

Тәрбие-білім беру үдерісінің циклограммасы
«Біртұтас тәрбие бағдарламасы» бойынша ай тақырыбы: «Еңбекқорлық пен кәсібилік»
Апта дәйексөзі: «Ел-жұртымның бақыты аталатын, сөнбесін мәңгі сенің, Отан, атың!»

Білім беру ұйымы – «Балауса» бөбекжай балабақшасы

Топ – Аралас тобы «Балдырған»

Балалар жасы - 1-4 жас

Пәні: Дене шынықтыру

Жоспардың құрылу кезеңі: 30 қыркүйек - 04 қазан

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 30.09.2024	Сейсенбі 01.10.2024	Сәрсенбі 02.10.2024	Бейсенбі 03.10.2024	Жұма 04.10.2024
Таңғы жаттығуға дайындық	8.55	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау				
«Балдырған» аралас тобы	09.00-09.10	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ № 6 КЕШЕН (Жалаушамен) <i>Кіріспе бөлімі:</i> Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жеңіл жүгіру. еңкейтілген тақтайшамен жоғары, төмен жүру. екі жалауша алып, шеңберге тұру. <i>Негізгі бөлім:</i> Б.қ.: «Желбіреді жалау» 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. /6 рет қайталау/ Б. қ.: «Суда жүзу» 2. Аяқтары ашақ қойылған, жалаушалар жанға созу. Иықты қозғап, суда жүзу қимылын жасау. / 6 рет қайталау/ Б.қ.: «Айқастыр» 3. Аяқты ашақ қоямыз. Жалаушалар төменде. Оң қолдағы жалаушаны сол иыққа апару, сол қолдағы жалаушаны оң иыққа апару. «айқасты» деп айту. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Құламағайлар» 4. Аяқты ашақ қоямыз. Жалаушалар белде. Алдыға қарай еңкею, артқа шалқаю. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Серіппе» 5. Аяқтарын ашақ қою, жалауша төменде. Орында тұрып «серіппе» секілді секіру. /15-20 секунд/ Тыныс алу жаттығулары: «Отын» - балалар ағаш шауып жатқан тәрізді болады.мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке		Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау				

дайындық.						
Ұйымдастырылған іс-әрекет	10.40-11.00 11.00-11.20	11.00-11.20 «Балдырған» аралас тобы «Көлбеу қойылған тактай үстімен жүру» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Максаты: Көлбеу қойылған тактай үстінде жүруге үйрету. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету; балалардың бір-біріне көңіл аударуына, ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу. Еркін ойын: «Ұядағы құстар». Күтілетін нәтиже: көлбеу қойылған тактай үстінде жүруді біледі.	10.40-11.00 «Балдырған» аралас тобы «Доп». Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Максаты: Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. Үш метрден он метрге дейін қайталаманды (челночный) жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Еркін ойын: «Ұядағы құстар». Күтілетін нәтиже: үш метрден он метрге дейін қайталамалы жүгіре алады.		10.40-11.00 «Балдырған» аралас тобы «Жатып орындайтын жаттығулар». Жатып орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Максаты: Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. Іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру. Еркін ойын: «Ұядағы құстар». Күтілетін нәтиже: ойынның шарттарын сақтайды	

Тексерілді: 27.09.2024
Әдіскер: @kaf

Жоспардың құрылу кезеңі: 07-11 қазан

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 07.10.2024	Сейсенбі 08.10.2024	Сәрсенбі 09.10.2024	Бейсенбі 10.10.2024	Жұма 11.10.2024
Таңғы жаттығуға дайындық	8.55	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау				
«Балдырған» аралас тобы	09.00- 09.10	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ № 7 КЕШЕН (таяқшамен, әуенмен) <i>Кіріспе бөлімі:</i> Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру. Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүру. аяқтың ішімен жүру. Шеңбер бойымен жай жүру. Шеңбер бойымен тұру. (таяқшаны үстел үстінен бір- бірден алу) <i>Негізгі бөлім:</i> Б.қ.: «Мысық оянды » 1. Аяқтары ашақ 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 ашақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» сөзу қимылын жасау «түк-түк-түк»- деп айту. /6 рет қайталау/ 3. Аяқты ашақ қоямыз, таяқша төменде қолдарымен ұстау, оңға, солға бұрылу . /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Дәл тигіз» 4. Аяқтары ашақ қойылған, таяқшаны кеуденің тұсында. Бүгілген оң аяқты көтеру, тізені таяқшаға тигізу. Арқаны түзу ұстау. Сол жақпен дәл солай қайталау. /6 рет / Б.қ.: «Қоңілді таяқша» Терең тыныс алып, демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. <i>Қорытынды:</i> Маришпен шеңбер бойы жүру. Еркін жүру.(таяқшаны үстел үстіне қою) Қолды жанға созып, аяқтың ішімен жүру.				
Ұйымдастыр ылған іс- әрекетке дайындық.		Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау				
		11.00-11.20 «Балдырған» аралас тобы «Цирктегі жануарлар» Заттарсыз орындалатын жалпы	10.40-11.00 «Балдырған» аралас тобы «Дога» Заттарсыз орындалатын жалпы		10.40-11.00 «Балдырған» аралас тобы «Цирктегі жануарлар»	

Ұйымдастыр ылған іс- әрекет	10.40- 11.00 11.00- 11.20	дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулар. Максаты: ұзындыққа бір орында тұрып, аяқпен неғұрлым күшті серпіле секіруге үйрету. Шектелген алаңмен тепе-теңдік сақтай жүруді бекіту. Сап- тізбекке бойына қарай тұру. Дене түзілісінің дұрыс қалыптасуын қадағалау. Аяқ бұлшықеттерін дамыту, музыка ырғағына сәйкес табиғи, еркін қимыл жасауға талпындыру. Еркін ойын: «Бермеймін». Күтілетін нәтиже: ұзындыққа бір орында тұрып, аяқпен неғұрлым күшті серпіле секіре алады	дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулар. Максаты: ұзындыққа бір орында тұрып, аяқпен неғұрлым күшті серпіле секіруге үйрету. Шектелген алаңмен тепе-теңдік сақтай жүруді бекіту. Сап-тізбекке бойына қарай тұру. Дене түзілісінің дұрыс қалыптасуын қадағалау. Аяқ бұлшықеттерін дамыту, музыка ырғағына сәйкес табиғи, еркін қимыл жасауға талпындыру. Еркін ойын: «Бермеймін». Күтілетін нәтиже: біртіндеп доғаға тимей, 3 доғаның астынан еңбектеп өте алады.		Заттарсыз орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары. Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулар. Максаты: допты қақпа арқылы домалатуға үйрету. Шектелген алаңмен тепе-теңдік сақтай жүруді бекіту. Сап- тізбекке бойына қарай тұру. Дене түзілісінің дұрыс қалыптасуын қадағалау. Аяқ бұлшықеттерін дамыту, музыка ырғағына сәйкес табиғи, еркін қимыл жасауға талпындыру. Еркін ойын: «Қонжық көпірмен келеді». Күтілетін нәтиже: допты қақпаға домалатып кіргізуді біледі.	
---	---	---	---	--	--	--

Тексерілді: 04.10.2024 ж.
Әдіскер: [signature]

Апта дәйексөзі: «Отанды сүю –отбасынан басталады!»

Жоспардың құрылу кезеңі: 14- 18 қазан

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 14.10.2024	Сейсенбі 15.10.2024	Сәрсенбі 16.10.2024	Бейсенбі 17.10.2024	Жұма 18.10.2024
Таңғы жаттығуға дайындық	8.55	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау				
«Балдырған» аралас тобы	09.00-09.10	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ № 8 КЕШЕН (бүбеммен) <i>Кіріспе бөлімі:</i> <i>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</i> <i>Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру.</i> <i>Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүру.</i> <i>Табанның ішкі жақтарымен қысқа және алысқа қадаммен жүру.</i> <i>Шеңбер бойымен маршпен жүру.</i> <i>1 сапқа тұру. (таяқшаны үстел үстінен бір- бірден алу)</i> <i>1 саптан 4 лекке (колонна) тұру.</i> <i>Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</i> <i>Негізгі бөлім:</i> <i>Б.қ.: «Сағаттар»</i> <i>1. Аяқтары алысқа, таяқша белде. «Тик-так» сөзін айтып басты оңға, солға қозғалту. / 6 рет қайталау/</i> <i>Б. қ.: «Су тасушы»</i> <i>2. Аяқтары алысқа қойылған, таяқша иықта, иықты кезек көтеру. /6 р/</i> <i>Б.қ.: «Терезе»</i> <i>3. Аяқтары алысқа қойылған қолға таяқшаны алып, аяқты айқастыра тұрып, денені оңға-солға бұрады./6 рет қайталау/</i> <i>Б.қ.: «Атлет»</i> <i>4. Аяқтар алысқа қойылған, таяқша кеуде тұсында.1- отырады, арқаны түзу ұстап, екі қолмен таяқшаны алға қарай көтереді, тұрып қолды төмен түсіреді. /6 рет қайталау/</i> <i>Б.қ.: «Құтқарушы таяқшасы»</i> <i>Тыныс алу жаттығулары: «Ботқа пісты» мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу.</i> <i>Қорытынды:</i> <i>4 лектен (колонна) бір саппен шеңбер бойы жүру</i> <i>/таяқшаларды үстел үстіне қою/ Маршпен жүру.</i>				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық.		Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау				
Ұйымдастырылған іс-әрекет		<u>11.00-11.20</u> «Балдырған» аралас тобы	<u>10.40-11.00</u> «Балдырған» аралас тобы		<u>10.40-11.00</u> «Балдырған» аралас тобы	«Еңбектеу мен

		«Бастаушыны (жүргізушіні) ауыстырып жүру және секіру» Орамалмен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-козғалыс жаттығулар. Максаты: Бір орында тұрып секіруге жаттықтыру. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам әрекет етуге үйрету. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеуді қайталау. Еркін ойын: «Күн мен жаңбыр». Күтілетін нәтиже: бастаушыны (жүргізушіні) ауыстырып жүру және секіруді біледі.	«Еңбектеу мен доға немесе білте таяқтың (рейка) астынан өту». Орамалмен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-козғалыс жаттығулар. Максаты: Еңбектеу мен доғаның астынан өтуді кезектестіріп орындауды үйрету; бір орында тұрып, ұзындыққа секіруді жетілдіру. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам әрекет етуге үйрету. Көлденең тұрған нысанаға затты лақтырып жаттықтыру. Еркін ойын: «Көпіршік». Күтілетін нәтиже: бір орында тұрып ұзындыққа секіру шарттарын біледі.		доға немесе білте таяқтың (рейка) астынан өту». Орамалмен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-козғалыс жаттығулар Максаты: Еңбектеу мен доғаның астынан өтуді кезектестіріп орындауды үйрету. Бір орында тұрып, ұзындыққа секіруді жетілдіру. Көлденең тұрған нысанаға затты лақтырып жаттықтыру. Еркін ойын: «Көпіршік» Күтілетін нәтиже: көлденең тұрған нысанаға затты лақтыруды біледі.	
--	--	---	--	--	---	--

Тексерілді:
Әдіскер:

11.10.2024 г.
@kaf

Апта дәйексөзі: «Отаным - алтын бесігім!»

Жоспардың құрылу кезеңі: 21- 25 қазан

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 21.10.2024	Сейсенбі 22.10.2024	Сәрсенбі 23.10.2024	Бейсенбі 24.10.2024	Жұма 25.10.2024
Таңғы жаттығуға дайындық	8.55	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау				
«Балдырған» аралас тобы	09.00-09.10	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ № 9 КЕШЕН (лентамен, әуенмен) <i>Кіріспе бөлімі:</i> <i>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</i> <i>Шеңбер бойымен марш екпінмен жүру. Қол бүйірде, аяқтың сыртымен жүру.</i> <i>Қол бүйірде, аяқтың ішімен жүру.</i> <i>Шеңбер бойымен екі жаққа шұғыл бұрылып жүру, еркін жүру.</i> <i>1 сапқа тұру. / сапқа тұрарда себеттен екі лентадан алу/</i> <i>1 саптан 4 лекке (колонна) тұру.</i> <i>Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</i> <i>Негізгі бөлім:</i> <i>Б.қ.: «Биші»</i> <i>2. Аяқтары алиақ қойылған, оң қолдағы лентаны – жоғарыға, сол жақтағыны – төменге сермен отырып ауыстыру. /5 рет қайталау./</i> <i>Б.қ.: «Бұйрықты орында»</i> <i>4. Аяқтарын алышқ қою, ленталар екі жақта. Қолдары төменде. «Ал», «қой» - дегенде тез алып қою керек. /6 рет қайталау./</i> <i>Б.қ.: «Көңілді аяқтар»</i> <i>5. Аяқтарын алиақ қою, ленталар жанда; 8- рет маршпен жүру, 10- рет секіру.</i> <i>Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу (ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығару.</i> <i>Қорытынды:</i> <i>4 лектен (колонна) 1 саппен шеңбер бойы маршпен жүру.</i> <i>/ленталарды себетке салу/</i> <i>Шеңбер бойымен қолды әр түрлі жағдайда ұстап, кең қадаммен жүгіру.</i>				
		Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық.						
		11.00-11.20 «Балдырған» аралас тобы	10.40-11.00 «Балдырған» аралас тобы «Оң және сол қолмен		10.40-11.00 «Балдырған» аралас тобы «Оң және сол қолмен	

Ұйымдастырылған іс-әрекет	10.40-11.00 11.00-11.20	«Тепе-теңдікті сақтау». Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту. Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. Қимыл-қозғалыс үйлесімді ету қабілетін дамыту. Еркін ойын: «Нысанаға дәл тигізу». Күтілетін нәтиже: тепе-теңдікті сақтап жүруді біледі.	лақтыру». Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Көлденен қойылған нысанаға затты лақтыруды үйрету. Балаларды зерек болуға және бір-біріне қажетіне қарай көмек беруге үйрету. Бір орында тұрып, ұзындыққа секіруге үйрету; көзбен мөлшерлей біту дағдысын және қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамытуға ықпал ету. Еркін ойын: «Қоңыздар». Күтілетін нәтиже: бір орында тұрып ұзындыққа секіру шарттарын біледі.		лақтыру». Текшемен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар Мақсаты: Көлденен қойылған нысанаға затты лақтыруды үйрету. Негізгі қасиеттерді – шапшандық, ептілікті дамыту. Көзбен мөлшерлей біту дағдысын және қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамытуға ықпал ету. Еркін ойын: «Қоңыздар» Күтілетін нәтиже: оң және сол қолмен көлденең лақтыруды біледі.	
---------------------------	----------------------------	---	--	--	---	--

Тексерілді:
Әдіскер:

18.10.2024г
@kaf

Апта дәйексөзі: «Отаным - алтын бесігім!»

Жоспардың құрылу кезеңі: 28 қазан- 01 қараша

Күн тәртібі	Уақыты	Дүйсенбі 28.10.2024	Сейсенбі 29.10.2024	Сәрсенбі 30.10.2024	Бейсенбі 31.10.2024	Жұма 01.11.2024
Таңғы жаттығуға дайындық	8.55	Таңғы жаттығуға атрибуттарды дайындау				
«Балдырған» аралас тобы	09.00-09.10	ТАҢҒЫ ЖАТТЫҒУ № 10 КЕШЕН (құралсыз, әуенмен) <i>Кіріспе бөлімі:</i> <i>Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау.</i> <i>Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен шеңбер бойымен жүгіру.</i> <i>Қол жанда, окшемен жүру.</i> <i>Шеңбер бойы ауыстырмалы қадаммен жүру.</i> <i>Шеңбер бойымен жай жүру.</i> <i>Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау.</i> <i>Негізгі бөлім:</i> <i>Б.қ.: «Буратино» ойыны</i> <i>1. Аяқты алшақ қоямыз, Буратиноға әдемі мұрын жасаймыз.</i> <i>Буратино мұрнымен «күн» салады. /5 рет қайталау/</i> <i>Б.қ.: «Гүлдің ашылуы»</i> <i>3. Аяқтары алшақ қойылған. Қол төменде, аяқтың ұшымен тұру, қолды жоғары созу. (6- рет қайталау.)</i> <i>Б.қ.: «Доп тебу»</i> <i>4. Орнында тұрып, қол белде, аяқты алдыға кезек серпіп секіру. /15-20 сек/</i> <i>Б. қ.: «Көңілді көжек»</i> <i>5. Аяқтарын біріктіру. Қолдарын қоянның аяғына ұқсатып, орнында секіру. /10-15секунд/</i> <i>Тыныс алу жаттығулары: «Ботқа пысты» мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. «пы-ых, пы-ых ,пы-ых» деп айту.</i> <i>Бастапқы қалыпқа келу.</i> <i>Қорытынды:</i> <i>Шеңбер бойы еркін жүру.</i> <i>Дабыл бойынша шеңберді айнала аяқ ұшымен жүгіру.</i> <i>Маршпен жүру.</i>				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық.		Ұйымдастырылған іс-әрекетке құрал- жабдықтарды, атрибуттарды дайындау				
Ұйымдастырылған		<u>11.00-11.20 «Балдырған»</u>	<u>10.40-11.00 «Балдырған»</u>		<u>10.40-11.00 «Балдырған»</u>	

іс-әрекет		аралас тобы	аралас тобы		аралас тобы	
	10.40-11.00 11.00-11.20	«Орманға пойызбен саяхат» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: еденге салынған резеңке кілемше үстімен төрттағадап алақан мен табанға сүйеніп, еденде еңбектеуге үйрету. Допты екі қолмен кеуде тұсынан қолдарын екпінді қимылмен жаза лақтыруға үйрету. Еркін ойын: «Көпірден еңбектеп өту». Күтілетін нәтиже: еденге қойылған тақтаймен алақан мен тізеге сүйеніп еңбектеуді біледі	«Тиінге қонаққа барамыз» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: Екі аяқпен бәр мезгілде серпіле қос аяқтап алға жылжи секіру және жерге жеңіл, аяқтың ұшымен қонуға үйрету. Қимылды белгілі тәсілмен, белгілегін бағытта нұсқау бойынша бастап, орындап, аяқтауға тәрбиелеу, музыкаға деген әсерлеушілік сезімін бекіту. Дене бәтімнің дұрыс дамуын қадағалау. Еркін ойын: «Шеңбердегі доп». Күтілетін нәтиже: қимыл-қозғалысты белгі бойынша орындау керектігін біледі.		«Орманға пойызбен саяхат» Доппен орындалатын жалпы дамытушы жаттығулары Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар. Мақсаты: еденге салынған резеңке кілемше үстімен төрттағадап алақан мен табанға сүйеніп, еденде еңбектеуге үйрету. Допты екі қолмен кеуде тұсынан қолдарын екпінді қимылмен жаза лақтыруға үйрету. Еркін ойын: «Көпірден еңбектеп өту». Күтілетін нәтиже: еденге қойылған тақтаймен алақан мен тізеге сүйеніп еңбектеуді біледі	

Тексерілді:
Әдіскер:

24.10.2024 г.
@kef-