. Аяққа арналған Б.к. тік тұру, қол төменде.</p> <p>а) екі қолдағы кеуде тұсына әкеліп, тізені сәл бүгіп отыру.</p> <p>ә) бір орында секіріп, қолды жанға созу.</p> <p>б) б.к. келу.</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу (ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығару.</p> <p>Бастапқы калыпқа келу.</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Тікелей бақылау.</p> <p>Негізгі қимыл-жаттығулары:</p> <p>1 Допты тура бағытта домалату.</p> <p>2.Құрсаудан еңбектеп өту.</p> <p>Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>Қимылды ойын:«Аңшылар мен қояндар »</p> <p>Шарты: Алаңның бір жағына аңшы, келесі жақта қояндарға орын белгіленеді.Әрбір үйде 2-3 қоян болады</p> <p>Белгі бойынша қояндар үйінен шығып, жайылымда қос аяқтап, секіріп жүреді.</p> <p>Тәрбиеші: « Аңшы» дегенде қояндар үйлеріне жүгіреді.</p> <p>Аңшы бала оларға доп лақтырады.</p> <p>Доп тиген қояндар атылған болып саналады.</p> <p>Аңшы оны өзіне алып кетеді. Ойын бірнеше рет қайталанады.</p>
---	--	---

<p>Шарты: Белгі бойынша әрекет етуге үйренеді</p> <p>жүгірудің шапшаңдығын арттыру.</p> <p>Е\ойын: Ормандағы аңдар</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>	<p>Қорытынды:</p> <p>Шеңбер бойы жүру /ленталарды себетке салу/. Маршпен жүру. «Қоян» - аяқтың ұшымен жүгіруді секірумен ауыстыру .</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: «Шар» - еріңді жұмып, ұртыңды томпайту, жұдырықпен жайлап жұмылу, еріннен ауаны шығарады (3 - 4 рет).</p> <p>Бастапқы қалыпқа келу.</p> <p>Өнім арқылы саралау, жанама бақылау, бала үні.</p> <p>2. Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулары.</p> <p>2- бөлім Түрлері:</p> <p>-Гимнастикалық орындық үстінен ішімен тартылып жүру.</p> <p>Блум таксономиясы,</p> <p>Сыни ойлау, бала үні.</p> <p>3. Қимылды ойын: «Ақ қоян»</p> <p>Шарты: Балалар шеңбер жасап тұрады да, ал бір бала ортада қоян болып отырады.</p> <p>Қ/ойын: «Қапшықпен секіру»</p> <p>Шарты: балалар шапшаң қимылдап қапшықпен секіре алады.</p> <p>Е\ойын: Аударыспақ</p> <p>Шарты: ағаш ат мінген екі бала, біреуі шеңбер ішінде, біреуі сыртында тұрады. Белгі берілген кезде бір-бірімен тартысады, шеңбердің сыртына шығып қалған бала жеңілген болып есептеледі.</p> <p>Командада жұмыс, бала үні</p>	<p>Қ/ойын: «Допты қуып жет.»</p> <p>Шарты: Алыста жатқан доптарды, алып келіп кәрзинкіге түстеріне байланысты салады.</p> <p>Е\и ойын: «Тышқан аулау»</p> <p>4К моделі, бала үні.</p> <p>Қортынды Балаларды мадақтау.</p>
---	---	--

		<p>Қортынды:</p> <p>Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, ұзындық бойынша тұру. Сұрақ – жауап.</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>	
Бейсенбі			
Жұма	<p>Смарт мақсат: Кішкентай доппен кегельдер арасында ирелендеп жүгіреді.</p> <p>Гимнастикалық орындық үстімен, қолды белге қойып жүріп өтеді.</p> <p>Ресурстар: Доп, жіп, түрлі-түсті жалаушалар.</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, командада жұмыс, бақылау.</p> <p>ҮОҚ өтілу барысы:</p> <p>1. Жалпы дамытушы жаттығулар.</p> <p>1. Б.к. тұру, аяқ арасы ашық, қолды бүгіп, қуыршақты ұстап алғандай.</p> <p>Оңға (солға) шайқалу (8-10 рет).</p> <p>2. Б.к. төртаяқтап тұру, ортаға бұрылу. Бір қолды алға-жоғары көтеру. Екінші қолмен қайталау – «күшік аяғын көтереді» (4-6 рет).</p> <p>3. Б.к. тұру, қолды түсіру. Аяқ үшімен тұру, қолды жоғары көтеру- «міне қандай үлкен ағаштар», отыру және қолды тізеге қою-«міне қандай кішкентай ағаштар» (4-5 рет).</p>	<p>Тақырыбы: «Бағыт пен жылдамдықты өзгертіп, музыканың ырғағына сәйкес кимылдар жасай жүру»</p> <p>Смарт мақсат: Зат астынан еңбектеп өте алады, қос аяқтап секіруді біледі, Қимылды ырғақпен жеңіл, еркін қол мен аяқтың кимылдарын үйлестіреді орындайды.</p> <p>Ресурстар: Таяқшалар, шеңбер, доптар.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>Ұйымдастыру кезеңі.</p> <p>Кіріспе бөлімі:</p> <p>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</p> <p>Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру.</p> <p>Шеңбер бойымен жай жүру</p> <p>Шеңбер бойымен тұру. (таяқшаны үстел үстінен бір- бірден алу)</p> <p>Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: (таяқшалар)</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>Б.к.: «Мысық оянды»</p>	<p>Тақырыбы: «Оң және сол қолмен алысқа лақтыру»</p> <p>Смарт мақсат: Тура бағытта төрт тағандап еңбектеуді біледі. Тура жолмен жүруді және жүгіруді орындай алады. Төрттағандап еңбектеу</p> <p>кезінде, еңбектеуде қол мен аяқтың кимылдарын үйлестіре біледі.</p> <p>Ресурстар: Дид материалдар</p> <p>Әдіс-тәсілі: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау.</p> <p>I. Кіріспе бөлім.</p> <p>Бір қатар сапқа тұру.</p> <p>Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау)</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>Жалпы даму жаттығулары</p> <p>Б.к.: «Желбірейді жалау»</p> <p>1. Аяқтары нық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. /4 рет қайталау/</p> <p>Б.к.: «Өткеншею»</p>

<p>4.Б.к. тұру, «қояндар секіреді»</p> <p>5.Тыныс алу.</p> <p>«Әдемі гүлдің иісі, Гүл ашады қауызын»</p> <p>Бастапқы қалыпқа келу.</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>2.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулар.</p> <p>Екі жіп арасынан түзу жүру</p> <p>Өнім арқылы саралау</p> <p>Қимылды ойын: Көжектер мен түлкілер</p> <p>Шарты: Бір бала түлкі болып сайланады. Қалған балалар көжек бетпердесін киіп, дөңгеленіп отырады.</p> <p>Қ/н ойын: «Кубиктерді жинастыр»</p> <p>Шарты: балалар түсіне карап кубиктерді жинастыра алады.</p> <p>Е/н ойын: «Күн мен жаңбыр»</p> <p>Ойын шартын түсіндіру.</p> <p>Е/Р ойын: «Допты қуып жет»</p> <p>Жаппай бақылау, командада жұмыс.</p> <p>Қортынды</p>	<p>1. Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу. әр керілген сайын «м-я-у» деп айту. /6 рет қай/</p> <p>Б. к.: «Кілем қағу»</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау «тук-тук-тук»- деп айту. /6 рет /</p> <p>Б.к.: «Шалтай-балтай»</p> <p>3. Аяқты алшақ қоямыз, таяқша төменде қолдарымен ұстау, оңға, солға бұрылу . /6 рет қайт/</p> <p>Б.к.: «Дәл тигіз»</p> <p>4. Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны кеуденің тұсында. Бүгілген оң аяқты көтеру, тізені таяқшаға тигізу. Арқаны түзу ұстау. Сол жақпен дәл солай қайталау. /6 рет қайталау/</p> <p>Б.к.: «Көңілді таяқша»</p> <p>5. Таяқшаны айналып секіру және жүру. /15-20 секунд/</p> <p>Қорытынды:</p> <p>Маршпен шеңбер бойы жүру. Еркін жүру.(таяқшаны үстел үстіне қою) Қолды жаңға созып, аяқтың ұшымен жүру.</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу(ш-ш-ш). Терек тыныс алып, демді шығару.</p> <p>Бастапқы қалыпқа келу.</p> <p>Өнім арқылы саралау, жанама бақылау, бала үні.</p>	<p>2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет/</p> <p>Б.к.: «Кім жылдам»</p> <p>3. Аяқтарын алшық қою, отыру жалаушаны алға созу,тұру жоғары көтеру.</p> <p>Б. к.: «Жұлдызша»</p> <p>4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жаңға созу</p> <p>Б.к.: «Көңілді жалауша»</p> <p>5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар жоғары көтеріп,секіру. Тікелей бақылау әдісі</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады.</p> <p>Негізгі қимыл-жаттығулары:</p> <p>1 Қысқа секіртпемен секіру</p> <p>2. Допты бір-біріне төменнен лақтыру.</p>
---	---	--

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

Циклограмма
 Дене шынықтыру. IV-апта Сәуір 25-29.04.2022 жыл

Апта	Кіші	Ортаңғы	Ересек
Дүйсенбі	<p>Смарт мақсат: Жуан арқан бойымен бір қырындап адымдай жүреді.</p> <p>Допты нысанаға көздеп лақтырады.</p> <p>Ресурстар: Доп, жіп, түрлі-түсті жалаушалар.</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, командада жұмыс, бақылау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1. Жалпы дамытушы жаттығулар.</p> <p>1. Б.к. тұру, аяқ арасы ашық, қолды бүгіп, қуыршақты ұстап алғандай.</p> <p>Оңға (солға) шайқалу (8-10 рет).</p> <p>2. Б.к. төртаяқтап тұру, ортаға бұрылу. Бір қолды алға-жоғары көтеру. Екінші қолмен қайталау – «күшік аяғын көтереді» (4-6 рет).</p> <p>3. Б.к. тұру, қолды түсіру. Аяқ үшімен тұру, қолды жоғары көтеру- «міне қандай үлкен ағаштар», отыру және қолды тізеге қою-«міне қандай кішкентай ағаштар» (4-5 рет).</p>	<p>Тақырыбы: «Бағыт пен жылдамдықты өзгертіп, музыканың ырғағына сәйкес қимылдар жасай жүру»</p> <p>Смарт мақсат: Допты екі қолмен желке тұсынан лақтыра алады, доптың ұшына дұрыс траектория бере алады, қолдарын екпінді қимылмен жаза біледі. Допты екі қолымен кеуде тұсынан екпінді қимылмен жаза лақтыра алады.</p> <p>Ресурстар: Таяқшалар, шеңбер, доптар.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс, бақылау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы</p> <p>Кіріспе бөлімі:</p> <p>Бірінің артынан бірі сапка тұру. Денені тік ұстау.</p> <p>Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру.</p> <p>Шеңбер бойымен жай жүру</p> <p>Шеңбер бойымен тұру. (таяқшаны үстел үстінен бір- бірден алу)</p> <p>Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: (таяқшалар)</p> <p>Негізгі бөлім:</p>	<p>Тақырыбы: «Оң және сол қолмен алысқа лақтыру»</p> <p>Смарт мақсат: Допты екі қолмен кеуде тұсынан қолдарын екпінді қимылмен жаза лақтыра алады. Қимылды ырғақпен жеңіл, еркін қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіреді орындайды.</p> <p>I. Кіріспе бөлім.</p> <p>Бір қатар сапка тұру.</p> <p>Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау)</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>Жалпы дамыту жаттығулар:</p> <p>1. Қол мен иыққа арналған жаттығулар:</p> <p>Б.к: аяқ арасы алшақ, қол төменде.</p> <p>а) қолдарды жоғары көтеру. ә) екі жанға тербелу, оңға тербелу. б) солға тербелу.</p> <p>2. Денеге арналған жаттығулар:</p> <p>Б.к: аяқ арасы алшақ, қол төменде.</p> <p>а) қолды жоғары көтеру. ә) алға созу. б) түсіру.</p>

<p>4.Б.к. тұру, «қояндар секіреді»</p> <p>5.Тыныс алу.</p> <p>«Әдемі гүлдің иісі, Гүл ашады қауызын»</p> <p>Бастапқы қалыпқа келу.</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау.</p> <p>2.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулар.</p> <p>Екі жіп арасынан түзу жүру</p> <p>Өнім арқылы саралау</p> <p>Қимылды ойын: «Ұшақтар»</p> <p>Шарты: Ұшақтар ұшады дегенде балалар ұшақ болып ұшады, ұшақтар қона бастайды дегенде балалар өз орындарына тұрады.</p> <p>Қойын «Қапшықпен секіру»</p> <p>Шарты:балалар шапшаң қимылдап қапшықпен секіре алады.</p> <p>Ейойын: «допты домалат»</p> <p>Шарты: алма кезек бір-біріне допты домалатады</p> <p>Сұрақ-жауап</p> <p>Бала үні Балаларды мадақтау.</p>	<p>Б.к.: «Мысық оянды»</p> <p>1. Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу. әр керілген сайын «м-я-у» деп айту. /6 рет қай/</p> <p>Б. к.: «Кілем қағу»</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау «тук-тук-тук»- деп айту. /6 рет /</p> <p>Б.к.: «Шалтай-балтай»</p> <p>3. Аяқты алшақ қоямыз, таяқша төменде қолдарымен ұстау, оңға, солға бұрылу. /6 рет қайт/</p> <p>Б.к.: «Дәл тигіз»</p> <p>4. Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны кеуденің тұсында. Бүгілген оң аяқты көтеру, тізені таяқшаға тигізу. Арқаны түзу ұстау. Сол жақпен дәл солай қайталау. /6 рет қайталау/</p> <p>Б.к.: «Көңілді таяқша»</p> <p>5. Таяқшаны айналып секіру және жүру. /15-20 секунд/</p> <p>Қорытынды:</p> <p>Маршпен шеңбер бойы жүру. Еркін жүру.(таяқшаны үстел үстіне қою) Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүру.</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу(ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығару.</p> <p>Бастапқы қалыпқа келу.</p> <p>Өнім арқылы саралау, жанама бақылау, бала үні.</p> <p>Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулар.</p>	<p>в) екі қолды жанға созу. г) б.к.келу.</p> <p>3. Аяққа арналған Б.к: тік тұру, қол төменде.</p> <p>а) екі қолдағы кеуде тұсына әкеліп, тізені сәл бүгіп отыру. ә) бір орында секіріп, қолды жанға созу. б) б.к. келу.</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу (ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығару.</p> <p>Бастапқы қалыпқа келу.</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Тікелей бақылау.</p> <p>Негізгі қимыл-жаттығулары:</p> <p>1.Допты тура бағытта домалату.</p> <p>2.Құрсаудан еңбектеп өту.</p> <p>Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>Қимылды ойын: «Аттар»</p> <p>Шарты: Балалар алаңда екі топқа бөлінеді. Үлкен шеңбер сызып, ортасында жалауша болады. Осы жалаушаны екі топ жарысып, белгіленген жерге жеткізу керек. Қай топ бірінші жеткізеді сол топ жеңіске жетеді.</p> <p>Қойын: «Қапшықпен секіру»</p> <p>Шарты:балалар шапшаң қимылдап қапшықпен секіре алады.</p> <p>Ейойын: «Допты домалат»</p>
--	---	---

		<p>1.Допты жоғары лақтыру</p> <p>2.Шеңберден шеңберге аттау.</p> <p>Өнім арқылы саралау, сыни ойлау,Блум таксономиясы, жаппай бақылау.</p> <p>Қимылды ойын:“Жапалақтар ”</p> <p>Шарты: Балалар екі топқа бөлінеді. Жапалақтар күндіз ұйықтайды,ал түнде керісінше оянады. Тышқандар күндіз жапалақтар ұйықтағанда үйлеріне жету керек. Тәрбиеші түн болды дегенде жапалақтар үйіне жете алмаған тышқандарды қуады.</p> <p>Қойын: «Допты қуып жет. »</p> <p>Шарты: Алыста жатқан доптарды, алып келіп кәзінкіге түстеріне байланысты салады.</p> <p>Ел ойын: Ормандағы аңдар</p> <p>4К моделі, бала үні, жаппай бақылау.</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>	<p>Шарты: алма кезек бір-біріне допты домалатады</p> <p>4К моделі, бала үні.</p> <p>Қортынды</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>
Сейсенбі			
Сәрсенбі	<p>Смарт мақсат: Бағытты өзгертіп жүгіреді.</p> <p>Доғаның астынан еңбектеп өтеді.</p> <p>Ресурстар: лента, текшелер, құстар бет пердесі.</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, командада жұмыс, бақылау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1.Амандасу.</p> <p>2. Шеңбер бойымен жүру,жүгіру.</p> <p>«Орман аңдары»</p> <p>1. «Аю»</p> <p>Қолды белге қойып, (қорбандап) табанды нық басып жүру.</p>	<p>Тақырыбы: «Бағыт пен жылдамдықты өзгертіп, музыканың ырғағына сәйкес қимылдар жасай жүру»</p> <p>Смарт мақсат: Жоғарыда ілінген затқа қос аяқтап жоғары секіруді және соған жетуді біледі, екі қолын созып алақанына құм салынған қалташаны ұстап, сызық бойымен тепе-теңдікті сақтай алады.</p> <p>Ресурстар: доптар,жалаушалар, жіңішке арқан</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс, бақылау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы</p> <p>Кіріспе бөлімі:</p> <p>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</p> <p>Шеңбер бойымен марш екпінімен жүру.</p>	<p>ырыбы: «Оң және сол қолмен алысқа лақтыру»</p> <p>Смарт мақсат: Бір орында тұрып ұзындыққа секіре алады. Допты бір –біріне лақтыра алады , допты бастан асырып лақтыруды біледі.</p> <p>Ресурстар: Дид материалдар</p> <p>Әдіс-тәсілі: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау.</p> <p>ІКіріспе бөлім.</p> <p>Бір қатар сапқа тұру.</p> <p>Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау)</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>Жалпы даму жаттығулары</p> <p>Б.к.: «Желбірейді жалау»</p>

<p>2. «Түлкі» Қолды жанға ұстап, (қуланым) бір сызықпен жүру.</p> <p>3. «Көжек» Қолды кеуденің алдында иіп, қос аяқпен секіру.</p> <p>4. «Қасқыр» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру. Балаларға әр түсті екі текшелерден беріп, бірінің соңынан бірін жүргізіп, шеңберге тұрғызу.</p> <p>3. Жалпы даму жаттығулары. Текшемен жаттығулар.</p> <p>1. Қол мен иық бұлшықеттер-іне арналған жаттығулар.</p> <p>1. Текшелерді жоғары көтеріп, бір-біріне соғу. Б. қ. келу.</p> <p>2. Қолдағы текшелерді жоғары көтеру.</p> <p>3. Қос қолдағы текшелермен оңға, солға иілу.</p> <p>4. Қолдағы текшелерді алға созып отыру. Тұру. Б. қ. келу</p> <p>5. Аяқ бірге, текшелерді кеудеде ұстау.</p> <p>6. Алға қос аяқпен секіру. Б. қ.</p> <p>Тыныс алу жаттығуы. Текшелерді үрлеу.</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау.</p> <p>4. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. Еденде жатқан лентадан аттап өту.</p> <p>5. Қимылды ойын: "Түсті автокөліктер" Шарты: балалар алаңның бір жағында тұрады, екінші жағында автокөліктер тұрады, балалар жолда ойнап жүреді, автокөліктер келе жатыр дегенде балалар орындарына</p>	<p>Шеңбер бойымен денені тік ұстап жүгіру. Шеңбер бойымен еркін жүру. Шеңбер бойымен тұру. / шеңберге тұрарда себеттен екі жалауша алу/ Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</p> <p>Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары: Б.қ.: «Желбірейді жалау»</p> <p>1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Әткеншек»</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /6 рет/ Б.қ.: «Кім жылдам»</p> <p>3. Аяқтарын алшық қою, жалаушалар екі жақта жерде. Қолдары төменде. «Ал», «қой» - дегенде тез алып, қою керек. /6 рет / Б. қ.: «Жұлдызша»</p> <p>4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу «ха-а-а» деп айту, орнында секіріп аяқты біріктіру және жалаушаны белге қою, «хоп» деп айту. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Көңілді жалауша»</p> <p>5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар белде; 8- рет маршпен жүру, 10- рет секіру.</p> <p>Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ Маршпен жүру. «Айналу» - бір - бірінің қолынан ұстай отырып, айнала жүгіру.</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады.</p> <p>Бастапқы қалыпқа келу. Өнім арқылы саралау, жанама бақылау, бала үні.</p> <p>4. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы -Допты алға домалату, қуып жету. -Бір сызықтан қос аяқпен секіру.</p>	<p>1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. /4 рет қайталау/ Б.қ.: «Әткеншек»</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет/ Б.қ.: «Кім жылдам»</p> <p>3. Аяқтарын алшық қою, отыру жалаушаны алға созу, тұру жоғары көтеру. Б. қ.: «Жұлдызша»</p> <p>4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу Б.қ.: «Көңілді жалауша»</p> <p>5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар жоғары көтеріп, секіру. Тікелей бақылау әдісі</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады.</p> <p>Негізгі қимыл-жаттығулары: 1 Қысқа секіртпемен секіру 2. Допты бір-біріне төменнен лақтыру, Қимылды ойын: "Жапалақтар" Шарты: Балалар екі топқа бөлінеді. Жапалақтар күндіз ұйықтайды, ал түнде керісінше оянады. Тышқандар күндіз жапалақтар ұйықтағанда үйлеріне жету керек. Тәрбиеші түн болды дегенде жапалақтар үйіне жете алмаған тышқандарды қуады.</p> <p>Қойын: «Допты қуып жет. » Шарты: Алыста жатқан доптарды, алып келіп көзінкіге түстеріне байланысты салады.</p> <p>Еуойын: Ормандағы аңдар Күтілетін нәтиже: Балалар көліктердің жүру бағытын, құстарды қорғау туралы түсінеді. 4 к моделі, бала үні</p>
---	--	--

	<p>бару керек, орнына жетпеген бала ойыннан шығарылады.</p> <p>К/ойын доптарды жина</p> <p>Шарты: кедергілер арқылы жүгіріп барып, пішініне қарай доптарды бөлек -бөлек жинастыру керек.</p> <p>Е/н ойын: Оқтау тартыс</p> <p>Командада жұмыс, жанама бақылау. Шеңберге тұру. Балаларды мадақтау.</p>	<p>Өнім арқылы саралау, сыни ойлау, Блум таксономиясы, жаппай бақылау.</p> <p>5. Қимылды ойын: "Поезд"</p> <p>Шарты: Тәрбиеші балаларға поезд болып ойнайық, мен паравоз боламын, ал сендер вагонсыңдар, пуп-пуп-пуп. Паравоз белгі бергенде поезд ақырындайды, содан кейін қатты, яғни тез жүред</p> <p>К/ойын: К/н ойын: «Кубиктерді жинастыр»</p> <p>Шарты: балалар түсіне қарап кубиктерді жинастыра алады.</p> <p>Е/ойын: «Көкпар»</p> <p>4К моделі, бала үні, жаппай бақылау.</p> <p>Қортынды.</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>	<p>Қорытынды:</p> <p>Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ Маршпен жүру. «Айналу» - бір - бірінің қолынан ұстай отырып, айнала жүгіру.</p>
Бейсенбі			
Жұма	<p>Смарт мақсат: Допты бір метр қашықтықтағы қақпаға домалатады. Допты қос қолдап торға лақтырады. Ресурстар: лента, текшелер, құстар бет пердесі.</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, командада жұмыс, бақылау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1.Амандасу.</p> <p>2. Шеңбер бойымен жүру, жүгіру.</p> <p>«Орман аңдары»</p> <p>1. «Аю»</p> <p>Қолды белге қойып, (қорбандап) табанды нық басып жүру.</p> <p>2. «Түлкі»</p> <p>Қолды жанға ұстап, (қуланып) бір сызықпен жүру.</p> <p>3. «Көжек»</p> <p>Қолды кеуденің алдында иіп, қос аяқпен секіру.</p> <p>4. «Қасқыр»</p> <p>Баяу жүгіру, жылдам жүгіру.</p>	<p>Тақырыбы: «Бағыт пен жылдамдықты өзгертіп, музыканың ырғағына сәйкес қимылдар жасай жүру»</p> <p>Смарт мақсат: Бір орында тұрып қос аяқпен өзін айнала секіруді біледі. Денені түзу ұстай алады, тепе-теңдікті сақтай алады.</p> <p>Ресурстар: доптар жалаушалар, жіңішке арқан</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс, бақылау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы</p> <p>Кіріспе бөлімі:</p> <p>Бірінің артынан бірі сапка тұру. Денені тік ұстау.</p> <p>Шеңбер бойымен марш екпінімен жүру.</p> <p>Шеңбер бойымен денені тік ұстап жүгіру.</p> <p>Шеңбер бойымен еркін жүру.</p> <p>Шеңбер бойымен тұру. / шеңберге тұрарда себеттен екі жалауша алу/ Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>Жалпы даму жаттығулары:</p> <p>Б.қ.: «Желбірейді жалау»</p> <p>1. Аяқтары нық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. /6 рет қайталау/</p>	<p>Тақырыбы: «Оң және сол қолмен алысқа лақтыру»</p> <p>Смарт мақсат: Допты екі қолмен желке тұсынан лақтыра алады, доптың ұшына дұрыс траектория бере алады, қолдарын екпінді қимылмен жаза біледі. Музыкаға сәйкес ездiгiнен бейнелi қимылдар орындайды</p> <p>Бұлшықеттер мен қол-аяқтың үйлесімділігі мен қимылдатады.</p> <p>Ресурстар: Доптар, кеглилер.</p> <p>Әдіс-тәсілі: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1.Амандасу.</p> <p>2.Кіріспе</p> <p>Бірінің артынан бірі сапка тұру.</p> <p>Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен шеңбер бойымен жүгіру.</p> <p>Қол жанда, өкшемен жүру.</p> <p>Шеңбер бойы ауыстырмалы кадаммен жүру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</p> <p>Жалпы даму жаттығулары</p>

<p>Балаларға әр түсті екі текшелерден беріп, бірінің соңынан бірін жүргізіп, шеңберге тұрғызу.</p> <p>3. Жалпы даму жаттығулары.</p> <p>Текшемен жаттығулар.</p> <p>1. Қол мен нық бұлшықеттер-іне арналған жаттығулар.</p> <p>1. Текшелерді жоғары көтеріп, бір-біріне соғу. Б. қ. келу.</p> <p>2. Қолдағы текшелерді жоғары көтеру.</p> <p>3. Қос қолдағы текшелермен оңға, солға иілу.</p> <p>4. Қолдағы текшелерді алға созып отыру. Тұру. Б. қ. келу</p> <p>5. Аяқ бірге, текшелерді кеудеде ұстау.</p> <p>6. Алға қос аяқпен секіру. Б. қ.</p> <p>Тыныс алу жаттығуы.</p> <p>Текшелерді үрлеу.</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау.</p> <p>4. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <p>Еденде жатқан лентадан аттап өту.</p> <p>5. Қимылды ойын: «Кім жоғын тап»</p> <p>Шарты: ойыншылар кездерін жұмып тұрады, бір бала тығылып қалады, қалғандары кім жоғын табу керек</p> <p>Қ/ойын «Доп шеңберде.»</p> <p>Шарты: балалар жерге дөңгеленіп отырады да допты бір-біріне домалатуды біледі. Педагог бағыт береді.</p> <p>Ең ойын Қоңырау қайдан естіледі?</p> <p>Шарты: «Тыңдаңдар, қоңырау қайдан соғылып тұр, қоңырауды</p>	<p>Б.к.: «Өткеншек»</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /6 рет/</p> <p>Б.к.: «Кім жылдам»</p> <p>3. Аяқтарын алшық қою, жалаушалар екі жақта жерде. Қолдары төменде. «Ал», «қой» - дегенде тез алып, қою керек. /6 рет /</p> <p>Б. к.: «Жұлдызша»</p> <p>4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу «ха-а-а» деп айту, орнында секіріп аяқты біріктіру және жалаушаны белге қою, «хоп» деп айту. /6 рет қайталау/</p> <p>Б.к.: «Көңілді жалауша»</p> <p>5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар белде; 8- рет маршпен жүру, 10- рет секіру.</p> <p>Қорытынды:</p> <p>Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ Маршпен жүру. «Айналу» - бір - бірінің қолынан ұстай отырып, айнала жүгіру.</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады.</p> <p>Бастапқы қалыпқа келу.</p> <p>Өнім арқылы саралау, жанама бақылау, бала үні.</p> <p>4. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы</p> <p>-Допты алға домалату, қуып жету.</p> <p>-Бір сызықтан қос аяқпен секіру.</p> <p>Өнім арқылы саралау, сыни ойлау, Блум таксономиясы, жаппай бақылау.</p> <p>Қимылды ойын: «Аттар»</p> <p>Шарты: Балалар алаңда екі топқа бөлінеді. Үлкен шеңбер сызып, ортасында жалауша болады. Осы жалаушаны екі топ жарысып, белгіленген жерге жеткізу керек. Қай топ бірінші жеткізеді сол топ жеңіске жетеді.</p> <p>Қ/ойын: «Допты қуып жет. »</p> <p>Шарты: Алыста жатқан доптарды, алып келіп кәзінкіге түстеріне байланысты салады.</p>	<p>1. Аяқты алшақ қоямыз, Буратиноға әдемі мұрын жасаймыз. Буратино мұрнымен «күн» салады. /5 рет қайталау/</p> <p>2. Аяқты алшақ қоямыз, жұдырықты түйіп, қолды жанға қою. Оң және сол нықты кезек жоғары көтеру. / 5 рет қайталау/</p> <p>3. Аяқтары алшақ қойылған. Қол төменде, аяқтың ұшымен тұру, қолды жоғары созу. (6- рет)</p> <p>4. Орнында тұрып, қол белде, аяқты алдыға кезек серпіп секіру.</p> <p>5. Аяқтарын біріктіру. Қолдарын қоянның аяғына ұқсатып, орнында секіру. /10-15 секунд/</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: «Ботқа пісты» мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. «пы-ых, пы-ых ,пы-ых» деп айту.</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>4. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы</p> <p>1. Допты еденнен ыршытып жоғары лақтырып қос қолмен қағып алу</p> <p>2. Кегилер арасынан «жыланша» еңбектеу. Өнім арқылы саралау, сыни ойлау, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>Қимылды ойын: «Ұшты - ұшты»</p> <p>Шарты: Ненің ұшатынын, ненің ұшпайтынын, аңғарымпаздыққа тәрбиелейді.</p> <p>Қ/ойын: «Ұядағы кішкентай торғайлар»</p> <p>Шарты: Педагогтың көмегімен балалар - «торғайлар» 3-4 топқа бөлініп, «ұялардың» ішіне отырады. Шығыршықтар пайдаланады. Тәрбиешінің белгісі бойынша: «Торғайлар» ұядан «ұшып, құрсауды басып өтіп, жан-жаққа шашырап кетті. Тезірек-» дәндерді жеп ал Сигнал бойынша: «Құстар, ұяларға!»</p> <p>Е/ойын: Сақина тастау</p> <p>Қортынды Балаларды мадақтау.</p>
---	---	---

	<p>табындар» дегенде балалар қонырау қайдан соғып тұрғанын табу керек. Командада жұмыс, жанама бақылау. Шеңберге тұру. Балаларды мадақтау.</p>	<p>Еюйын: Айгөлек 4К моделі, бала үні, жаппай бақылау. Қортынды. Балаларды мадақтау.</p>	
--	--	--	--