

02.09.2021
Бөре

ЦИКЛОГРАММА
I апта қыркүйек айы 2021ж
« Күңшуақ » ересек тобы

Өтпелі тақырып « Балабақшада»
Тақырыпша «Менің балабақшам»

Күн тәртібі	Сәрсенбі 01.09.2021	Бейсенбі 02.09.2021	Жұма 03.09.2021
Мектепке дейінгі ұй-ым кестесі бойынша ұйымдастыры лған оқу қызмет-тері		<p>Дене шынықтыру (Ү.К) Мақсаты: 50см жоғары көтеріл-ген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіре алады. 2. 4-5 сызық арқылы ор- нынан ұзындыққа секіре алады (сызықтардың арақашықтығы 40-50см). 3. Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап алады. Күтілетін нәтиже: арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіреді, 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіреді, Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүреді. Ресурстар: арқандар, бөрене. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, сыни ойлау, саралау: үдеріс арқылы, бақылау: тікелей, жанама, ҰОҚ өтілу барысы: 1. Сәлемдесу. 2. Шеңбермен жүру. Қолды жоғары созайық, Шапалақты ұрайық. (қолды жоғары созып шапалақтап жүру) Кәне қолды жазайық, Қарлығашқа ұқсайық Балаларды мадқтау. Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу. 3. Жалпы даму жаттығулары.</p>	

1. Аяқтар алысқа қойылған, қолдар бүйірде.
Басты оң иықтан сол иыққа қарай, сол оңға
қарай иілту. «з-з-з» деп айту. /4 рет қайталау/

2. Аяқтары алысқа қойылған, қолдары бүйірде,
оңға - солға бұрылу, Әр бұрылған сайын
«көрдім» деп айту. /4 рет /

3. Аяқтары алысқа қойылған, Қолды алдыға
созып, оң қолмен сол қолды айқастырып,
қайшылау. /4 рет қайталау/

4. Аяқтарын біріктіру. Қолдарын қоянның
аяғына ұқсату. Орнында секіру.

5) Тыныс алу жаттығуы

Араның дыбысын салу.з-з-з

4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.

Допты (кішкене доптар) алып бір қолымен
себетке лақтыру

Бақылау әдісі: «Жаппай бақылау

5.Құрлымдалған ойын:

«Күн мен түн»

Ойын шарты: Тәрбиеші «күн» дегенде балалар
секіреді, жүгіреді.

«Түн» дегенде ұйықтайды.

Еркін ойын Жанама бақылау.

6. Кері байланыс

Балаларды мадақтау.

06.09.2021
А.А.А.

ЦИКЛОГРАММА
II апта (қыркүйек айы 2021ж.
« Күниуақ » ересек тобы

Өтпелі тақырып « Балабақишада»
Тақырыпша. «Менің достарым»

Күн тәртібі	Дүйсенбі 06.09.2021	Сейсенбі 07.09.2021	Сәрсенбі 08.09.2021	Бейсенбі 09.09.2021	Жұма 10.09.2021
Мектепке дейінгі үй-ым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызмет-тері	<p>Дене шынықтыру. (Б.К) Мақсаты: 50см жоғары көтеріл-ген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіре алады.</p> <p>2. 4-5 сызық арқылы ор- нынан ұзындыққа секіре алады (сызықтардың арақашықтығы 40-50см).</p> <p>3. Бөрене үстімен тепе- теңдікті сақтап алады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіреді, 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіреді, Бөрене үстімен тепе- теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Ресурстар: арқандар, бөрене.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, сыни ойлау, саралау: үдеріс арқылы, бақылау: тікелей, жанама,</p> <p>ҰОҚ өтілу барысы: 1. Сәлемдесу. 2. Шеңбермен жүру. Қолды жоғары созайық, Шапалақты ұрайық, (қолды жоғары созып</p>	<p>Дене шынықтыру. Мақсаты: (Ү.К) Кішкене қатшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүре алады.</p> <p>Ресурстар: Сылдырмақтар, қатшық тар, доға.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, Тікелей бақылау.</p> <p>Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру.</p> <p>Шеңбер бойымен «аюға» ұқсап жүру. Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен жүру. қол жанда, өкшемен жүру жұптасып жүру.</p> <p>Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау</p> <p>Негізгі бөлім: Жалпы даму</p>		<p>Дене шынықтыру. (Б.К) Мақсаты: (Б.К) Кішкене қатшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүре алады.</p> <p>Ресурстар: Сылдырмақтар, қатшықтар, доға.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, Тікелей бақылау.</p> <p>Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру.</p> <p>Шеңбер бойымен «аюға» ұқсап жүру. Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен жүру. қол жанда, өкшемен жүру жұптасып жүру.</p> <p>Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау</p> <p>Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары. Сылдырмақпен Б.қ.: «Кобелек қонды» 1. Аяқтары иық мөлшерінде.</p>	

<p>шапалақтап жүру) Кәне қолды жазайық, Қарлығашқа ұқсайық Балаларды мадқтау. Балаларға таяқшалар беру, бірінің соғынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу.</p> <p>3. Жалпы даму жаттығулары.</p> <p>1. Аяқтар алышақ қойылған, қолдар бүйірде. Басты оң иықтан сол иыққа қарай, сол оңға қарай иілту. «3-3-3» деп айту. /4 рет қайталау/</p> <p>2. Аяқтары алышақ қойылған, қолдары бүйірде, оңға - солға бұрылу, Әр бұрылған сайын «көрдім» деп айту. /4 рет /</p> <p>3. Аяқтары алышақ 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 Араның дыбысын салу.3-3-3</p> <p>4. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. Допты (кішкене доптар) алып бір қолымен себетке лақтыру Бақылау әдісі: «Жанпай бақылау</p> <p>5. Құрлымдалған ойын: «Күн мен түн» Ойын шарты: Тәрбиеші «күн» дегенде балалар секіреді,</p>	<p>жаттығулары. Сылдырмақпен Б.қ.: «Көбелек қонды»</p> <p>1. Аяқтары иық мөлшерінде. Қолдары артта. Иыққа қонған көбелекті көру. басты оңға, солға бұру, «қонды» деп айту. бр Б. қ.: «Жыланның қозғалысы»</p> <p>2. Аяқ иық көлемінде, қолды жанға созу. Жыланның қимылын жасау. иықты ирелеңдете айналдыру. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Қайшы»</p> <p>3. Аяқтар алышақ қойылған, қолдар жан- жақта, қолдарды қайшылау./6 рет / 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 / Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу(ш-ш-ш). Терең</p>	<p>Қолдары артта. Иыққа қонған көбелекті көру. басты оңға, солға бұру, «қонды» деп айту. бр Б. қ.: «Жыланның қозғалысы»</p> <p>2. Аяқ иық көлемінде, қолды жанға созу. Жыланның қимылын жасау. иықты ирелеңдете айналдыру. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Қайшы»</p> <p>3. Аяқтар алышақ қойылған, қолдар жан-жақта, қолдарды қайшылау./6 рет / 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 / Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу(ш-ш- ш). Терең тыныс алып, демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Қимыл- қозғалыс жаттығуы Кішкене қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүру. 4 к моделі, бала үні Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары.</p>
---	--	---

жүгіреді.
«Түн» дегенде ұйықтайды.
Еркін ойын Жанама бақылау.
6. Кері байланыс
Балаларды мадақтау.

тыныс алып, демді шығару.
Бастапқы қалыпқа келу.
Қимыл- қозғалыс жаттығуы
Кішкене қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүру.
4 к моделі, бала үні
Өнім арқылы саралау
Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары.
1.Кішкене қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүру.
2.Доға астынан еңбектеп өту.
Қимылды ойын:
«Қояндар мен қасқыр»
Мақсаты: Балаларды алғырлыққа, қырағылыққа, татулыққа тәрбиелеу. Ептілік қасиеттерін арттыру.
Денсаулықтарын шынықтыру
4 к модельі, бала үні
Мазмұн арқылы саралау
Қорытынды.
Балаларды мадақтау.

1.Кішкене қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүру.
2.Доға астынан еңбектеп өту.
Қимылды ойын:
«Қояндар мен қасқыр»
Мақсаты: Балаларды алғырлыққа, қырағылыққа, татулыққа тәрбиелеу. Ептілік қасиеттерін арттыру.
Денсаулықтарын шынықтыру
4 к модельі, бала үні
Мазмұн арқылы саралау
Қорытынды:
Шеңбер бойы жүру. Еркін жүру. Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүгіру

13.09.2021
Керісу

ЦИКЛОГРАММА
III апта қыркүйек айы 2021ж.
«Күниуақ» ересек тобы

Өтпелі тақырып « Балабақшада»
Тақырыпша. «Менің сүйікті ойыншықтарым»

Күн тәртібі	Дүйсенбі 13.09.2021	Сейсенбі 14.09.2021	Сәрсенбі 15.09.2021	Бейсенбі 16.09.2021	Жұма 17.09.2021
Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызметтері	<p>Дене шынықтыру. (Ү.К) Мақсаты:Тепе-теңдікті сақтау және қол – аяқ бұлшық еттерін нығайту, жаңа қимыл түрлерін жасау арқылы иық, қол – аяқ бұлшық еттерін дамиды. Жаттығу жасау кезінде, денені дұрыс ұстап, көзбен бағдарлай біледі.</p> <p>Ресурстар: Обручтар, текшелер, доп.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, саралау.</p> <p>Кіріспе бөлімі: Сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру.денені тік ұстап секірмелі жүгіріс . табанның ішкі жақтарымен қысқа және алысқа қадаммен жүру. Саптан 4 колонна тұру. Жетелеуші сұрақтар</p>	<p>Дене шынықтыру. (Б.К) Мақсаты:Тепе-теңдікті сақтау және қол – аяқ бұлшық еттерін нығайту, жаңа қимыл түрлерін жасау арқылы иық, қол –аяқ бұлшық еттерін дамиды. Жаттығу жасау кезінде, денені дұрыс ұстап, көзбен бағдарлай біледі.</p> <p>Ресурстар: Обручтар, текшелер, доп.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, саралау.</p> <p>Кіріспе бөлімі: Сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру.денені тік ұстап секірмелі жүгіріс . табанның ішкі жақтарымен қысқа және алысқа қадаммен жүру. Саптан 4 колонна тұру. Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау Жалпы даму жаттығулары «Күн- түн»</p>		<p>Дене шынықтыру. (Ү.К) Мақсаты: Сапқа тұру, жүру, зал ішінде шашыраңқы жүгіруге, өз орындарын тауып дұрыс тұра білуді, жалпы даму жаттығуларын және негізгі қимыл – қозғалыс жаттығуларын дұрыс жасай біледі.</p> <p>Ресурстар: Арқан, обруч</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, Тікелей бақылау.</p> <p>ҰОҚ ӨТІЛУ БАРЫСЫ</p> <p>Кіріспе бөлімі: Сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап тізені шапалақтай жүгіру . Қол бүйірде, аяқтың ұшымен жүру.өкшемен жүру. тізені бүгіп жүру. Сапқа тұру. 4 колонна тұру. Жалпы даму жаттығулары: 1.«Торғай ұшты» Аяқты алысқа қоямыз, қолымыз жанға созу, басты оңнан солға</p>	

	<p><i>арқылы бақылау</i> Жалпы даму жаттығулары «Күн- түн» 1. Аяқтар алишақ 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 «Илгіштер» 2. Аяқтар алишақ қойылған, қолдар жанда, 1-2 - оң аяқтың тізесін сәл бүгін оңға қарай иілеміз, 3-4 – сол аяқтың тізесін сәл бүгін солға иілу. 6 рет «Балапан қанатын қақты» 3. Аяқтарды біріктіреміз, қолдарын кеуде тұсына ұстап, 1-3 алақанды жұмып-ашу, 4-6- шынтақты жоғары- төмен көтеру, 6-р «Айнаны сұрту» 4. Аяқтарды біріктіреміз, қолдарын кеуде тұсына ұстап, 1-4 алақанды ашып отырып-тұрып айнаны сұрту қимылын көрсетеміз. 5-6 қолды жоғары созып шапалақтаймыз. 6-р</p>	<p>1. Аяқтар алишақ 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 «Илгіштер» 2. Аяқтар алишақ қойылған, қолдар жанда, 1-2 - оң аяқтың тізесін сәл бүгін оңға қарай иілеміз, 3-4 – сол аяқтың тізесін сәл бүгін солға иілу. 6 рет «Балапан қанатын қақты» 3. Аяқтарды біріктіреміз, қолдарын кеуде тұсына ұстап, 1-3 алақанды жұмып-ашу, 4-6- шынтақты жоғары- төмен көтеру, 6-р «Айнаны сұрту» 4. Аяқтарды біріктіреміз, қолдарын кеуде тұсына ұстап, 1-4 алақанды ашып отырып-тұрып айнаны сұрту қимылын көрсетеміз. 5-6 қолды жоғары созып шапалақтаймыз. 6-р «Көбелек ұстау» 5. Аяқтарын алишақ, қолды жанға созу. Секіріп аяқты біріктіру. Қолды жоғары созып, шапалақтау. 6-р Б.қ.: «Серіппе» 6. Аяқтарын біріктіру. Қолдары белде. 1- тізені бүгін</p>		<p>қарай, төмен- жоғары бұру 2. «Баспалдақ» Аяқты алишақ қоямыз, қолымыз жанда, 1- 2 қолды белге қоямыз, 3-4 иыққа, 5-6 жоғары созамыз, 7-8 – шапалақтаймыз. Керісінше қайталаймыз. 5-6 р 3. «Арқан созу» Аяқты алишақ, қолымызды кеуде тұсына қоямыз, 1- оң қолымызды жоғары, 2- сол қолды төменге қарай созу. 3-4 қимылды керісінше жасау. /6 рет қайталау/ 4. «Гүлдің ашылуы» Аяқтары алишақ қойылған. Қол төменде, аяқтың ұшымен тұру, қолды жоғары созу. (6-рет қайталау.) 5. «Тырна» Аяқтарын біріктіру. Оң аяқты бүгін, орнында секіру. Сол аяқты /10-15 секунд/ Тыныс алу жаттығулары: мұрын арқылы демді ішке жұтып, ауыздан демді шығарады. Еркін жүру. Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүру. 4К моделі, креативтілік дағды. Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы Негізгі қимыл-жаттығулары: 1. Шеңбер бойымен аяқтың ұшымен жүру. 2. Арқанның астымен нысанға</p>	
--	---	---	--	--	--

<p>«Көбелек ұстау» 5. Аяқтарын алысқа, қолды жанға созу. Секіріп аяқты біріктіру. Қолды жоғары созып, шапалақтау. 6-р Б.қ.: «Серіппе» 6. Аяқтарын біріктіру. Қолдары белде. 1- тізені бүгіп отыру, 2- б.қ. Тыныс алу жаттығулары: араның дыбысын салу, мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар 1. Текшелер арасымен жүру 2. Обручтан обручқа секіру. 4 к. моделі, бала үні Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау Қимылды ойын: «Доп қақпаға» Мақсаты: балаларды анық қимылдауға жаттықтыру. <i>Бала үні, тікелей бақылау.</i> Қорытынды: шеңбер бойы жүру. Қатарға тұру. Сұрақ-жауап .Балаларды мадақтау.</p>	<p>отыру, 2- б.қ. Тыныс алу жаттығулары: араның дыбысын салу, мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар 1. Текшелер арасымен жүру 2. Обручтан обручқа секіру. 4 к. моделі, бала үні Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау Қимылды ойын: «Доп қақпаға» Мақсаты: балаларды анық қимылдауға жаттықтыру. <i>Бала үні, тікелей бақылау.</i> Қорытынды: шеңбер бойы жүру. Қатарға тұру. Сұрақ-жауап .Балаларды мадақтау</p>		<p>дейін еңбектеу. Қимылды ойын: «Мысық тышқан» Ойын шартымен таныстыру. <i>Командада жұмыс, бала үні</i> Қорытынды: Сұрақ – жауап Балаларды мадақтау</p>	
---	--	--	--	--

20.09.2022
Келісімі

ЦИКЛОГРАММА
ІУ апта қыркүйек айы 2021ж.
«Күнишауақ» ересек тобы

Өтпелі тақырып « Балабақшада»
Тақырыпша. «Жиһаздар»

Күн тәртібі	Дүйсенбі 20.09.202	Сейсенбі 21.09.2021	Сәрсенбі 22.09.2021	Бейсенбі 23.09.2021	Жұма 24.09.2021
Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызметтері	<p>Дене шынықтыру. (Б.К) Мақсаты: Сапқа тұру, жүру, зал ішінде шашыраңқы жүзгіруге, өз орындарын тауып дұрыс тұра білуді, жалпы даму жаттығуларын және негізгі қимыл – қозғалыс жаттығуларын дұрыс жасай біледі.</p> <p>Ресурстар: Арқан, обруч Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, Тікелей бақылау. ҰОҚ ӨТІЛУ БАРЫСЫ Кіріспе бөлімі: Сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап тізені шапалақтай жүзгіру. Қол бүйірде, аяқтың ұшымен жүру.өкшемен жүру. тізені бүгіп жүру. Сапқа тұру. 4 колонна тұру. Жалпы даму жаттығулары: 1.«Торғай ұшты» Аяқты алысқа қоямыз, қолымыз жанға созу, басты оңнан солға қарай, төмен- жоғары бұру 2.«Баспалдақ»</p>	<p>Дене шынықтыру (Ү.К) Мақсаты:Түрлі бағытта жүру, алға жылжи отырып секіру және допты оң және сол қолымен алысқа лақтыру дағдыларын біледі.</p> <p>Ресурстар: Гимнас орындық, обручтар. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, ҰОҚ өтілу барысы: 1.Балалармен амандасу. «Пойыз» ойыны. Балаларға үлкен себеттегі доптарды көрсету. Доптарды балалардың өздеріне алғызып, бірінің соңынан бірін жүргізіп, шеңберге тұрғызу. 2.Жалпы даму жаттығулары: 1. Басқа арналған жаттығулар</p>		<p>Дене шынықтыру (Б.К) Мақсаты:Түрлі бағытта жүру, алға жылжи отырып секіру және допты оң және сол қолымен алысқа лақтыру дағдыларын біледі.</p> <p>Ресурстар: Гимнас орындық, обручтар. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, ҰОҚ өтілу барысы: 1.Балалармен амандасу. «Пойыз» ойыны. Балаларға үлкен себеттегі доптарды көрсету. Доптарды балалардың өздеріне алғызып, бірінің соңынан бірін жүргізіп, шеңберге тұрғызу. 2.Жалпы даму жаттығулары: 1. Басқа арналған жаттығулар 1. Алға 2. Бастапқы қалыпқа келу 3. Артқа ию 4. бастапқы қалыпқа келу (2 - рет) 2. Иыққа арналған жаттығулар</p>	

Аяқты алысқа қоямыз, қолымыз жанда, 1- 2 қолды белге қоямыз, 3-4 иыққа, 5-6 жоғары созамыз, 7-8 – шапалақтаймыз. Керісінше қайталаймыз. 5-6 р

3. «Арқан созу»

Аяқты алысқа, қолымызды кеуде тұсына қоямыз, 1- оң қолымызды жоғары, 2- сол қолды төменге қарай созу. 3-4 қимылды керісінше жасау. /6 рет қайталау/

4. «Гүлдің ашылуы»

Аяқтары алысқа қойылған. Қол төменде, аяқтың ұшымен тұру, қолды жоғары созу. (6-рет қайталау.)

5. «Тырна»

Аяқтарын біріктіру. Оң аяқты бүгін, орнында секіру. Сол аяқты /10-15секунд/

Тыныс алу жаттығулары:

мұрын арқылы демді ішке жұтып, ауыздан демді шығарады.

Еркін жүру. Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүру.

4К моделі, креативтілік дағды.

Өнім арқылы саралау

Жетелеуші сұрақтар арқылы

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1. Шеңбер бойымен аяқтың ұшымен жүру.

2. Арқанның астымен нысанаға дейін еңбектеу.

Қимылды ойын:

1. Алға
2. Бастапқы қалыпқа келу
3. Артқа ию
4. бастапқы қалыпқа келу (2 - рет)

2. Иыққа арналған жаттығулар

1. Оң иықты көтеру.
2. Бастапқы қалып
3. Сол иықты көтеру
4. бастапқы қалыпқа келу (2 рет)

3. Қолға арналған жаттығулар

1. Қолды алға созу
2. Жоғары созу
3 Жанға созу
4 Бастапқы қалыпқа келу (2 рет)

4. Белге арналған жаттығулар

1. Оңға иілу
2. Бастапқы қалыпқа келу
3. Солға иілу
4. Бастапқы қалыпқа келу

5. Аяққа арналған жаттығулар

1. аяқты қосу
2. тізені бұзу
3. Бастапқы қалыпқа келу
тыныс алу жаттығуы
4 к моделі, бала үні

1. Оң иықты көтеру.

2. Бастапқы қалып

3. Сол иықты көтеру

4. бастапқы қалыпқа келу (2 рет)

3. Қолға арналған жаттығулар

1. Қолды алға созу

2. Жоғары созу

3 Жанға созу

4 Бастапқы қалыпқа келу (2 рет)

4. Белге арналған жаттығулар

1. Оңға иілу

2. Бастапқы қалыпқа келу

3. Солға иілу

4. Бастапқы қалыпқа келу

5. Аяққа арналған жаттығулар

1. аяқты қосу

2. тізені бұзу

3. Бастапқы қалыпқа келу

тыныс алу жаттығуы

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы арқылы саралау
Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау

3. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары:

-Гимнастикалық орындық

үстімен жүру.

-Обручтан-обручка секіру.

4.Қимылды ойын:«Мысық пен тышиқан»Мақсаты: балаларды ептілікке, шапшаңдыққа баулу.

	<p>«Мысық тышқан» Ойын шартымен таныстыру. Командада жұмыс, бала үні Қорытынды: Сұрақ – жауап Балаларды мадақтау</p>	<p>Өнім арқылы арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау 3. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары: -Гимнастикалық орындық үстімен жүру. -Обручтан-обручқа секіру. 4.Қимылды ойын:«Мысық пен тышқан»Мақсаты: балаларды ептілікке, шатшаңдыққа баулу. Командамен жұмыс, тікелей бақылау. 5. Қорытынды. Балаларды мадақтау</p>		<p>Командамен жұмыс, тікелей бақылау. 5. Қорытынды. Балаларды мадақтау</p>	
--	---	---	--	--	--

27.09.2022
Корсет

ЦИКЛОГРАММА
Ү апта қыркүйек айы 2021ж.
«Күншуақ» ересек тобы

Өтпелі тақырып « Балабақшада»
Тақырыпша. «Жиһаздар»

Күн тәртібі	Дүйсенбі 27.09.202	Сейсенбі 28.09.2021	Сәрсенбі 29.09.2021	Бейсенбі 30.09.2021	Жұма 01.11.2021
Мектепке дейінгі ұйым кестесі бойынша ұйымдастырылған оқу қызметтері	<p>Дене шынықтыру. (Б.К) Мақсаты: Сапқа тұру, жүру, зал ішінде шашыраңқы жүзгіруге, өз орындарын тауып дұрыс тұра білуді, жалпы даму жаттығуларын және негізгі қимыл – қозғалыс жаттығуларын дұрыс жасай біледі.</p> <p>Ресурстар: Арқан, обруч Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, Тікелей бақылау.</p> <p>ҰОҚ ӨТІЛУ БАРЫСЫ Кіріспе бөлімі: Сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап тізені шапалақтай жүзгіру. Қол бүйірде, аяқтың ұшымен жүру. өкшемен жүру. тізені бүгіп жүру. Сапқа тұру. 4 колонна тұру. Жалпы даму жаттығулары: 1. «Торғай ұшты» Аяқты ашақ қоямыз, қолымыз жанға созу, басты оңнан солға қарай, төмен- жоғары бұру 2. «Баспалдақ»</p>	<p>Дене шынықтыру (Ү.К) Мақсаты: Түрлі бағытта жүру, алға жылжи отырып секіру және допты оң және сол қолымен алысқа лақтыру дағдыларын біледі.</p> <p>Ресурстар: Гимнас орындық, обручтар. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, ҰОҚ өтілу барысы: 1. Балалармен амандасу. «Пойыз» ойыны. Балаларға үлкен себеттегі доптарды көрсету. Доптарды балалардың өздеріне алғызып, бірінің соңынан бірін жүргізіп, шеңберге тұрғызу. 2. Жалпы даму жаттығулары: 1. Басқа арналған жаттығулар 1. Алға 2. Бастапқы қалыпқа келу 3. Артқа ию 4. бастапқы қалыпқа келу (2 - рет) 2. Иыққа арналған жаттығулар</p>		<p>Дене шынықтыру (Б.К) Мақсаты: Түрлі бағытта жүру, алға жылжи отырып секіру және допты оң және сол қолымен алысқа лақтыру дағдыларын біледі.</p> <p>Ресурстар: Гимнас орындық, обручтар. Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, ҰОҚ өтілу барысы: 1. Балалармен амандасу. «Пойыз» ойыны. Балаларға үлкен себеттегі доптарды көрсету. Доптарды балалардың өздеріне алғызып, бірінің соңынан бірін жүргізіп, шеңберге тұрғызу. 2. Жалпы даму жаттығулары: 1. Басқа арналған жаттығулар 1. Алға 2. Бастапқы қалыпқа келу 3. Артқа ию 4. бастапқы қалыпқа келу (2 - рет) 2. Иыққа арналған жаттығулар</p>	

Аяқты алысқа қоямыз, қолымыз жанда, 1-2 қолды белге қоямыз, 3-4 иыққа, 5-6 жоғары созамыз, 7-8 – шапалақтаймыз. Керісінше қайталаймыз. 5-6 р

3. «Арқан созу»

Аяқты алысқа, қолымызды кеуде тұсына қоямыз, 1- оң қолымызды жоғары, 2- сол қолды төменге қарай созу. 3-4 қимылды керісінше жасау. /6 рет қайталау/

4. «Гүлдің ашылуы»

Аяқтары алысқа қойылған. Қол төменде, аяқтың ұшымен тұру, қолды жоғары созу. (6-рет қайталау.)

5. «Тырна»

Аяқтарын біріктіру. Оң аяқты бүгіп, орнында секіру. Сол аяқты /10-15секунд/

Тыныс алу жаттығулары:

мұрын арқылы демді ішке жұтып, ауыздан демді шығарады.

Еркін жүру. Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүру.

4К моделі, креативтілік дағды.

Өнім арқылы саралау

Жетелеуші сұрақтар арқылы

Негізгі қимыл-жаттығулары:

1. Шеңбер бойымен аяқтың ұшымен жүру.

2. Арқанның астымен нысанаға дейін еңбектеу.

Қимылды ойын:

1. Алға
2. Бастапқы қалыпқа келу
3. Артқа ию
4. бастапқы қалыпқа келу (2 - рет)

2. Иыққа арналған жаттығулар

1. Оң иықты көтеру.
2. Бастапқы қалып
3. Сол иықты көтеру
4. бастапқы қалыпқа келу (2 рет)

3. Қолға арналған жаттығулар

1. Қолды алға созу
2. Жоғары созу
3. Жанға созу
4. Бастапқы қалыпқа келу (2 рет)

4. Белге арналған жаттығулар

1. Оңға иілу
2. Бастапқы қалыпқа келу
3. Солға иілу
4. Бастапқы қалыпқа келу

5. Аяққа арналған жаттығулар

1. аяқты қосу
2. тізені бұғу
3. Бастапқы қалыпқа келу

тыныс алу жаттығуы
4 к моделі, бала үні

1. Оң иықты көтеру.
2. Бастапқы қалып
3. Сол иықты көтеру
4. бастапқы қалыпқа келу (2 рет)

3. Қолға арналған жаттығулар

1. Қолды алға созу
2. Жоғары созу
3. Жанға созу
4. Бастапқы қалыпқа келу (2 рет)

4. Белге арналған жаттығулар

1. Оңға иілу
2. Бастапқы қалыпқа келу
3. Солға иілу
4. Бастапқы қалыпқа келу

5. Аяққа арналған жаттығулар

1. аяқты қосу
2. тізені бұғу
3. Бастапқы қалыпқа келу

тыныс алу жаттығуы

4 к моделі, бала үні

Өнім арқылы арқылы саралау
Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау

3. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары:

-Гимнастикалық орындық үстімен жүру.

-Обручтан-обручқа секіру.

4. Қимылды ойын: «Мысық пен тышқан» Мақсаты: балаларды ептілікке, шапшаңдыққа баулу.

<p>«Мысық тышқан» Ойын шартымен таныстыру. Командада жұмыс, бала үні Қорытынды: Сұрақ – жауап Балаларды мадақтау</p>	<p>Өнім арқылы арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау 3. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары: -Гимнастикалық орындық үстімен жүру. -Обручтан-обручқа секіру. 4.Қимылды ойын:«Мысық пен тышқан»Мақсаты: балаларды ептілікке, шатшаңдыққа баулу. Командамен жұмыс, тікелей бақылау. 5. Қорытынды. Балаларды мадақтау</p>			<p>Командамен жұмыс, тікелей бақылау. 5. Қорытынды. Балаларды мадақтау</p>	
---	--	--	--	--	--