

ЦИКЛОГРАММА
I апта. Ақпан айы 2022ж.

Өтпелі тақырып: Бізді қоршаған әлем

Тақырыпша: «Ғажайыптар әлемі» (Өлі табиғат құбылыстары)

Күн тәртібі	Дүйсенбі 31.02.2022	Сейсенбі 01.02.2022	Сәрсенбі 02.02.2022	Бейсенбі 03.02.2022	Жұма 04.02.2022
<p>Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызметтері</p>	<p>Дене шынықтыру. Мақсаты. Тізбектеліп сапта жүру, қолды жоғары көтереіп-түсіріп жүруді, еднде жатқан заттан секіре алады. Ресурстар: Доптар, гинастикалық қабырға Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау. Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен шеңбер бойымен жүру. Шеңбер бойыменжұптасып жүгіру. Қол жанда, өкшемен жүру. Шеңбер бойымен жай жүру 1 сапқа тұру. / сапқа тұрарда себеттен бір доп алу/ 1саптан 4 лекке (колонна) тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар: Б.қ.: «Оң - сол» 1. Аяқтары ық мөлшерінде. Доп қолда. Допты оң жаққа</p>	<p>Дене шынықтыру. Мақсаты: Жіптен ұстап шеңбер бойымен жүруді, екі сызықтың арасында тепе-теңдікті сақтауды біледі. Ресурстар: Жіп, доп Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау. Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен шеңбер бойымен жүру. Шеңбер бойыменжұптасып жүгіру. Қол жанда, өкшемен жүру. Шеңбер бойымен жай жүру 1 сапқа тұру. / сапқа тұрарда себеттен бір доп алу/ 1саптан 4 лекке (колонна) тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар: Б.қ.: «Оң - сол»</p>		<p>Дене шынықтыру. Мақсаты. Аяқ ұшымен және өкшемен жүру, арқанның астымен орындыққа дейін еңбектеп, кубиктер арасымен жүгіре алады. Ресурстар: Таяқшалар, арқан, кубиктер Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру. Жіі және кең қадамдарды алмастыра жүру. Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүру. Қол бүйірде, аяқтың ішімен жүру. Шеңбер бойымен жай жүру . 1 сапқа тұру. (таяқшаны үстел үстінен бір- бірден алу) 1саптан 4 лекке (колонна) тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Жатпай бақылау. Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар: (таяқшамен) Б.қ.: «Мысық оянды »</p>	

31.02.2022
Серік

<p>қозғап, басты оң жақ иыққа қою. «Оң жақ» деп айту. Допты сол жаққа қозғап, басты сол жақ иыққа қою. «Сол жақ» деп айту. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Піл» 2. Тік тұрып, аяқты бір - бірінен алыс ұстайды, қолды төмен түсіріп, қарын тұсынан бір-бірімен айқастырады, екі қолды бірдей жоғары көтеріп, алға еңкейеді, қолды иыққа дейін түсіріп, денені 90 градусқа бұрады, қолды жерге дейін түсіріп, бастапқы қалыпқа оралады. /6 рет қайталау./ Б. қ.: «Допты жалғастыр» 3. Аяқтары алыс қойылған, тік тұрып, қолды екі жаққа созып, жоғары көтеру, допты келесі қолға салып, қайта екі жаққа созып төмен түсіреді /6 рет / Б.қ.: «Бақа» 4. Доп жанда . Қол мен табанға сүйене отырып, допты айнала секіре еңбектеу./6 рет қайталау/ Б.қ.: «Жоғары-төмен» 5. Аяқтарын алыс қояю, доп қолда «Жоғары» дегенде допты жоғары созу, «төмен» дегенде тізені бұгу. Допты жерге тигізу./6 рет / Б.қ.: «Аққұтан» 6. Аяқтарын алыс қояю, доп қолда. Денені тік ұстайды. Аяқты алма кезек көтере секіру. /15-20 секунд/</p>	<p>1. Аяқтары иық мөлшерінде. Доп қолда. Допты оң жаққа қозғап, басты оң жақ иыққа қою. «Оң жақ» деп айту. Допты сол жаққа қозғап, басты сол жақ иыққа қою. «Сол жақ» деп айту. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Піл» 2. Тік тұрып, аяқты бір - бірінен алыс ұстайды, қолды төмен түсіріп, қарын тұсынан бір-бірімен айқастырады, екі қолды бірдей жоғары көтеріп, алға еңкейеді, қолды иыққа дейін түсіріп, денені 90 градусқа бұрады, қолды жерге дейін түсіріп, бастапқы қалыпқа оралады./6 рет/ Б. қ.: «Допты жалғастыр» 3. Аяқтары алыс қойылған, тік тұрып, қолды екі жаққа созып, жоғары көтеру, допты келесі қолға салып, қайта екі жаққа созып төмен түсіреді /6 рет / Б.қ.: «Бақа» 4. Доп жанда . Қол мен табанға сүйене отырып, допты айнала секіре еңбектеу./6 рет қайталау/ Б.қ.: «Жоғары-төмен» 5. Аяқтарын алыс қояю, доп қолда «Жоғары» дегенде допты жоғары созу, «төмен» дегенде</p>		<p>1. Аяқтары алыс қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу. әр керілген сайын «м-я-у» деп айту. /6 рет қайталау./ Б. қ.: «Кілем қағу» 2. Аяқтары алыс қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау «тук-тук-тук»- деп айту. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Бұрылыс» 3. Аяқты алыс қоямыз, таяқша төменде қолдарымен ұстау, оңға, солға бұрылу. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Иілу» 4. Аяқты алыс қойып, тік тұрады, таяқша қолда. Таяқшаны алға ұзартып, таяқшаны жоғары көтереді, артқа шалқаяды, солға бұрылады, денені алға еңкейтіп, оңға бұрылады. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Дәл тигіз» 5. Аяқтары алыс қойылған, таяқшаны кеуденің тұсында. Бүгілген оң аяқты көтеру, тізені таяқшаға тигізу. Арқаны түзу ұстау. Сол жақпен дәл солай қайталау. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Көңілді таяқша» 6. Таяқшаны айналып секіру және жүру. /15-20 секунд/ Қорытынды: 4 лектен (колонна) 1 саппен</p>
--	---	--	---

Қорытынды:
4 лектен (колонна) 1 саптен шеңбер бойы жүру.
Еркін жүру. (допты себетке қою)
Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүру.
Шеңбер бойымен денені тік ұстап жеңіл жүгіру.
Тыныс алу жаттығулары:
шәйнектік дыбысын салу.
Терең тыныс алып, демді шығару.
4К моделі, бала үні.
Бастапқы қалыпқа келу.
Негізгі қимыл-жаттығулары:
1 Еденде жатқан заттан секіру
2.Гимнастикалық қабырға өрмелеу.
4 к моделі, бала үні
Өнім арқылы саралау
Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау
Құрлымдалған қимылды ойын:
Мысық пен тышқан»
Мақсаты: балаларды шатшаңдыққа әрі шыдамдылыққа, ұйымшылдыққа үйрету.
Жатпай бақылау, командада жұмыс.
Балаларды мадақтау.

тізені бұзу. Допты жерге тигізу./6 рет /
Б.қ.: «Аққұтан»
Қорытынды:
4 лектен (колонна) 1 саптен шеңбер бойы жүру.
Еркін жүру. (допты себетке қою)
Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүру.
Шеңбер бойымен денені тік ұстап жеңіл жүгіру.
Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу. Терең тыныс алып, демді шығару.
4К моделі, бала үні.
Бастапқы қалыпқа келу.
Негізгі қимыл-жаттығулары:
1.Жіптен ұстап шеңбер бойымен жүру
2.Екі сызықтың арасында тепе-теңдікті сақтап секіру
4 к моделі, бала үні
Өнім арқылы саралау
Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау
Құрлымдалған қимылды ойын:
« Ит пен қоян »
Мақсаты:
Шатшаңдыққа, ептілікке баулу.
Жатпай бақылау, командада жұмыс.
Балаларды мадақтау.

шеңбер бойы жүру. Еркін жүру. (таяқшаны үстел үстіне қою) Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүру.
Тыныс алу жаттығулары:
шәйнектік дыбысын салу(ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығару.
Бастапқы қалыпқа келу.
4К моделі, бала үні.
Негізгі қимыл-жаттығулары:
1. Арқанның астымен орындыққа дейін еңбектеу
2.Кубиктер арасымен ирелеңдеп жүгіру.
4 к моделі, бала үні
Өнім арқылы саралау
Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау
Қимылды ойын:
«Көзектер мен түлкі»
Мақсаты: балаларды шатшаңдыққа, ұйымшылдыққа үйрету.
Жатпай бақылау, командада жұмыс.
Балаларды мадақтау.

09.02.2022
Қорық

ЦИКЛОГРАММА
II апта. Ақпан айы 2022ж.

Өтпелі тақырып: Бізді қоршаған әлем
Тақырыпша: «Көліктер»

Күн тәртібі	Дүйсенбі 07.02.2022	Сейсенбі 08.02.2022	Сәрсенбі 09.02.2022	Бейсенбі 10.02.2022	Жұма 11.02.2022
<p>Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызметтері</p>	<p>Дене шынықтыру. Қайталау. Мақсаты. Аяқ ұшымен және өкшемен жүру, арқанның астымен орындыққа дейін еңбектеп, кубиктер арасымен жүгіре алады. Ресурстар: Таяқшалар, арқан, кубиктер Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру. Жиі және кең қадамдарды алмастыра жүру. Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүру. Қол бүйірде, аяқтың ішімен жүру. Шеңбер бойымен жай жүру. 1 сапқа тұру. (таяқшаны үстел үстінен бір- бірден алу) 1саптан 4 лекке (колонна) тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Жапнай бақылау. Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар:</p>	<p>Дене шынықтыру Мақсаты. Жиектері шектелген тура жолақ бойымен жүруді, бір орыннан ұзындыққа секіру және лақтыру дағдыларын үйренеді. Ресурстар: Жалауша, доп, секіртпе Әдіс-тәсілі: 4К моделі, бала үні, саралау, бақылау. I.Кіріспе бөлім. Бір қатар сапқа тұру. Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау) Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары. (Жалаушамен) Б.қ.: «Желбіреді жалау» 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. /4 рет қайталау/ Б.қ.: «Өткеншек» 2. Аяқтары алысқа қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет/ Б.қ.: «Кім жылдам» 3. Аяқтарын алысқа қою,</p>		<p>Дене шынықтыру. Мақсаты: Еденге қойылған тақтай бойымен қос аяқпен секіреді, гимнастикалық орындық үстімен жүре алады. Ресурстар: Гимнас орындық, тақтай, қар кесегі. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, I.Кіріспе бөлім. Бір қатар сапқа тұру. Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау) .Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Жапнай бақылау. Жалпы дамыту жаттығулар: «Қар кесегімен» жаттығу 1 Б.қ.: аяқ сәл алысқа, қол төмен. Қолды алға созып, қар кесегін бір қолдан екінші қолға ауыстырып салу. 4-5рет. Б.қ.: қолды жанына қойып тіреле, аяқты алысқа қойып, еденге отыру, қар кесегі еденде. 2.Б.қ.: Қолды жанына қойып тіреле, аяқты алысқа қойып, еденге отыру. О: Екі аяқпен қар кесегін қысып алып, жоғары көтеру, «қар кесегі, міне» деу; Б.қ. оралу. 5-бет.</p>	

(таяқшамен)

Б.қ.: «Мысық оянды»

1. Аяқтары алишақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу. Әр керілген сайын «м-я-у» деп айту.

/6 рет қайталау/

Б. қ.: «Кілем қағу»

2. Аяқтары алишақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау «тук-тук-тук»- деп айту. /6 рет қайталау/

Б.қ.: «Бұрылыс»

3. Аяқты алишақ қоямыз, таяқша төменде қолдарымен ұстау, оңға, солға бұрылу. /6 рет қайталау/

Б.қ.: «Иілу»

4. Аяқты алишақ қойып, тік тұрады, таяқша қолда. Таяқшаны алға ұзартып, таяқшаны жоғары көтереді, артқа шалқаяды, солға бұрылады, денені алға еңкейтіп, оңға бұрылады. /6 рет қайталау/

Б.қ.: «Дәл тигіз»

5. Аяқтары алишақ қойылған, таяқшаны кеуденің тұсында. Бүгілген оң аяқты көтеру, тізені таяқшаға тигізу. Арқаны түзу ұстау. Сол жақпен дәл солай қайталау. /6 рет қайталау/

Б.қ.: «Көңілді таяқша»

6. Таяқшаны айналып секіру және жүру. /15-20 секунд/

отыру жалаушаны алға созу, тұру жоғары көтеру.

Б. қ.: «Жұлдызша»

4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу

Б.қ.: «Көңілді жалауша»

5. Аяқтарын алишақ қою, жалаушалар жоғары көтеріп, секіру.

Тікелей бақылау әдісі

Тыныс алу жаттығулары:

«Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алишақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады.

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1 Қысқа секіртпемен секіру

2. Допты бір-біріне төменнен лақтыру,

Құрылымдалған қимыл-қозғалыс ойыны:

«Автомобиль мен торғайлар»

Мақсаты: Балалар жүру жүгіру және қорғану түрлерін үйренеді.

Күтілетін нәтиже:

Балалар көліктердің жүру бағытын, құстарды қорғау туралы түсінеді.

4 к моделі, бала үні

Қорытынды:

Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ Маршпен

3. . Б.қ.: н.қ., қолды жоғары көтеріп, қар кесегін бір-біріне алға, артқа қарй беру. 3-4рет.

4.Б.қ.: Аяқ сәл алишақ, қаршамен қол төмен. Қолды артта ұстап, қар кесегін бір қолдан екінші қолға ауыстырып салу. 4-5 рет.

Тыныс алу жаттығуы

Тік тұрып, аяқты бір - бірінен алишақ ұстайды, қолды белге қояды, демді ішке біртіндеп тартады, «Ку-ку, Ку-ку» деп дыбыстап демді сыртқа шығара денені алға еңкейтеді.

Бастапқы қалыпқа келу.

4К моделі, бала үні.

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1.Еденге қойылған тақтай бойымен қос аяқпен секіру.

2.Гимнастикалық орындық үстімен жүру.

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралау

Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау

Қимылды ойын:

«Қар кесектерін кім тез қапқа салады?»

Ойын шартын түсіндіру.

Жатпай бақылау, командада жұмыс.

Қорытынды.

Балаларды мадақтау.

Қорытынды:

4 лектен (колонна) 1 саппен шеңбер бойы жүру. Еркін жүру. (таяқшаны үстел үстіне қою) Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүру.

Тыныс алу жаттығулары:
шәйнектік дыбысын салу(ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығару.

Бастапқы қалыпқа келу.

4К моделі, бала үні.

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1. Арқанның астымен орындыққа дейін еңбектеу

2. Кубиктер арасымен ирелеңдеп жүгіру.

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы саралау

Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау

Қимылды ойын:

«Көзектер мен түлкі»

Мақсаты: балаларды шапшандыққа,

ұйымшылдыққа үйрету.

Жапнай бақылау, командада жұмыс.

Балаларды мадақтау.

жүру. «Айналу» - бір - бірінің қолынан ұстай отырып, айнала жүгіру.

14.02.2022
Керіс

ЦИКЛОГРАММА
III апта. Ақпан айы 2022ж.

Өтпелі тақырып Бізді қоршаған әлем
Тақырыпша «Электроника әлемі»

Күн тәртібі	Дүйсенбі 14.02.2022	Сейсенбі 15.02.2022	Сәрсенбі 16.02.2022	Бейсенбі 17.02.2022	Жұма 18.02.2022
Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызметтері	<p>Дене шынықтыру. Мақсаты. Әртүрлі бағытта жәй жүру және жүгіруді, еденге қойылған тақтай бойымен қос аяқпен секіреді. доптарды себетке лақтыра алады. Ресурстар: Тақтай, доп, жалаушалар Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, I.Кіріспе бөлім. Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау. Шеңбер бойымен еркін жүру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жеңіл жүгіру. «Арқан бойлап жүруші» - еңкейтілген тақтайшамен жоғары, төмен жүру. 1 сапқа тұру. (сапқа тұрарда себеттен екі жалаушадан алу) 1саптан 4 лекке (колонна) тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар:(Жалаушам ең) Б.қ.: «Жылынның қимылы» 1. Аяқтары иық</p>	<p>Дене шынықтыру. Мақсаты.Құм салынған дорбашаны бастан асыра екі қолмен алға ,жоғары лақтырады, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан төмен түсе алады. Ресурстар: Құм салынған қап, гимнастикалық қабырға,орамалмен Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, I.Кіріспе бөлім. Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау. Шеңбер бойымен марши ектінімен жүру. «Үйректің балапаны» - кеудені алға қарай еңкейте отырып, өкшемен жүру. «Түйеқұс» - тізені жоғары көтере жүру. «Сайқымазақ» - басты бұра жүру. Шеңбер бойымен еркін жүру. 1 сапқа тұру. /сапқа тұрарда себеттен бір орамалдан алу/ 1саптан 4 лекке (колонна) тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Жаппай бақылау.</p>		<p>Дене шынықтыру. Мақсаты: Алға қарай ұмтыла затқа дейін екі аяқтап секіріп, доға астынан нысанға дейін еңбектей алады. Ресурстар: Доға, доп, Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, I.Кіріспе бөлім. Бір қатар сапқа тұру. Сәлемдесу. Шеңбермен жүру. Қолды жоғары созайық, Шапалақты ұрайық. (қолды жоғары созып шапалақтап жүру) Кәне қолды жазайық, Қарлығашқа ұқсайық Жәй жүгіру. 4-қатарға сапқа тұру. Жаппай бақылау. Жалпы дамыту жаттығулар: Доппен жаттығу. 1"Түсіріп алма»Б.Қ қазақша молдас құрып отыру, доп қолда. 1.Допты жоғары көтеру, қолды бүгіп, бастан асыру. 3.Допты жоғары көтеру. 4.Б:Қ-қа келу. 4-5 рет қайталау. 2"Допты бастан асырып ұстау»Б:Қ тізерлеп отыру, доп төменде, көтермелеп қолды алдыға созу. 2.Б-Қ-қа келу. 3-4</p>	

мөлшерінде. Денені тік ұстау. Лента төменде. Басты оңға бұрып, иекті иыққа түсіру және иекпен доға жасап басты ақырын көтеру және төмен түсіріп - көтеру. Әр қимылда «т-с-с-с» деп айту. Сол жақ иыққа да осылай жасалады. /6-рет/
Б.қ.: «Атпап созылу»
2. Аяқтары ашақ қойылған, жалаушалар жанға созу. Алға сәл адымдап, сол аяққа отырады, оң аяқ түзу артқа созылады, артқа - алға денемен шеңберлер жасау керек. / 6 рет қай/
Б.қ.: «Қаз»
3. Аяқты ашақ қоямыз. Жалаушалар төменде тік тұрып, бүгілген аяқтың сирағынан ұстайды, жібереді. /6 рет қайталау/
Б.қ.: «Аяқтарды қозғау»
4. Аяқты ашақ қоямыз. Жалаушалар белде өкшені арқанға тіреп, аяқтың ұшын жерге тіреп бір орында қарай адымдап жүру. /6 рет қайталау/
Б.қ.: «Серіппе»
5. Аяқтарын ашақ қою, жалауша төменде, тік тұрады, 1- аяқтар бірге, қолдар төмен түсірілген, тізені қолмен қапсыра ұстап отыру керек, басты тізеге қояды, тіке тұру керек. /6 рет қайталау/

Негізгі бөлім:
Жалпы дамыту жаттығулар:
Б. қ.: «Мазақтау»
1. Аяқтары ашақ қойылған, орамал қолда. Басты оң жақ, сол жақ иыққа қою. «А-я-я-я-й» сөзін айту. /6 рет қай/
Б. қ.: «Әткеншек»
2. - Аяқтары ашақ қойылған, орамалды белге ұстап, денені жан - жаққа бұрады. / 6 рет қайталау/
Б.қ.: «Қу түлкі»
3. Денені тік ұстау. Орамал қолда. Түлкінің жүрісін салу. /5 рет қайталау./
Б. қ.: «Шеңберлер»
4. Тік тұрып, аяқты иық деңгейіне қояды, орамалды жоғары көтеріп, саусақтарды айқастырады, 1 - есебінде денені еңкейтіп, қолды солға бұрады, 2 - дене мен қолды алға еңкейтеді, 3 - оңға, 4 - артқа. (қолды желкеге қоюға болады)
Б.қ.: «Маятник»
5. Тік тұрып, аяқты бірге ұстайды, денені солға еңкейтеді, оң қолдағы орамалмен қабырғаны, сол қолдағы орамалмен саннан тізеге дейін сипалайды, дәл осылай екінші аяқпен жасалады. /6 рет қайталау./
Б.қ.: «Шегіртке»

рет қайталау.
3 «Құлау»Б-Қ аяқ иық кеңдігінде, қол доппен төменде. 1 допты алға созып, оң аяқпен құлау. 2. Б-Қ -қа келу.
4 «Еңкею»Б-Қ отыру аяқ ашақ, доп ұстаған қолды бүгіп, кеуде тұсында ұстау. Алға оң(сол) аяққа шалу, қолды түзу ұстау. 2. Б-Қ қа келу. 6 рет қайталау.
5 Допты айнала жүгіру»Б-Қ н-т доп еденде. Белгі бойынша допты айналып, жүгіріп, тізерлеп отырып, алақанмен допты бір ұру. 5 рет әр жаққа қайталау.
Тыныс алу жаттығулары
«Гүл»
4 к моделі, бала үні
Негізгі қимыл-жаттығулары:
1. Алға қарай ұмтыла затқа дейін екі аяқтап секіру.
2. Доға астынан нысанға дейін еңбектеу
4 к моделі, бала үні
Өнім арқылы саралау
Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау
Қимылды ойын: «Аңшы»
Мақсаты: балаларды шатшандыққа, ұйымшылдыққа үйрету.
Жатпай бақылау, командада жұмыс.
Қортынды.
Балаларды мадақтау.

<p>Б.қ.: «Қоян» Тыныс алу жаттығулары: «Отын» - аяқтың ұшымен иық деңгейінде қойып, саусақтарын іліндіріп қолын желкеге ұстау қажет; аяғын түсіріп, қолдарын аяқ арасына жіберіп, алға қарай еңкейеді, демін тез ішке тартып кері шығарады, яғни балалар ағаш шауып жатқан тәрізді болады. мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. 4 к моделі, бала үні Негізгі қимыл-жаттығулары: 1.Еденге қойылған тақтай бойымен қос аяқпен секіру. 2.Доптарды себетке лақтыру 4 к моделі, бала үні Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау Қимылды ойын: Жасыл қияр» Мақсаты: балалардың тіл байлығын дамыту, ұйымшылдыққа үйрету. Жапнай бақылау, командада жұмыс</p>	<p>Тыныс алу жаттығулары: Тік тұрып, аяқты бір - бірінен алысқа ұстайды, оң қолды жоғары көтеріп, сол қолды төмен түсіреді, қолды кезекпен - кезек алмастырады, еркін дем алады . Бастапқы қалыпқа келу. 4 к моделі, бала үні Негізгі қимыл-жаттығулары: 1.Құм салынған дорбашаны бастан асыра екі қолмен алға ,жоғары лақтыру 2.- Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан төмен түсу. 4 к моделі, бала үні Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау Қимылды ойын: « Қарлығаш» Мақсаты: балаларды шашаңдыққа әрі шыдамдыққа, ұйымшылдыққа үйрету. Жапнай бақылау, командада жұмыс. Қортынды Балаларды мадақтау</p>			
---	---	--	--	--

27.02.2022
Керісін

ЦИКЛОГРАММА
ІУ апта Ақпан айы 2022ж
Өтпелі тақырып. Бізді қоршаған әлем

Тақырыпша. «Мамандықтың бәрі жақсы»

Күн тәртібі	Дүйсенбі 21.02.2022	Сейсенбі 22.02.2022	Сәрсенбі 23.02.2022	Бейсенбі 24.02.2022	Жұма 25.02.2022
<p>Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызметтері</p>	<p>Дене шынықтыру Мақсаты. Сапта жәй жүру және жүгіру дағдыларын, затты алысқа лақтыруды, секіру, жүгіру дағдыларын жасай алады. Ресурстар: Доға, доп Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, I. Кіріспе бөлім. Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру. «Үйректің баланы» - кеудені алға қарай еңкейте отырып, өкшемен жүру. «Түйеқұс» - тізені жоғары көтере жүру. «Сайқымазақ» - басты бұра жүру. Шеңбер бойымен жай жүру. 1 сапқа тұру. /сапқа тұрарда себеттен бір орамалдан алу/ 1 саптан 4 лекке (колонна) тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Жаптай бақылау. Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар: /орамалмен, әуенмен/ Б.қ.: «Дөңгелек» I. Тік тұрып, аяқты иық деңгейіне қойып, орамалды алға созып, алақанды жұмып,</p>	<p>Дене шынықтыру Мақсаты. Саты бойымен өрмелеу Жұптасып сапта жүру және жүгіру дағдыларын қаыптасып, 10-15см биіктіктен секіруге үйренеді Кіріспе бөлім. Бір қатар сапқа тұру. Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау) .Шеңбер бойымен тұру. Қолды жоғары көтеріп, аяқ ұшымен жүреді, қолды жанға созып, өкшемен жүреді. Баяу жүгіру, жылдам жүгіру Жаптай бақылау. Негізгі бөлім Жалпы дамыту жаттығулар: 1. Б. қ. – аяқты алысқа қойып, қолды төменде, 1 - қолды алға созамыз. 2 - қолды жоғары көтереміз. 3 - бірінші қалыпқа келеміз. (3 - 4 рет) 3. Б. қ. – аяқты алысқа, қолды белге қойып, «Сағаттың тілі» 1 - оңға иілеміз 2 - солға иілеміз</p>		<p>Дене шынықтыру Мақсаты. Бағытты өзгерте отыра жүру, жүгіру. Биіктікке секіреді, кедір-бұдыр тақтай үстімен тепе-теңдікті сақтап жүре алады. Ресурстар: Тақтай, бубен, гинастикалық орындық Әдіс-тәсілдер: 4К моделі, бақылау, саралау, I. Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, жылжымалы қадаммен жанына, артқа жүру. Шеңбер бойымен аяқты артқа қарай жіберіп, түзу жүгіру. Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүру. Қол бүйірде, аяқтың ішімен жүру. Шеңбер бойымен жай жүру. 1 сапқа тұру. Саптан 4 лекке (колонна) тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Жаптай бақылау. Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар: /бубенмен/ Б.қ.: «Маса ұшты» 1. Аяқтар алысқа қойылған,</p>	

білезікті, шынтақты, иықты қысу, айналдырады. /6 рет қайталау/

Б. қ.: «Қанат»

2. Аяқ иық көлемінде, тік тұрып орамалды ішке қарата қолды жоғары көтеріп, артқа қарай түсіреді. /6 рет /

Б.қ.: «Жіп орағыш»

3. Тік тұрады, аяқты сәл бүгіп, орамалды тізеге тигізеді, тізені жан - жаққа айналдырады. / 6 рет ./

Б.қ.: «Тарсылдақ»

4. Тік тұрып, аяқты алға созады, оң аяқты жоғары көтеріп, аяқ астынан шапалақ соғады, дәл осылай екінші аяқпен жасалады. /6 рет /

Б. қ.: «Орамалды ілу»

5. Аяқтарын алыс қойып, тізе бүгу. Орамал төменде. Орнынан тұрып, орамалды жоғары көтеріп, орамалды ілу қимылын жасау «ілдім» деп айту. /6 рет қайталау./

Б.қ.: «Сайқымазақ»

6. Тік тұрып, орамалды жоғары көтеріп, аяқты алға қарай түзу лақтыра секіру. /10-15 секунд /

Қорытынды:

4 лектен (колонна) 1 саптан шеңбер бойы жүру. /орамалды себетке салу/

Адымдап жүру. «Достар» - жұптасып жүзгіру.

Тыныс алу жаттығулары:

Бісқырықты үргендей қылып, ерніңмен түтікшені қысып, сосын жымылып ерніңді

Бірнеше рет қайталаймыз. (5 - 6 рет)

4. Б. қ. – аяқты алыс, қолды төмен басымызбен оңға, солға иілу. (4 - 5 рет)

5. «Қарлығаш» болып ұшамыз

6. «Қоян» сияқты секіреміз.

7. Жай жүру, дем алу.

4К моделі, бала үні, жатпай бақылау.

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1. Доганың астынан еңбектеу (биіктігі 40 см).

2. Допты бір-біріне лақтырып қағып алу.

Өнім арқылы саралау, 4К моделі, бала үні, жатпай бақылау

Қимылды ойын:

«Қасқыр - қақпан» ойын шартымен таныстыру.

4К моделі, бала үні,

Балаларды мадақтау.

қолдар бүйірде. Мойынды оңнан солға қарай, солдан оңға қарай айналдыру. «з-з-з» деп айту. /6 рет қайталау/

Б. қ.: «Қақпа»

2. Аяқ иық көлемінде, қолдар иық үстінде. 1- шынтақты артқа созу, 2- шынтақты беттестіру. /6 рет қайталау/

Б.қ.: «Шапалақ»

3. Аяқтар алыс қойылған, қолдар белде. 1- алдыға еңкею, 2- қолдарды шапалақтау. 3- артқа шалқаю, 4- шапалақтау. /6 рет қайталау./

Б. қ.: «Күнге жетемін»

4. Аяқтар алыс қойылған, қолдар белде. 1- қолымызды екі жаққа созады. 2- өкшемізді көтеріп, қолымызды жоғары көтеремізде созыламыз. 3 -б.қ. /6 рет қайталау/

Б.қ.: «Шапалақ»

5. Аяқтарын біріктіру. Қолдар белде. 1- тізені бүгіп отырады, 2- орнынан тұрып шапалақтайды. 3- б.қ. (6 рет қайталау)

Б.қ.: «Биші аяқтар»

6. Аяқтарын біріктіру, қолдар белде. 1- оң аяқты жанға созу, 2- б.қ.; 3-сол аяқты жанға созу, 4- б.қ.; /6 рет қайталау./

Қорытынды:

4 лектен (колонна) 1 саптан шеңбер бойы жүру. Адымдап жүру.

Тыныс алу жаттығулары:

араның дыбысын салу, мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару.

босатасың; еріннің осындай қалыптарын кезектестіріп қайталайды.

4К моделі, бала үні.

Бастапқы қалыпқа келу.

Негізгі қимыл-жасаттығулары:

1. Дөпты бір-біріне төменнен лақтыру.

2. Доганың астынан еңбектеу

Өнім арқылы саралау,

4К моделі, бала үні, жатпай бақылау

Қимылды ойын:

"Орныңды тап"

Ойын мақсаты:

Балалардың ой-өрісін кеңейту, достыққа, ұжымдыққа, бірлікке тәрбиелеу.

4К моделі, бала үні,

Қортынды.

Балаларды мадақтау.

Бастапқы қалыпқа келу.

4К моделі, бала үні.

Негізгі қимыл-жасаттығулары:

1. Орнынан биіктікке секіру

2. Кедір-бұдыр тақтай

үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру

Өнім арқылы саралау,

4К моделі, бала үні, жатпай бақылау

Қимылды ойын:

« Қаздар »

Мақсаты: Балалардың музыкалық есту қабілетін дамыту және қаздардың тіршілігімен таныстыру.

4К моделі, бала үні,

Қортынды.

Балаларды мадақтау.