

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

Циклограмма
Дене шынықтыру I-апта Мамыр 02-06.05.2022 жыл

Апта	Кіші топ	Ортаңғы топ	Ересек топ
Дүйсенбі	<p>Смарт мақсат:30-40 секунд бойы үзіліссіз жүгіреді.</p> <p>Арқанның астымен нысанаға дейін төрттағандап еңбектейді.</p> <p>Ресурстар: Доптар, кеглилер</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау, командада жұмыс.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Балалармен амандасу 2.Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру. <p>«Орман аңдары»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Аю» Қолды белге қойып, (қорбандап) табанды нық басып жүру. 2. «Түлкі» Қолды жанға ұстап, (қуланып) бір сызықпен жүру. 3. «Көжек» Қолды кеуденің алдында иіп, қос аяқпен секіру. 4. «Қасқыр» Баю жүгіру, жылдам жүгіру. <p>Сыни ойлау, бала үні.</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>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> <ol style="list-style-type: none"> 1. Аяқтары нық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. 4 р <p>Б.к.: «Өткеншек»</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. 15 рет/ 	<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: шар, доға, себет</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>Ұйымдастырылған оқу қызметінің барысы.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бір қатар сапқа тұр. 2. Сәлемдесу. <p>(Нұсқауларды орындау)</p> <p>«Орман аңдары»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Аю» Қолды белге қойып, (қорбандап) табанды нық басып жүру. 2. «Түлкі» Қолды жанға ұстап, (қуланып) бір сызықпен жүру. 3. «Көжек» Қолды кеуденің алдында иіп, қос аяқпен секіру. 4. «Қасқыр» Баю жүгіру, жылдам жүгіру. <p>Жалпы даму жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Қол мен нық бұлшықеттеріне арналған жаттығулар. <p>Б.к.: тік тұру, шарды қос қолмен ұстау.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Қолдағы шарды алға созу. 2. Шарды оң ныққа тигізу. 3. Қолдағы шарды алға созу. 4. Шарды сол ныққа тигізу. 5. Б. к. келу

<p>3.Жалпы даму жаттыгулары:</p> <p>(Доптармен)</p> <p>1.Кол мен нык бұлшықеттеріне арналған жаттыгулар.</p> <p>Б.к.: тік тұру, аяқ бірге, доп кеудеде. Допты алға созу. Жоғары көтеру. Алға созу.</p> <p>2.Дене бұлшықеттеріне арналған жаттыгулар:</p> <p>Б. к.: аяқ нық көлеміндей алшақ, кол төменде. Допты алға созу. Отыру, тұру. Б. к. келу</p> <p>3. Аяқ бұлшықеттеріне арналған жаттыгулар:</p> <p>Б. к.: Аяқ арасы нық көлеміндей алшақ, доп кеуде тұсында. Допты алға созу. Еңкею, допты тізеге тигізу. Б. к. келу.</p> <p>4. Қос аяқпен секіру.</p> <p>Тыныс алу жаттыгулары:</p> <p>«Алақандағы допты үрлеу».</p> <p>4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы</p> <p>Кегльдердің арасымен допты домалату.</p> <p>Өнім арқылы саралау, блум таксономиясы, сыни ойлау, бала үні.</p> <p>5. Қимылды ойын: «Күн шұғыласы»</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>Б.к.: «Көңілді жалауша»</p> <p>5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар жоғары көтеріп,секіру.</p> <p>Тыныс алу жаттығулары:</p> <p>«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>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Қимыл-қозғалыс жаттығулары.</p> <p>-Доға астынан еңбектеп өту.</p> <p>Қимылды ойын: «Қарғалар»</p> <p>Шарты: Балалар “қарғалар” болып жемдерін жеп жүреді. Тәрбиеші белгі бергенде яғни “боран”(жел) деген белгі бойынша “қарғалар” ағаштарға тығылады. “Боран тынышталды” деген кезде “қарғалар” жерден жемдерін жеп жүреді.</p> <p>Қ/ойын: «Кім жылдам?»</p> <p>(Эстафеталық жарыс)</p>	<p>2. Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар</p> <p>Б.к.: аяқтар арасы сал ашық, кол төменде</p> <p>1 Қос қолды жоғары көтеру.</p> <p>2. Алға иіліп созылу</p> <p>3 Қос қолды кеуде тұсына әкелу.</p> <p>4. Б. к. келу.</p> <p>Б. к.: отыру, аяқты алға созу.</p> <p>1 Шарды қос қолмен жоғары көтеру.</p> <p>2.Тізеге тигізу.</p> <p>3.Б. к. келу</p> <p>Шарды қолдарына ұстап тұрады.</p> <p>Шарды алға созып, оң және сол қанаттарға тигізеді.</p> <p>3-4 рет</p> <p>Қолдарын жоғары көтеріп, алға созу.</p> <p>3-4 рет</p> <p>Шарды жоғары көтеріп, тізеге тигізу.</p> <p>3-4 рет.</p> <p>3. Аяқ бұлшық еттеріне арналған жаттығулар:</p> <p>1. Шарды кеуде тұсында ұстау.</p> <p>2. Алға секіру.</p> <p>3. Артқа секіру.</p> <p>4. Б. к. келу</p> <p>Тыныс алу:</p> <p>- аяқ арасы алшақ, шарды қос қолмен жоғары көтеру (ауа жұту).</p> <p>- шарды тізеге тигізу (дем шығару).</p> <p>Бақылау. Жаппай</p> <p>Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы</p> <p>1. Жерге қойылған себетке дейін секіруді үйрету.</p> <p>2. Доғалар астынан еңбектеп өту.</p> <p>Қимылды ойын: Көжектер мен түлкілер</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.</p>
---	---	--

	<p>Шарты: «Сәулені ұстандар» деген де балалар күн саулесін ұстауға тырысады.</p> <p>Қ/ойын «Кім жылдам?»</p> <p>Шарты: балалар 2 топқа бөліні, доғалар астынан тез еңбектеп келу керек , бірінші келген топ жеңіске жетеді.</p> <p>Елн ойын: «Күн мен жаңбыр»</p> <p>Командада жұмыс, сыни ойлау, бала үні.</p> <p>6.Қорытынды.</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>	<p>Шарты: балалар 2 топқа бөлінеді</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Допты шеңбердің ішіне қою,келесі бала алып келу керек 2) Үлкен үрмелі доппен , кедергі арасымен секіріп барып келу керек 3) Кедергілер арасымен тез жүгіріп барып ,қайтып келу қажет. <p>Ел ойын: Аударыспақ</p> <p>Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ Маршпен жүру. «Айналу» - бір - бірінің қолынан ұстай отырып, айнала жүгіру.</p> <p>Бастапқы калыпқа келу.</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>	<p>Олар машина жүргізушілер - Балалар үш топқа бөлініп ойын шарты бойынша тәрбиешінің басқарылуымен іс-қимыл арқылы , бағдаршамның түстерін ажырата отырып ойнайды Елн ойын: Арқан тартыс</p> <p>Шарты екі топқа бөлініп , арқанды тартады.</p> <p>Бақылау. Жанама</p> <p>Қорытынды:</p> <p>Кері байланыс</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>
Сейсенбі			
Сәрсенбі	<p>Смарт мақсат: Еніс тақтай үстімен жүреді.</p> <p>Гимнастикалық таяқшалардан аттап жүреді.</p> <p>Ресурстар: Жалаушалар, құрсау.</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау, командада жұмыс.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1 Амаңдасу.</p> <p>2. Негізгі бөлім:</p>	<p>Тақырыбы: «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: 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>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 кезінде,еңбектеуде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіре біледі.</p> <p>Ресурстар: доға, шеңбер 2</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс.</p>

<p>Шеңбер бойымен жүру, жүгіру.</p> <p>3.Жалпы даму жаттығулары</p> <p>Жалаушамаен</p> <p>1. Аяқтары нық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту.</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /6 рет қайталау/</p> <p>3. Аяқтарын алшық қою, жалаушалар екі жақта жерде. Қолдары төменде. «Ал», «қой» - дегенде тез алып, қою керек. /6/</p> <p>4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу орнында секіріп аяқты біріктіру және жалаушаны белге қою 6-рет</p> <p>5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар белде; 8- рет маршпен жүру, 10- рет 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.</p> <p>Бастапқы қалыпқа келу.</p> <p>Балаларды мадақтау.</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>-Обруч ішіне допты екі қолмен лақтыру.</p> <p>Тікелей бақылау.</p> <p>3. Қимылды ойын:“Көжектер”</p> <p>Шарты: Балалар шеңбер жасап тұрады. Бір бала “түлкі” болады. Қалғандары көжектер секіріп билеп жүреді. Түлкі сыбырды естіп көжектерді қуады. Қаша алмай қалған көжектерді түлкі ұстап алады, ойын осылай қайталана береді.</p> <p>Қ/ойын: «Кім заттарды көбірек жинайды?»</p> <p>Шарты: Шашылып жатқан аяқ заттарды жинауға үйрету. Жылдамдық қабілеттерін дамыту.</p> <p>Екінші ойын: Қоңырау қайдан естіледі?</p>	<p>Ұйымдастырылған оқу қызметінің барысы.</p> <p>Амандасу .</p> <p>· Маршпен жүру; · Жүріс түрлері: - Аяқтың ұшымен жүру; - Өкшемен жүру; - Секіре жүру; - Тізерлей жүру; - Жүгіру. - Тыныс алу жаттығуы. 3 колонаға бөліну.</p> <p>Топтастыру</p> <p>Өнім арқылы саралау</p> <p>Жалпы даму жаттығулары:</p> <p>1. Басқа арналған жаттығулар: қолдар белде, аяқтар бірге тұрады, басты оңға, солға бұру</p> <p>2. Иыққа арналған жаттығулар: қолдар белде, аяқтар бірге тұрады, нықты кезек- кезек көтеру</p> <p>3. Қолға арналған жаттығулар: 1. 2 қолды жоғары көтеру</p> <p>2. 2 қолды алдына апару</p> <p>3. 2 қолды жанына апару</p> <p>4. Белге арналған жаттығулар: 2 қол белде, аяқтар алшақ тұрады, оңға, солға бұрылу</p> <p>5. Аяққа арналған жаттығулар: оң аяқпен 5 рет, сол аяқпен 5 рет, екі аяқпен 5 рет секіру</p> <p>6. Терең дем алу</p> <p>Бақылау: Жаппай, тікелей</p> <p>Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы</p>
--	--	---

	<p>4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <p>Құрсаудан еңбектеп өту.</p> <p>Өнім арқылы саралау, блум таксономиясы, сыни ойлау, бала үні.</p> <p>5. Қимылды ойын: «Мысық пен тышқан»</p> <p>Шарты: Балалар шеңбер құрып тұрады</p> <p>Мысық пен тышқан болып сайланады.</p> <p>Қ/ойын: Көңілді мәре</p> <p>Шарты: Балалар 2-ге бөліп саптізбекке тұрғызу.</p> <p>А) Доппен жүгіру</p> <p>Б) Атпен жүгіру В)Құралсыз жүгіру</p> <p>Елн ойын: Шарды ұста</p> <p>Шарты: Ортада жатқан шарларды көп жинаған бала жеңіске жетеді.</p> <p>Қорытынды:</p> <p>Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/</p>	<p>Шарты: «Тыңдаңдар, қоңырау қайдан соғылып тұр, қоңырауды табыңдар» дегенде балалар қоңырау қайдан соғып тұрғанын табу керек.</p> <p>Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>4. Қортынды</p> <p>Сапка тұру, әр түрлі бағытта жүру, ұзындық бойынша тұру.</p> <p>Сұрақ – жауап.</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>	<p>1. Шеңберден шеңберге аттау</p> <p>2. Доғалар астынан еңбектеп өту.</p> <p>Бақылау. Жанама . тікелкей</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»</p> <p>Шарты: жаңбыр жауғанда қолшатырдың астына тығылады, күн шыққанда бір-бірін қуалап ойнайды</p> <p>Қ/ойын: Боулинг</p> <p>Шарты:Балалар 2 топқа бөлініп, алдарына қойылған кеглилерді дәл тигізіп құлату керек. Ең көп құл Е/ойын: «Допты домалат»</p> <p>Қорытынды: Кері байланыс Балаларды мадақтау.</p>
Бейсенбі			
Жұма	<p>Смарт мақсат: Шеңбер бойында қолдарын әртүрлі қалыптармен қимылдар жасай жүреді.</p>	<p>Тақырыбы: «Оң және сол қолмен алысқа лақтыру»</p> <p>Смарт мақсат: Допты екі қолмен кеуде тұсынан қолдарын екпінді қимылмен жаза</p>	<p>Тақырыбы: «Бағыт пен жылдамдықты өзгертіп, музыканың ырғағына сәйкес қимылдар жасай жүру»</p>

<p>Ауданы 50x50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелейді.</p> <p>Ресурстар: Доптар, кеглилер</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау, командада жұмыс.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1. Балалармен амандасу</p> <p>2. Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру.</p> <p>«Орман аңдары»</p> <p>1. «Аю» Қолды белге қойып, (қорбандап) табанды нық басып жүру.</p> <p>2. «Түлкі» Қолды жанға ұстап, (қуланып) бір сызықпен жүру.</p> <p>3. «Көжек» Қолды кеуденің алдында иіп, қос аяқпен секіру.</p> <p>4. «Қасқыр» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру.</p> <p>Сыни ойлау, бала үні.</p> <p>3. Жалпы даму жаттығулары:</p> <p>(Доптармен)</p> <p>1. Қол мен нық бұлшықеттеріне арналған жаттығулар.</p>	<p>лақтыра алады. Қимылды ырғақпен жеңіл, еркін қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіреді орындайды.</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.: «Желбіреді жалау»</p> <p>1. Аяқтары нық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. 4 р</p> <p>Б.қ.: «Әткеншек»</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет/</p> <p>Б.қ.: «Кім жылдам»</p> <p>3. Аяқтарын алшық қою, отыру жалаушаны алға созу, тұру жоғары көтеру.</p> <p>Б. қ.: «Жұлдызша»</p> <p>4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу</p> <p>Б.қ.: «Көңілді жалауша»</p> <p>5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар жоғары көтеріп, секіру.</p> <p>Тыныс алу жаттығулары:</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: әр балаға сұлтанчик, гимнастикалық орындық, кішкентай құм салынған қапшық.</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, командада жұмыс.</p> <p>Ұйымдастырылған оқу қызметінің барысы.</p> <p>Амандасу.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Маршпен жүру, - Жүріс түрлері: - Аяқтың ұшымен жүру, - Өкшемен жүру, - Секіре жүру, - Тізерлей жүру, - Жүгіру. - Тыныс алу жаттығуы. <p>Топтастыру әдісі. Саралау.</p> <p>3 колонаға бөліну.</p> <p>Жалпы даму жаттығулары:</p> <p>(сұлтанчикпен орындалады) 1. Б.Қ., қолды белге ұстау, аяқ арасын алшақ ашып тұру, басты оң және сол бағытта айналдыру.</p>
--	---	---

<p>Б.к.: тік тұру, аяқ бірге, доп кеудеде. Допты алға созу. Жоғары көтеру. Алға созу.</p> <p>2.Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар:</p> <p>Б. к.: аяқ иық көлеміндей алшақ, қол төменде. Допты алға созу. Отыру, тұру. Б. к. келу</p> <p>3. Аяқ бұлшықеттеріне арналған жаттығулар:</p> <p>Б. к.: Аяқ арасы иық көлеміндей алшақ, доп кеуде тұсында. Допты алға созу. Еңкею, допты тізеге тигізу. Б. к. келу.</p> <p>4. Қос аяқпен секіру.</p> <p>Тыныс алу жаттығулары:</p> <p>«Алақандағы допты үрлеу».</p> <p>4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы</p> <p>Кегльдердің арасымен допты домалату.</p> <p>Өнім арқылы саралау, блум таксономиясы, сыни ойлау, бала үні.</p> <p>5. Қимылды ойын: «Досына допты домалат»</p> <p>Шарты:Балалар бір-біріне қарама қарсы отырып допты бір-біріне домалата алады.</p> <p>Қ/ойын: «Жыланша» жүгіру</p>	<p>«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>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Қимыл-қозғалыс жаттығулары.</p> <p>-Доға астынан еңбектеп өту.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»</p> <p>Шарты: жаңбыр жауғанда қолшатырдың астына тығылады, күн шыққанда бір-бірін қуалап ойнайды.</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>Екін ойын: Соқыр теке</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>2.Б.Қ қолды желкеде саусақты айқастырып ұстап, аяқ арасын алшақ ашып тұру, кеудені оң жаққа ,сол жаққа бұру.</p> <p>3. Б.Қ қолды төмен түсіріп, аяқ арасын алшақ ашып тұру, қолды жанға созу, оң аяққа еңкейіп, қолды аяқ ұшына тигізу, б.к келу, сол жаққа қайталау.</p> <p>4. Б.Қ өкшені қосып, аяқ ұшын ашып, қолды белге қойып тұру. Қолды алға созып отыру, тұру, б.к келу. 6-8 рет қайталау.</p> <p>5. Б.Қ өкшені қосып, аяқ ұшын ашып тұру, қолды төмен түсіріп тұру. Оң аяқты жанға, қолды жанға ұстау, оң қолды төмен түсіру, сол қолды жоғары көтеру, екі қолды да жанға ұстау, оң аяқты қосып, б.к келу, сол жаққа қайталау 8 рет.</p> <p>6. Б.Қ өкшені қосып, аяқ ұшын ашып тұру, қолды төмен түсіріп тұру, секіріп аяқ арасын ашу, қолды жанға ұстау секіріп аяқ арасын қосу, б.к келу, 6-8 рет қайталау.</p> <p>7. Тыныс алу жаттығулары. Колоннада бір қатармен жүру</p> <p>Бақылау. Жаппай</p> <p>Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы</p> <p>1.3м арақашықтықтан нысанаға қапшықты қолмен оң және сол иықтан лақтыру. · 2.Арқасына қапшық қойып,гимнастикалық орындық үстімен еңбектеу.</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</p>
---	--	--

<p>Шарты: Кедергілер арасымен жыланша жүгіре алады.</p> <p>Ен ойын: Арқан тартыс</p> <p>Шарты: екі топқа бөлініп , арқанды тартады.</p> <p>Командада жұмыс, сыни ойлау, бала үні.</p> <p>6.Қорытынды.</p> <p>Балаларды мадақтау</p>		<p>жеткізу керек. Қай топ бірінші жеткізеді сол топ жеңіске жетеді.</p> <p>Қ/ойын: « Доп шеңберде.»</p> <p>Шарты:балалар жерге дөнгеленіп отырады да допты бір-біріне домалатуды біледі. Педагог бағыт береді.</p> <p>Е/ойын: Ормандағы аңдар</p> <p>Бақылау. Жанама</p>
---	--	---

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

Циклограмма
Дене шынықтыру. II-апта Мамыр 09-13.05.2022 жыл

Апта	Кіші топ	Ортаңғы топ	Ересек топ
Дүйсенб і	<p>Смарт мақсат: Орындық астымен еңбектеп өтеді.</p> <p>0,5-1,5метр арақашықтықта отырған қалыпта доптарды бір-біріне домалатады.</p> <p>Ресурстар: Жалаушалар, құрсау.</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау, командада жұмыс.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1.Амандасу.</p> <p>2. Негізгі бөлім:</p> <p>Шеңбер бойымен жүру, жүгіру.</p> <p>3.Жалпы даму жаттығулары</p> <p>Жалаушамаен</p> <p>1. Аяқтары нық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту.</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /6 рет қайталау/</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 қимылдарын үйлестіре біледі.</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>Тақырыбы:«Бағыт пен жылдамдықты өзгертіп, музыканын 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: гимнастикалық орындық,әр балаға таяқша,құм салынған қалташа</p> <p>Әдіс-тәсілі: 4К, бала үні, саралау, жаппай бақылау.</p> <p>Ұйымдастырылған оқу қызметінің барысы.</p> <p>Балалармен амандасу</p> <p>Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау үшін үш қатарға бөлінуге нұсқау беру</p> <p>1.Жалпы даму жаттығулары: Таяқшамен жаттығу</p> <p>1.Аяқты алшақ қою, таяқша төменде, таяқшаны</p> <p>алға созу, жоғары көтеру, түсіру. Б.к. 5-6 рет.</p>

<p>3. Аяқтарын алшық қою, жалаушалар екі жақта жерде. Колдары төменде. «Ал», «шай» - дегенде тез алып, қою керек. /6/</p> <p>4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға сөзу орнында секіріп аяқты біріктіру және жалауша-ны белге қою 6-рет</p> <p>5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар белде, 8- рет маршпен жүру, 10- рет секіру. 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. Бастапқы қалыпқа келу. Балаларды мадақтау.</p> <p>4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. Құрсаудан еңбектеп өту. Өнім арқылы саралау, блум таксономиясы, сыни ойлау, бала үні.</p> <p>5. Қимылды ойын:«Ақ қоян» Шарты: Балалар шеңбер жасап тұрады да, ал бір бала ортада қоян болып отырады.</p> <p>Қ/ойын «Қапшықпен секіру»</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. -Обруч ішіне допты екі қолмен лақтыру. Тікелей бақылау.</p> <p>Қимылды ойын: «Тауықтар мен балапандар» Шарты: Балалардың жартысы тауықтар , ал қалғандары балапандар болады. Балапандары аулада серуендеп, ойнап жүреді де, аналарынан тығылып қалады. Аналары балапандарын іздейді.</p> <p>Қ/ойын «Қапшықпен секіру» Шарты:балалар шапшаң қимылдап қапшықпен секіре алады.</p> <p>Елн ойын: Такня тастамақ Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>4. Қортынды Сапка тұру, әр түрлі бағытта жүру, ұзындық бойынша тұру. Сұрақ – жауап. Балаларды мадақтау.</p>	<p>2.Таяқшаны екі қолмен алға ұстау.Оң жаққа созу, алға ұстау, сол жаққа созу, алға ұстау.Б.к 5рет</p> <p>3.Таяқшаны екі қолмен ұстау.Еденге тигенше еңкею.Түзулену.5-6рет</p> <p>4.Аяқты алшақ созып отыру. Таяқшаны созу аяқ ұшына тигізу</p> <p>5. Таяқшаны еденге қою. Секіру, адымдап орнында жүру, қайта секіру.</p> <p>Тыныс алу. Тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады. Бақылау: жанама, жаппай, тікелей Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <p>1.Скамейка үстінен жүру.</p> <p>2.Құм салынған қапшық-тың арасымен секіру. Бақылау: тікелей</p> <p>Қимылды ойын:“Көжектер” Шарты: Балалар шеңбер жасап тұрады. Бір бала “түлкі” болады. Қалғандары көжектер секіріп билеп жүреді. Түлкі сыбырды естіп көжектерді қуады. Қаша алмай қалған көжектерді түлкі ұстап алады, ойын осылай қайталана береді.</p> <p>Қ/ойын: «Ұядағы кішкентай торғайлар»</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, сыни ойлау, бала үні.</p> <p>Қорытынды:</p> <p>Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/</p>		<p>Шарты: Педагогтың көмегімен балалар - «торғайлар» 3-4 топқа бөлініп, «ұялардың» ішіне отырады. Шығыршықтар пайдаланады.</p> <p>Тәрбиешінің белгісі бойынша: «Торғайлар» ұядан «ұшып, құрсауды басып өтіп, жан-жаққа шашырап кетті.</p> <p>Тезірек-» дәндерді жеп ал</p> <p>Сигнал бойынша: «Кұстар, ұяларға!»</p> <p>Е\н ойын: Соқыр теке</p> <p>Қорытынды: Кері байланыс Бала үні Балаларды мадақтау.</p>
Сейсенбі			
Сәрсенбі	<p>Смарт мақсат: Гимнастикалық орындық үстінде қолдарын жанына жая жүріп өтеді.</p> <p>Еден үстінде созылып жатқан арқан үстінде бір қырымен жүреді.</p> <p>Ресурстар: обручтар, бет перделер</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау, командада жұмыс.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1.Амандасу.</p> <p>2.Кіріспе</p> <p>Педагогтың артынан жүру, жүгіру.</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>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: «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>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>3.Жалпы даму жаттыгулары. Құралсыз.</p> <p>Б.к. өкше түйстірілген, қол төмен түсірілген. Қолды алға созып, шалалақ соғу, бастапқы қалыпқа қайту (5 рет).</p> <p>2.Б.к. аяқты алшақтатып, қолды алға ұстап, отыру. Еңкею, қолды аяқтың ұшына тигізу, түзелу, қолды арқаға ұстау, бастапқы қалыпқа қайту (4 рет)</p> <p>3.Б.к. аяқ сәл алшақтатылған, қол белде. Жүрумен кезектестіріп, екі аяқпен бір орында секіру (2 рет)</p> <p>4. Тыныс алу жаттыгулары: «Өтеш» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару.</p> <p>Жанама бақылау, сыни ойлау, бала үні.</p> <p>4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттыгулары.</p> <p>- Обручтан, обручка секіру</p> <p>Тікелей бақылау, бала үні</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Себетке жина»</p> <p>Шарты: шеңбердің ішінде орналасқа кішкентай пішінді доптарды себетке жинай алады.</p> <p>Қ/ойын: Сылдырмақты сылдырлат</p> <p>Шарты: 2,5-3 м жерде орналасқан сылдырмаққа дейін доғалар астынан</p>	<p>Педагогтың артынан жүру, жүгіру.</p> <p>Шеңберге тұру.</p> <p>3.Жалпы даму жаттыгулары. Доппен</p> <p>1) Б.к. тік тұру, допты екі қолымен ұстау. 1. Допты алға созу. 2. кеуде тұсына әкелу. 3. Б.к. келу. (3-4рет)</p> <p>2). Допты жоғары көтеру. Түсіру.</p> <p>2.Б.к. келу. (3-4рет)</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: «Аңшылар мен қояндар »</p> <p>Шарты: Алаңның бір жағына аңшы, келесі жақта қояндарға орын белгіленеді. Өрбір үйде 2-3 қоян болады. Белгі бойынша қояндар үйінен шығып, жайылымда қос аяқтап, секіріп жүреді. Тәрбиеші: « Аңшы» дегенде қояндар үйлеріне жүгіреді. Аңшы бала оларға доп лақтырады.</p>	<p>Педагогтың артынан жүру, жүгіру.</p> <p>Шеңберге тұру.</p> <p>3.Жалпы даму жаттыгулары. Доппен</p> <p>1) Б.к. тік тұру, допты екі қолымен ұстау. 1. Допты алға созу. 2. кеуде тұсына әкелу. 3. Б.к. келу. (3-4рет)</p> <p>2). Допты жоғары көтеру. Түсіру.</p> <p>2.Б.к. келу. (3-4рет)</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: «Аңшылар мен қояндар »</p> <p>Шарты: Алаңның бір жағына аңшы, келесі жақта қояндарға орын белгіленеді. Өрбір үйде 2-3 қоян болады. Белгі бойынша қояндар үйінен шығып, жайылымда қос аяқтап, секіріп жүреді. Тәрбиеші: « Аңшы» дегенде қояндар үйлеріне жүгіреді. Аңшы бала оларға доп лақтырады.</p>
--	---	---

	<p>еңбектеп барып, жатқан сылдырмақты сылдырлатады.</p> <p>Е/ойын: Ормандағы аңдар</p> <p>Командада жұмыс, сыни ойлау, бала үні.</p> <p>Қортынды.</p> <p>Балаларды мадақтау</p>	<p>Доп тиген қояндар атылған болып саналады . Аңшы оны өзіне алып кетеді. Ойын бірнеше рет қайталанады.</p> <p>Қ/ойын: «Допты қуып жет.»</p> <p>Шарты: Алыста жатқан доптарды, алып келіп кәрзинкіге түстеріне байланысты салады.</p> <p>Е/н ойын: «Тышқан аулау»</p> <p>6.Қортынды.</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>	<p>Доп тиген қояндар атылған болып саналады . Аңшы оны өзіне алып кетеді. Ойын бірнеше рет қайталанады.</p> <p>Қ/ойын: «Допты қуып жет.»</p> <p>Шарты: Алыста жатқан доптарды, алып келіп кәрзинкіге түстеріне байланысты салады.</p> <p>Е/н ойын: «Тышқан аулау»</p> <p>6.Қортынды.</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>
Бейсенбі			
Жұма	<p>Смарт мақсат: Кішкене қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүреді.</p> <p>Доға астынан еңбектеп өтеді.</p> <p>Ресурстар: обручтар, бет перделер</p> <p>Әдіс – тәсілдер: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау, командада жұмыс.</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1.Амандасу.</p> <p>2.Кіріспе</p> <p>Педагогтың артынан жүру, жүгіру.</p> <p>3.Жалпы даму жаттығулары. Құралсыз.</p> <p>Б.қ. өкше түйсірілген, қол төмен түсірілген. Қолды алға созып, шалалақ соғу, бастапқы қалыпқа қайту (5 рет).</p>	<p>Тақырыбы: «Оң және сол қолмен алысқа лақтыру»</p> <p>Смарт мақсат: Зат астынан еңбектеп өте алады, қос аяқпен секіруді біледі, аяғы бірге және аяқты алшақ қойып кедергілер арсымен секіреді.</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.: «Желбіреді жалау»</p> <p>1. Аяқтары иық 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 қос аяқпен өзін айнала секіруді біледі. Денені түзу ұстай алады, тепе-теңдікті сақтай алады.</p> <p>Ресурстар: әр балаға доп, доға</p> <p>Әдіс-тәсілі: 4К бала үні, саралау, жаппай бақылау, бақылау</p> <p>Ұйымдастырылған оқу қызметінің барысы.</p> <p>Балалармен амандасу</p> <p>Жүріс пен жүгірісті кезектестіріп орындау. Шашырап жүгіру, үш шеңбер құрып тұру.</p> <p>1.Жалпы даму жаттығулары:</p> <p>Доппен жаттығу</p>

<p>2.Б.к. аяқты алшақтатып, қолды алға ұстап, отыру. Еңкею, қолды аяқтың ұшына тигізу, түзелу, қолды арқаға ұстау, бастапқы калыпқа қайту (4 рет)</p> <p>3.Б.к. аяқ сәл алшақтатылған, қол белде. Жүрумен кезектестіріп, екі аяқпен бір орында секіру (2 рет)</p> <p>4. Тыныс алу жаттығулары: «Өтеш» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару.</p> <p>Жанама бақылау, сыни ойлау, бала үні.</p> <p>4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <p>- Обручтан, обручка секіру</p> <p>Тікелей бақылау, бала үні</p> <p>Қимылды ойын«Күн мен жаңбыр»</p> <p>Шарты: жаңбыр жауғанда қолшатырдың астына тығылады, күн шыққанда бір-бірін қуалап ойнайды.</p> <p>Қ/ойын: Көңілді мәре</p> <p>Шарты: Балалар 2-ге бөліп саптізбекке тұрғызу.</p> <p>А) Доппен жүгіру</p> <p>Б) Атпен жүгіру</p> <p>В)Құралсыз жүгіру</p> <p>Е/ойын: Орамал тастау</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 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>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.</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Қимыл-қозғалыс жаттығулары. -Доға астынан еңбектеп өту.</p> <p>Қимылды ойын: «Қуғыншы »</p> <p>Шарты:Тәрбиеші 1-2-3 ку дегенде қуғыншы қуадықалғандары қашады.</p>	<p>1. Аяқты алшақ қою, доп төменде, допты алға созу, жоғары көтеру, түсіру. бастап-қы калып.5-6 рет.</p> <p>2. Допты екі қолмен алға ұстау. Допты оң аяқ пен сол аяққа домалату.Бастапқы калып.</p> <p>3. Допты екі қолмен ұстау.Еденге тигенше еңкею..</p> <p>4.Тіземен отыру.</p> <p>Допты оңға, солға өзін айналдыру.</p> <p>5. Допты еденге қою.</p> <p>Допты айнала секіру, адымдап орнында жүру, қайта секіру.</p> <p>Бақылау: жанама, жаппай, тікелей</p> <p>2Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <p>1. Доға астынан өту.</p> <p>2. Үш аяқты велосипед тебу</p> <p>Бақылау: жанама,</p> <p>Қимылды ойын: «Тауықтар мен балапандар»</p> <p>Шарты: Балалардың жартысы тауықтар , ал қалғандары балапандар болады. Балапандары аулада серуендеп, ойнап жүреді де, аналарынан тығылып қалады. Аналары балапандарын іздейді.</p> <p>Қ/ойын «Қапшықпен секіру»</p>
---	---	---

<p>Командада жұмыс, сыни ойлау, бала үні.</p> <p>Қортынды.Балаларды мадақтау</p>	<p>Қуғыншы қол тигізген бала шетіне шыға береді. 3-4 бала жиналғанша қуады. Содан соң ойын аяқталады.</p> <p>Қ/ойын: Соқыр теке</p> <p>Шарты: Балалар дөңгелене тұрады. Бір баланың көзі байланып қойылады. Балалар әндетеді. Содан кейін Соқыртеке (баланың көзі байлаулы)</p> <p>баларды қуалайды немесе балалар оның жанына келіп түртіп қашады.</p> <p>Соқыр теке ұстап алған баланың көзі байланады да ол «соқыр теке» ролін атқарады.</p> <p>Е/н ойын: “Қарғалар”</p> <p>Шарты: Балалар “қарғалар” болып жемдерін жеп жүреді.</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. Балаларды мадақтау.</p>	<p>Шарты: балалар шапшаң қимылдап қапшықпен секіре алады.</p> <p>Е/н ойын: Тақия тастамақ</p> <p>Қорытынды: Кері байланыс Бала үні Балаларды мадақтау.</p>
---	--	---

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

Циклограмма
Дене шынықтыру. III-апта Мамыр 16-20.05.2022 жыл

Апта	Кіші топ	Ортаңғы топ	Ересек топ
Дүйсенбі	<p>Смарт мақсат: Құм салынған қапшықты жәшікке лақтырады.</p> <p>Аласа орындық үстінде еңбектейді.</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.</p> <p>Таяқшамен</p> <p>-Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, 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>Тақырыбы: «Оң және сол қолмен алысқа лақтыру»</p> <p>Смарт мақсат: Зат астынан еңбектеп өте алады,қос аяққа 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: 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>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: гимнастикалық орындық, кубик Әдіс-тәсілі: 4К командада жұмыс, бала үні, саралау, бақылау.</p> <p>Ұйымдастырылған оқу қызметінің барысы.</p> <p>1.Сәлемдесу.</p> <p>2. Шеңбермен жүру.</p> <p>Тәрбиешінің артынан жүру, жүгіру</p> <p>«Топтастыру» әдісі 4 қатарға сапқа тұру</p> <p>Жалпы даму жаттығу-лары. Құралсыз</p> <p>1.Аяқты алшақ қою, қол төменде, қолды жанына созу, түсіру, бастапқы қалып.</p> <p>2. Етпеттен жету.</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:</p> <p>«Күн шұғылвасы»</p> <p>Шарты: «Сәудені ұстандар» деген де балалар күн сәулесін ұстауға тырысады.</p> <p>Қ/ойын «Кім жылдам?»</p> <p>Шарты: балалар 2 топқа бөліні, доғалар астынан тез еңбектеп келу керек , бірінші келген топ жеңіске жетеді.</p> <p>Екі ойын: «Күн мен жаңбыр»</p> <p>Қортынды</p>	<p>Балаларға таяқшалар беру, бірінші соңынан бірін жүтіріп, шеңберге тұрғызу.</p> <p>3.Жалпы даму жаттығулары. Таяқшамен</p> <p>-Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керіту(3-4 қайталау) Б.к. келу.</p> <p>- Аяқтары алшақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «клем 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>Қайықтар суда жүзеді.</p> <p>3. Шалқадан жағу</p> <p>Велосипед тебеміз</p> <p>4.Аяқты созып отыру, қолды тіреу, тізгені көтеріп, ішті тарту.</p> <p>5. Қолды белге қойып, екі аяқпен секіру, бір орында тұрып жүру, қайта секіру</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: Шар үрлеу мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару</p> <p>Бастапқы қалыпқа келу</p> <p>Саралау: өнім арқылы. Бақылау: жаңама, жаппай, тікелей</p> <p>Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <p>1. Гимнастикалық орындық үстінен ішімен тартылып жүру</p> <p>2. Кубиктің арасынан жылжиша жүру</p> <p>Бақылау: Тікелей</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 үйінен шығып, жайылымда қос аяқтал, секіріп жүреді. Тәрбиеші: « Аңшы» дегенде қояндар үйлеріне жүгіреді. Аңшы бала оларға доп лақтырады. Доп тиген қояндар атылған болып саналады.</p>
--	---	---

	Балаларды мадақтау.	<p>Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>5. 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: «Лақтырам қағып ал»</p> <p>Шарты: Балаларды бір-біріне қарама-қарсы тұрғызып бір-бірлеріне допты лақтыруды үйрету.</p> <p>Е/н ойын: Түйілген орамал</p> <p>Қортынды</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>	<p>Аңшы оны өзіне алып кетеді. Ойын бірнеше рет қайталанады.</p> <p>Қ/ойын: «Допты қуып жет.»</p> <p>Шарты: Алыста жатқан доптарды, алып келіп кәрізінкіге түстеріне байланысты салады.</p> <p>Е/нойын:«Тышқан аула»</p> <p>Қорытынды:</p> <p>Кері байланыс. Бала үні Балаларды мадақтау.</p>
Сейсенбі			
Сәрсенбі	<p>Смарт мақсат: Бір және екі қолмен допты еденге ұрады.</p> <p>Таспалардан аттап өтеді.</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>Тақырыбы: «Оң және сол қолмен алысқа лақтыру»</p> <p>Смарт мақсат: Допты екі қолмен кеуде тұсынан қолдарын екпінді қимылмен жаза лақтыра алады .</p> <p>Қимылды ырғақпен жеңіл, еркін қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіреді орындайды.</p> <p>Ресурстар: Гимнастикалық орындық, таяқшалар.</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: доп, жіп</p> <p>Әдіс-тәсілі: 4К командада жұмыс, бала үні, саралау, бақылау.</p>

<p>1.Жалпы дамытушы жаттығулар.</p> <p>1.Б.қ. тұру, аяқ арасы ашық, қолды бүгіп, қуыршақты ұстап алғандай.</p> <p>Оңға (солға) шайқалу (8-10 рет).</p> <p>2.Б.қ. төртаяқтап тұру, ортаға бұрылу. Бір қолды алға-жоғары көтеру. Екінші қолмен қайталау – «күшік аяғын көтереді»</p> <p>(4-6 рет).</p> <p>3.Б.қ. тұру, қолды түсіру. Аяқ үшімен тұру, қолды жоғары көтеру- «міне қандай үлкен ағаштар», отыру және қолды тізеге қою-«міне қандай кішкентай ағаштар»</p> <p>(4-5 рет).</p> <p>4.Б.қ. 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>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>Шенбермен жүру.</p> <p>Педагогтың артынан жүру,жүгіру.</p> <p>Шенберге тұру.</p> <p>Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шенберге тұрғызу.</p> <p>3.Жалпы даму жаттығулары.</p> <p>Таяқшамен</p> <p>-Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу(3-4 қайталау.) Б.қ. келу.</p> <p>- Аяқтары алшақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау (3-4рет) Б.қ.</p> <p>- Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны кеуденің тұсында. Отырып, тұру. Б:Қ</p> <p>- Таяқшаны айналып секіру және жүру. (10 сек) Б.қ. келу.</p>	<p>Ұйымдастырылған оқу қызметінің барысы.</p> <p>1.Сәлемдесу.</p> <p>2. Шенбермен жүру.</p> <p>Тәрбиешінің артынан жүру, жүгіру</p> <p>Қозғалмалы бой жазу жаттығулары</p> <ul style="list-style-type: none"> - Қолды жоғары ұстап аяқ ұшымен жүру. - Екі қол белде өкшемен жүру - Екі қол белде аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру. - Бір қалыпты жеңіл жүгіру. <p>«Топтастыру» әдісі</p> <p>4 қатарға апқа тұру.</p> <p>Жіппен</p> <p>1.Аяқты алшақ қою. Жіпті омырауға ұстау, алға созу, жоғары көтеру, алға соу, бастапқы қалып. 5-6 рет</p> <p>2. Отырып, тұру. Жіпті омырауға ұстау, отырып жіпті алға, созу, тұру бастапқы қалып. 4-5 рет.</p> <p>3.Отыру. Аяқты алшақ қою. Жіп ті алға ұстау, еңкейіп оң аяқтың ұшына тигізу, солай сол аяққа. 5-рет</p> <p>4. Арқамен жату. Жіпті бастан асыра ұстау, аяқты көтеріп жіпті аяқтың ұшына тигізу.Оң аяқ, сол аяққа. 5-6 рет.</p> <p>5. Жіп жерде. Қолды белге ұстап жіптен секіру. Саралау: өнім арқылы. Бақылау: жанама, жаппай, тікелей</p>
---	--	--

<p>Өнім арқылы саралау</p> <p>Құрлымдалған қимылды ойын:</p> <p>«Түрлі - түсті автокөліктер»</p> <p>Қимылды ойын: «Кім жоғын тап»</p> <p>Шарты: ойыншылар кездерін жұмып тұрады, бір бала тығылып қалады, қалғандары кім жоғын табу керек</p> <p>К/ойын « Доп шеңберде.» Шарты: балалар жерге дөңгеленіп отырады да допты бір-біріне домалатуды біледі. Педагог бағыт береді.</p> <p>Е/н ойын Қоңырау қайдан естіледі?</p> <p>Жаппай бақылау, командада жұмыс.</p> <p>Қортынды</p> <p>Сұрақ-жауап</p> <p>Бала үні</p> <p>Балаларды мадақтау.</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>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>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, бала үні.</p>	<p>Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <p>1. Допты жоғары қарай лақтыру және оны қос қолымен қағып алу</p> <p>2. Жіптің астынан өту</p> <p>Бақылау: Тікелей . жанама</p> <p>Қимылды ойын: «Қуғыншы »</p> <p>Шарты: Тәрбиеші 1-2-3 қу дегенде қуғыншы қуады қалғандары қашады.</p> <p>Қуғыншы қол тигізген бала шетіне шыға береді. 3-4 бала жиналғанша қуады. Содан соң ойын аяқталады.</p> <p>К/ойын: Соқыр теке</p> <p>Шарты: Балалар дөңгелене тұрады. Бір баланың көзі байланып қойылады. Балалар әңдетеді. Содан кейін</p> <p>Соқыр теке (баланың көзі байлаулы баларды қуалайды немесе балалар оның жанына келіп түртіп қашады.</p> <p>Соқыр теке ұстап алған баланың көзі байланады да ол «соқыр теке» ролін атқарады.</p> <p>Е/н ойын: “Қарғалар”</p> <p>Қорытынды:</p>
--	--	--

			Кері байланыс. Бала үні Балаларды мадақтау.
Бейсенбі			
Жұма	<p>Смарт мақсат: Жүруден жүгіруге және керісінше ауысады.</p> <p>Доптарды бір-біріне домалатады.</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.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.</p> <p>Таяқшамен</p> <p>-Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу(3-4 қайталау.) Б.к келу.</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 аяқпап секіруді біледі.</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>1Амандасу.</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>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 кезінде,еңбектеуде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіре біледі.</p> <p>Ресурстар: Тақтайша, жіп</p> <p>Әдіс-тәсілі: 4К , бала үні, Бақылау: Тікелей, жаппай</p> <p>Ұйымдастырылған оқу қызметінің барысы.</p> <p>Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру.</p> <p>Балалармен амандасу</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>- 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: «Ұшты - ұшты»</p> <p>Шарты: Ненің ұшатынын, ненің ұшпайтынын, аңғарымпаздыққа тәрбиелейді.</p> <p>Қ/ойын: « Мені қуып жет»</p> <p>Шарты:Кеңестікте шапшаң жүгіре білуге үйрету, ептілігін арттыру.</p> <p>Е/ойын: Сақина тастау</p>	<p>Қолды жанға ұстап, (жуланып) 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>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 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. к.</p> <p>Тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>Қолды кеуденің алдында иіп, қос аяқпен секіру.</p> <p>4. «Қасқыр»</p> <p>Баяу жүгіру, жылдам жүгіру.</p> <p>Жалпы даму жаттығулары: 1.Созылу.. Аяқты алшақ қою, обруч төменде,обручты алға созу, жоғары көтеру, түсіру. бастап-қы калып 5-6 рет. 2.Обручты екі қолмен омырауға ұстау. Оңға, солға бұрылып, қолды созу.</p> <p>3.Отыру, обруч екі қолда төмен ұстау. Обручты жоғары көтеру, төмен екі өкшенің арасына түсіру, қайталау.5-6рет.</p> <p>4. Аяқпен отыру. Обручты тік ұстау, оңға, солға қисаю.</p> <p>5. Шалқадан жату. Обруч бастан жоғары. Аяқты тік ұстап, обручты тізеге тигізу.</p> <p>6. Секіру. Обруч еденде, айнала секіру, адымдап орнында жүру, секіру. Бақылау: жанама, жаппай, тікелей</p> <p>Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <p>1.Жіп астынан еңбектеу</p> <p>2.Тақтайша үстімен жүріу Бақылау: Тікелей</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-</p>
---	--	---

	<p>Қортынды</p> <p>Балаларды мадақтау.</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: «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 «Допты кім қағып алады?»</p> <p>Шарты: балалар допты жылдам қағып ала алады.</p> <p>Е/и ойын: Орамал тастау</p> <p>Командада жұмыс, жанама бақылау.</p> <p>Шеңберге тұру.</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>	<p>4. іздеуге шықтымыз. Тауып алған баланың атын атайды.</p> <p>Қ/ойын: «Лақтырам қағып ал »</p> <p>Шарты: Балаларды бір-біріне қарама-қарсы тұрғызып бір-бірлеріне допты лақтыруды үйрету.</p> <p>Е/и ойын: Түйілген орамал</p> <p>Қорытынды:</p> <p>Кері байланыс. Бала үні</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>
--	---	---	--

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

Циклограмма
Дене шынықтыру. IV-апта Мамыр 23-27.05.2022 жыл

Апта	Кіші топ	Ортаңғы топ	Ересек топ
Дүйсенбі	<p>Смарт мақсат: Бір қалыпты жүреді.</p> <p>Ұсақ заттарды 1 м қашықтыққа 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.қ. тұру, аяқ арасы ашық, қолды бүгіп, қуыршақты ұстап алғандай.</p> <p>Оңға (солға) шайқалу (8-10 рет).</p> <p>2.Б.қ. төртаяқтап тұру, ортаға бұрылу. Бір қолды алға-жоғары көтеру. Екінші қолмен қайталау – «күшік аяғын көтереді» (4-6 рет).</p> <p>3.Б.қ. тұру, қолды түсіру. Аяқ үшімен тұру, қолды жоғары көтеру- «міне қандай үлкен ағаштар», отыру</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: аркандар, бөрене.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, сыни ойлау, саралау: үдеріс арқылы, бақылау: тікелей, жанама,</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы:</p> <p>1.Сәлемдесу.</p> <p>2. Шеңбермен жүру.</p> <p>Қолды жоғары созайық,</p> <p>Шапалақты ұрайық.</p> <p>(қолды жоғары созып шапалақтап 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:обруч әр балаға, доп</p> <p>Әдіс-тәсілі: 4К, бала үні, Бақылау</p> <p>Ұйымдастырылған оқу қызметінің барысы.</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>Шеңбер бойымен денені тік ұстап тізені шапалақтай жүгіру .</p> <p>Қол бүйірде, аяқтың ұшымен жүру.өкшемен жүру. тізені бүгіп жүру.</p> <p>«Топтастыру» әдісі саралау</p> <p>Сапқа тұру. 4 колонна тұру.</p> <p>Жалпы даму жаттығулары:</p>

<p>және қолды тізеге қою-«міне қандай кішкентай ағаштар» (4-5 рет).</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 жаттығулары.</p> <p>Екі жіп арасынан түзу жүру</p> <p>Өнім арқылы саралау</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>Қ/ойын доптарды жина</p>	<p>Кәне қолды жазайық, Қарлығашқа ұқсайық</p> <p>Балаларды мадқтау.</p> <p>Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу.</p> <p>3.Жалпы даму жаттығулары.</p> <p>1. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар бүйірде. Басты оң иықтан сол иыққа қарай, сол оңға қарай иілту. «з-з-з» деп айту. /4 рет қайталау/</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, қолдары бүйірде, оңға - солға бұрылу, Әр бұрылған сайын «көрдім» деп айту. / 4 рет /</p> <p>3. Аяқтары алшақ қойылған, Қолды алдыға созып, оң қолмен сол қолды айқастырып, қайшылау. / 4 рет қайталау/</p> <p>4. Аяқтарын біріктіру. Қолдарын қоянның аяғына ұқсату. Орнында секіру.</p> <p>5) Тыныс алу жаттығуы</p> <p>Араның дыбысын салу.з-з-з</p> <p>4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.</p>	<p>1.Аяқты алшақ қою, обруч төменде,обручты алға созу, жоғары көтеру, түсіру. бастап-қы қалып.5-6 рет.</p> <p>2.Обручты екі қолмен омырауға ұстау. Оңға, солға бұрылып, қолды созу.</p> <p>3.Отыру, обруч екі қолда төмен ұстау. Обручты жоғары көтеру, төмен екі өкшенің арасына түсіру, қайталау.5-6рет.</p> <p>4. Аяқпен отыру. Обручты тік ұстау, оңға, солға қисаю.</p> <p>5. Шалқадан жату.Обруч бастан жоғары. Аяқты тік ұстап, обручты тізеге тигізу.</p> <p>6. Обруч еденде, айнала секіру, адымдап орнында жүру, секіру.</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Бақылау: Жаппай, тікелей, жанама</p> <p>Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <p>1. Допты оң сол қолмен алысқа лақтыру</p> <p>2. Қос аяқтап кедергілерден арасымен секіру.</p> <p>Бақылау: Тікелей, жанама</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«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>Шарты: кедергілер арқылы жүгіріп барып, пішініне қарай доптарды бөлек -бөлек жинастыру керек.</p> <p>Ен ойын: Оқтау тартыс</p> <p>Қортынды Сұрақ-жауап Бала үні</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>	<p>Допты (кішкене доптар) алып бір қолымен себетке лақтыру</p> <p>Бақылау әдісі: «Жаппай бақылау</p> <p>5.Қимылды ойын:</p> <p>« Мысық пен тышқан»</p> <p>Шарты: Балалар шеңбер құрып тұрады</p> <p>Мысық пен тышқан болып сайланады.</p> <p>Қ/ойын: «Допты қуып жет.»</p> <p>Шарты: Алыста жатқан доптарды, алып келіп кәрзинкіге түстеріне байланысты салады.</p> <p>Е/ойын: Такня тастамақ</p> <p>6. Кері байланыс</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>	<p>Қ/ойын «Допты қуып жет.»</p> <p>Шарты: Алыста жатқан доптарды, алып келіп кәрзинкіге түстеріне байланысты салады.</p> <p>Еркін ойын:Арқан тартыс</p> <p>Қорытынды.Кері байланыс Бала үні Балаларды мадақтау.</p>
Сейсенбі			
Сәрсенбі	<p>Смарт мақсат: Гимнастикалық орындық үстімен жүріп келіп,бір орнында баяу айналады.</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>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>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:заттар</p> <p>Әдіс-тәсілі: 4К, бала үні, Бақылау</p>

<p>1Амандасу.</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>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>Бұлшықеттер мен қол-аяқтың үйлесімділігі мен қимылдатады.</p> <p>Ресурстар:</p> <p>Сылдырмақтар,қапшықтар, доға.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау,</p> <p>Тікелей бақылау.</p> <p>Кіріспе бөлімі:</p> <p>Бірінің артынан бірі сапқа тұру.</p> <p>Шеңбер бойымен «аюға» ұқсап жүру.</p> <p>Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен жүру қол жанда, өкшемен жүру жұптасып жүру .</p> <p>Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>Жалпы даму жаттығулары.</p> <p>Сылдырмақпен</p> <p>Б.к.: «Көбелек қонды»</p> <p>1. Аяқтары нық мөлшерінде. Қолдары артта. Иыққа қонған көбелекті көру. басты оңға, солға бұру, «қонды» деп айту. бр</p> <p>Б. қ.: «Жыланның қозғалысы»</p> <p>2. Аяқ нық көлемінде, қолды жанға созу. Жыланның қимылын жасау.</p>	<p>Ұйымдастырылған оқу қызметінің барысы.</p> <p>Балалармен амандасу.</p> <p>Қозғалмалы бой жазу жаттығулары</p> <ul style="list-style-type: none"> - Қолды жоғары ұстап аяқ ұшымен жүру. - Екі қол белде өкшемен жүру - Екі қол белде аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру. - Бір қалыпты жеңіл жүгіру. <p>Сапқа тұру. 4 колонна тұру.</p> <p>Жалпы даму жаттығулары:</p> <p>1.«Торғай ұшты»</p> <p>Аяқты алшақ қоямыз, қолымыз жанға созу, басты оңнан солға қарай, төмен- жоғары бұру 5-6р</p> <p>2.«Баспалдаю»</p> <p>Аяқты алшақ қоямыз, қолымыз жанда, 1- 2 қолды белге қоямыз, 3-4 иыққа ,5-6 жоғары созамыз, 7-8 – шалалақтаймыз. Керісінше қайталаймыз. 5-6 рет</p> <p>3. «Арқан созу»</p> <p>Аяқты алшақ, қолымызды кеуде тұсына қоямыз, 1- оң қолымызды жоғары, 2- сол қолды төменге қарай созу. 3-4 қимылды керісінше жасау.</p> <p>/6 рет қайталау/</p> <p>4. «Гүлдің ашылуы»</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:</p> <p>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>иықты ирелеңдете айналдыру. /6 рет қайталау/</p> <p>Б.қ.: «Қайшы»</p> <p>3. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жан-жақта, қолдарды қайшылау /6 рет /</p> <p>Б. қ.: «Жұлдызша»</p> <p>4. Қолдары белде. Аяқты бірге ұстау. Орнында секіріп аяқты және қолды жанға созу «ха-а-а» деп айту, орнында секіріп аяқты біріктіру және қолды белге қою, «хоп» деп айту. /6 рет /</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу (ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығару.</p> <p>Бастапқы қалыпқа келу.</p> <p>Қимыл- қозғалыс жаттығуы</p> <p>Кішкене қапшықты төбесіне қойып, тактай үстімен жүру.</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. Кішкене қапшықты төбесіне қойып, тактай үстімен жүру.</p>	<p>Аяқтары алшақ қойылған. Қол төменде, аяқтың ұшымен тұру, қолды жоғары созу. (6- рет қайталау.)</p> <p>5. «Тырна»</p> <p>Аяқтарын біріктіру. Оң аяқты бүгіп, орнында секіру. Сол аяқты /10-15 секунд/</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: мұрын арқылы демді ішке жұтып, ауыздан демді шығарады.</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: «Допты қуып жет.»</p> <p>Шарты: Алыста жатқан доптарды, алып келіп көзінкіге түстеріне байланысты салады.</p> <p>Е/ойын: Такня тастамақ</p> <p>Қорытынды. Кері байланыс Бала үні Балаларды мадақтау</p>
---	---	---

	Командада жұмыс, жанама бақылау.	<p>2. Доға астынан еңбектеп өту.</p> <p>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>Шарты: Алыста жатқан доптарды, алып келіп кәрзинкіге түстеріне байланысты салады.</p> <p>Еркін ойын: Арқан тартыс</p> <p>4 к модельі, бала үні</p> <p>Мазмұн арқылы саралау</p> <p>Қорытынды:</p> <p>Шеңбер бойы жүру. Еркін жүру. Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүгіру.</p>	
Бейсенбі			
Жұма	<p>Смарт мақсат: Жол бойымен еңбектейді.</p> <p>Гимнастикалық орындық үстінде тұру, қолын жоғары көтереді және түсіреді.</p> <p>Ресурстар: Доп, жіп, түрлі-түсті жалаушалар.</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. Допты екі</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 өте тепе-теңдікті сақтай алады.</p> <p>Ресурстар: гимнастикалық орындық</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»</p> <p>(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»</p> <p>(4-5 рет).</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>қолымен кеуде тұсынан екпінді қимылмен жаза лақтыра алады.</p> <p>Ресурстар: Обручтар, текшелер, доп.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, саралау.</p> <p>Кіріспе бөлімі: Сапқа тұру.</p> <p>Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру денені тік ұстап секірмелі жүгіріс .</p> <p>табанның ішкі жақтарымен қысқа және алшақ қадаммен жүру.</p> <p>Саптан 4 колонна тұру.</p> <p>Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</p> <p>Жалпы даму жаттығулары</p> <p>«Күн- түн»</p> <p>1. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар бүйірде. 1- көзімізді жұмамыз. 2- мойынды оңға бұрып, көзімізді ашамыз, 3- алдыға қарап көзімізді жұмамыз, 4- мойынды солға бұрып көзімізді ашамыз. 6-р</p> <p>«Нілгіштер»</p> <p>2. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жанда, 1-2 - оң аяқтың тізесін сәл бүгіп оңға қарай иілеміз, 3-4 – сол</p>	<p>Әдіс-тәсілі: 4К, бала үні, Бақылау</p> <p>Ұйымдастырылған оқу қызметінің барысы.</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>Шеңбер бойымен денені тік ұстап тізені шапалақтай жүгіру .</p> <p>Қол бүйірде, аяқтың ұшымен жүру.өкшемен жүру. тізені бүгіп жүру.</p> <p>«Топтастыру» әдісі саралау</p> <p>Сапқа тұру. 4 колонна тұру.</p> <p>Сапқа тұру.</p> <p>Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру денені тік ұстап секірмелі жүгіріс .</p> <p>табанның ішкі жақтарымен қысқа және алшақ қадаммен жүру.</p> <p>Саптан 4 колонна тұру.</p> <p>Жалпы даму жаттығулары</p> <p>«Күн- түн»</p> <p>1. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар бүйірде. 1- көзімізді жұмамыз. 2- мойынды оңға бұрып, көзімізді ашамыз, 3- алдыға қарап көзімізді жұмамыз, 4- мойынды солға бұрып көзімізді ашамыз. 6-р</p> <p>«Нілгіштер»</p>
--	---	---

<p>2.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулар.</p> <p>Екі жіп арасынан түзу жүру</p> <p>Өнім арқылы саралау</p> <p>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>К/ойын «Допты қуып жет.»</p> <p>Шарты: Алыста жатқан доптарды, алып келіп көрзинкіге түстеріне байланысты салады.</p> <p>Еркін ойын: Арқан тартыс</p> <p>Жаппай бақылау, командада жұмыс.</p> <p>Қортынды</p> <p>Сұрақ-жауап</p> <p>Бала үні</p> <p>Балаларды мадақтау.</p>	<p>аяқтың тізесін сәл бүгіп солға иілу 6 рет</p> <p>«Балапан қанатын қаяқты»</p> <p>3. Аяқтарды біріктіреміз, қолдарын кеуде тұсына ұстап, 1-3 алақанды жұмып-ашу, 4-6- шынтақты жоғары-төмен көтеру, 6-р</p> <p>«Айнаны сүрту»</p> <p>4. Аяқтарды біріктіреміз, қолдарын кеуде тұсына ұстап, 1-4 алақанды ашып отырып-тұрып айнаны сүрту қимылын көрсетеміз. 5-6 қолды жоғары созып шапалақтаймыз. 6-р</p> <p>«Көбелек ұстау»</p> <p>5. Аяқтарын алшақ, қолды жанға созу. Секіріп аяқты біріктіру. Қолды жоғары созып, шапалақтау. 6-р</p> <p>Б.к.: «Серіппе»</p> <p>6. Аяқтарын біріктіру. Қолдары белде. 1- тізені бүгіп отыру, 2- б.к</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: араның дыбысын салу, мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Текшелер арасымен жүру 2. Обручтан обручка секіру. <p>4 к моделі, бала үні</p>	<p>2. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жанда, 1-2 - оң аяқтың тізесін сәл бүгіп оңға қарай иілеміз, 3-4 – сол аяқтың тізесін сәл бүгіп солға иілу 6 рет</p> <p>«Балапан қанатын қаяқты»</p> <p>3. Аяқтарды біріктіреміз, қолдарын кеуде тұсына ұстап, 1-3 алақанды жұмып-ашу, 4-6- шынтақты жоғары-төмен көтеру, 6-р</p> <p>«Айнаны сүрту»</p> <p>4. Аяқтарды біріктіреміз, қолдарын кеуде тұсына ұстап, 1-4 алақанды ашып отырып-тұрып айнаны сүрту қимылын көрсетеміз. 5-6 қолды жоғары созып шапалақтаймыз. 6-р</p> <p>«Көбелек ұстау»</p> <p>5. Аяқтарын алшақ, қолды жанға созу. Секіріп аяқты біріктіру. Қолды жоғары созып, шапалақтау. 6-р</p> <p>Б.к.: «Серіппе»</p> <p>6. Аяқтарын біріктіру. Қолдары белде. 1- тізені бүгіп отыру, 2- б.к</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: араның дыбысын салу, мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару.</p> <p>Бақылау: Жаппай, тікелей, жанама</p> <p>Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Гимнастикалық орындық үстінен ішімен тартылып жүру. 2. Кубиктің арасынан жыланып жүру. <p>Бақылау: Тікелей</p>
--	--	---

		<p>Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау</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>Еркін ойын: Айгөлек</p> <p>Бала үні, тікелей бақылау.</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 «Қапшықпен секіру»</p> <p>Шарты:балалар шапшаң қимылдап қапшықпен секіре алады.</p> <p>Ен ойын Қонырау қайдан естіледі?</p> <p>Қорытынды.Кері байланыс Бала үні Балаларды мадақтау</p>
--	--	---	--