

Тексерілді
«Балапан» МДҰ МКҚК

Әдіскері
 С.Х. Байдаuletова

Дене шынықтырудан тәрбиелеу – білім беру процесінің циклограммасы

«Күн шуақ» ортаңғы топ

2021-2022 оқу жылы

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Мурзабеков А.Т

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі 01-03 қыркүйек 2021 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
		Денешынықтыру Кіріспе бөлім Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, тәрбие-шінің белгісі бойынша шашыраңқы жүгіру жай жүруге ауыса отырып, өз орындарына тұру. Негізгі бөлім 1. Жалпы даму жаттығулары доппен. 4– бөлім. 1.Аяқты алшақ қою, доп төменде, допты алға созу, жоғары көтеру, түсіру. бастап-қы қалып.4-5 рет. 2.Допты екі қолмен алға ұстау. Отырып тұру. 3.Допты екі қолмен ұстау.Еденге тигенше еңкею.. 4.Допты еденге қою. Допты айнала секіру, адымдап орнында жүру, қайта секіру. 2.Қимыл - қозғалыс жаттығулары. -Обруч ішіне допты екі қолмен лақтыру. 3.Қимылды ойын: «Түрлі – түсті машиналар» 4. Қортынды Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, ұзындық бойынша тұру. Сұрақ – жауап.

		Балаларды мадақтау.
--	--	---------------------

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі 06-10 қыркүйек. 2021 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
1. Денешынықтыру /доппен, әуенмен/Тақырыбы:Менің досым Мақсаты: Менің досым - жұптасып жүруді,текшелерден аттап өтуді үйрету. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2.Кіріспе Тәрбиешінің артынан жүру,жүгіру. Шеңберге тұру. 3.Жалпы даму жаттығулары. Доппен 1).Б.қ.:тік тұру,допты екі қолымен ұстау. 1.Допты алға созу. 2.кеуде тұсына әкелу. 3.Б.қ.келу.(3-4рет) 2).Допты жоғары көтеру.Түсіру. 2.Б.қ. келу. (3-4рет) 3) допты екі қолмен кеудеге ұстау. Доппен бірге қос аяқпен секіру. 4)Тыныс алу жаттығуы. Мұрынмен дем алып,ауыздан демді шығару. Б.қ.келу 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. 1.Допты бір –біріне домалату. Бекіту. 5.Қимылды ойын: «Доптарды кім тез жинайды?» Мақсаты:ептілікке, жылдамдыққа тәрбиелеу. 6.Қортынды. Балаларды мадақтау	Денешынықтыру Тақырыбы:«Сыңғырлаған сылдырмақтар Мақсаты:Қолға сылдырмақ ұстап гимнастикалық орындық үстімен жүруді үйрету. 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: Сылдырмақпен 1.Б.қ.: тік тұру, аяқ бірге, сылдырмақ кеудеде. Сылдармақты алға созу. Жоғары көтеру. Алға созу. Б. қ. Келу 2.Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар: Сылдырмақты алға созу.. Отыру, тұру. Б. қ. Келу 3. Аяқ бұлшықеттеріне арналған жаттығулар: Аяқ арасы иық көлеміндей алшақ, сылдырмақ кеуде тұсында. Сылдырмақты алға созу. Еңкею, сылдырмақты тізеге тигізу. Б. қ. келу. Б. қ.: тік тұру, сылдырмақты қос қолмен ұстау. 1. Қос аяқпен секіру. Б. қ. келу. Тыныс алу: «Сылдырмақты үрлеу».	Денешынықтыру Жаттығу түрі таяқшамен Тақырыбы:«Біз өсіп келе жатырмыз Мақсаты:Шеңбер бойымен жүру. Төңкеріліп қойылған жәшікке (биіктігі 10 см) көтеріліп, ересектердің көмегімен одан түсу ҰОҚ өтілу барысы: 1Амандасу. 2. Шеңбер бойымен жүру,жүгіру. «Орман аңдары» жүрісін салу. 3.Жалпы даму жаттығулары. Б.қ.: «Мысық оянды » 1. Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу. әр керілген сайын «м-я-у» деп айту. (3-4рет қайталау.) Б. қ.: «Кілем қағу» 2. Аяқтары алшақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау «тук-тук-тук»- деп айту. (3-4рет қайталау.) «Дәл тигіз» 5. Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны кеуденің

	3. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары: Қолға сылдырмақ ұстап гимнастикалық орындық үстімен жүру. 4.Қимылды ойын:«Мысық пен тышқан»Мақсаты: балаларды ептілікке, шапшаңдыққа баулу. 5. Қорытынды. Балаларды мадақтау	тұсында. Бүгілген оң аяқты көтеру, тізені таяқшаға тигізу. Арқаны түзу ұстау. Сол жақпен дәл солай қайталау. (3-4рет қайталау.) Б.қ.: «Көңілді таяқша» 6. Таяқшаны айналып секіру және жүру. /15-секунд/ 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығу Төңкеріліп қойылған жәшікке (биіктігі 10 см) көтеріліп, ересектердің көмегімен одан түсу. 5.Қимылды ойын: «Торғай мен мысық» Мақсаты: балаларды шапшаңдыққа, тез қимылдауға тәрбиелеу. 6. Қорытынды Балаларды мадақтау
--	---	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі 13-17 қыркүйек. 2021 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
2. Денешынықтыру 1. Орманға барамыз Мақсаты: Жіптен ұстап шеңбер бойымен жүру.Екі сызықтың арасынан жүру.Тепе-теңдікті сақтауға дағдыландыру. Дене түзілісінің дұрыс қалыптасуын қадағалау.Аяқ бұлшықеттерін дамыту ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2.Кіріспе Тәрбиешінің артынан жүру,жүгіру. Шеңберге тұру. 3.Жалпы даму жаттығулары. 1. Басқа арналған жаттығулар: қолдар белде, аяқтар бірге тұрады, басты оңға, солға бұру 2.Иыққа арналған жаттығулар: қолдар белде, аяқтар бірге тұрады, иықты кезек- кезек көтеру 3. Қолға арналған жаттығулар: 1. 2 қолды жоғары көтеру 2. 2 қолды алдына апару 3. 2 қолды жанына апару 4.Белге арналған жаттығулар: 2 қол белде,аяқтар алшақ тұрады, оңға, солға бұрылу 5. Аяққа арналған жаттығулар: оң аяқпен 5 рет, сол аяқпен 5 рет, екі аяқпен 5 рет секіру 6. Терең дем алу 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.	Денешынықтыру Тақырыбы: Достық Мақсаты:Балаларды гимнастикалық орындық бойымен жүріп секіруге үйрету. Балалардың босаңсыған қолдармен жүгіру іскерлігін бекіту. Балаларды шеңберден шеңберге қос аяқ-пен секіруге әрі қарай жаттықтыру. I.ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2.Кіріспе Тәрбиешінің артынан жүру,жүгіру. Шеңберге тұру. II. Жалпы даму жаттығулары. 1.Басқа арналған жаттығулар: қолдар белде, аяқтар бірге тұрады, басты оңға, солға бұру 2. Иыққа арналған жаттығулар: қолдар белде, аяқтар бірге тұрады, иықты кезек- кезек көтеру 3. Қолға арналған жаттығулар: - қолды жоғары көтеру -қолды алдына апару - қолды жанына апару 4. Белге арналған жаттығулар: 2 қол белде,аяқтар алшақ тұрады, оңға, солға бұрылу 5.Аяққа арналған жаттығулар: - оң аяқпен 5 рет, сол аяқпен 5 рет, екі аяқпен 6. Терең дем алу	Денешынықтыру Тақырыбы:«Бірге ойнаған көңілді Мақсаты: Ересектердің көмегімен гимнастикалық тақтай үстімен жүру. «Біз көңілдіміз» ойыны. Үлкен доптарды лақтыру. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу.2.Кіріспе Тәрбиешінің артынан жүру,жүгіру.Шеңберге тұру. 3.Жалпы даму жаттығулары. Доппен 1).Б.қ.:тік тұру,допты екі қолымен ұстау. 1.Допты алға созу. 2.кеуде тұсына әкелу. 3.Б.қ.келу.(3-4рет) 2).Допты жоғары көтеру.Түсіру. 2.Б.қ. келу. (3-4рет) 3) допты екі қолмен кеудеге ұстау. Доппен бірге қос аяқпен секіру. 4)Тыныс алу жаттығуы. Мұрынмен дем алып,ауыздан демді шығару. Б.қ.келу 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. Ересектің көмегімен тақтай үстінен жүру. 5.Қимылды ойын. «Ақ қоян» Мақсаты: балаларды ептілікке, жылдадыққа, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. 6.Қортынды. Балаларды мадақтау

1.Допты бір –біріне домалату. 5.Қимылды ойын: «Допты қуып жет» Мақсаты:ептілікке, жылдамдыққа тәрбиелеу. 6.Қортынды. Балаларды мадақтау	III. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. Гимнастикалық орындық үстімен жүру. Қимылды ойын: «Доптарды кім тез жинайды?» Мақсаты:ептілікке, жылдамдыққа тәрбиелеу. Қортынды. Балаларды мадақтау	
--	---	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі 20-24. қыркүйек 2021 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
3. Денешынықтыру Мақсаты: Сапқа тұру, жүру, зал ішінде шашыраңқы жүгіруге, өз орындарын тауып дұрыс тұра білуін қадағалау. Жалпы даму жаттығуларын және негізгі қимыл – қозғалыс жаттығуларын дұрыс жасай білуге үйрету. 4. Кіріспе бөлім 5. Сапқа тұру, әр түрлі бағыт-та жүру, тәрбиешінің белгісі бойынша шашыраңқы жүгіру жай жүруге ауыса отырып, өз орындарына тұру. Жалпы даму жаттығулары. Жіппен. 5 – бөлім. Жалпы даму жаттығулары: 1. Аяқты алшақ қою. Жіпті омырауға ұстау, алға созу, жоғары көтеру, алға соу, бастапқы қалып. 5 рет. 2. Отырып, тұру. Жіпті омырауға ұстау, отырып жіпті алға, созу, тұру бастапқы қалып. 4-5 рет. 3. Отыру. Аяқты алшақ қою. Жіп ті алға ұстау, еңкейіп оң аяқтың ұшына тигізу, солай сол аяққа. 5-рет 4. Арқамен жату. Жіпті бастан асыра ұстау,	Денешынықтыру. бекіту. Мақсаты: Сапқа тұру, жүру, зал ішінде шашыраңқы жүгіруге, өз орындарын тауып дұрыс тұра білуін қадағалау. Жалпы даму жаттығуларын және негізгі қимыл – қозғалыс жаттығуларын дұрыс жасай білуге үйрету. 7. Кіріспе бөлім 8. Сапқа тұру, әр түрлі бағыт-та жүру, тәрбиешінің белгісі бойынша шашыраңқы жүгіру жай жүруге ауыса отырып, өз орындарына тұру. Жалпы даму жаттығулары. Жіппен. 5 – бөлім. Жалпы даму жаттығулары: 1. Аяқты алшақ қою. Жіпті омырауға ұстау, алға созу, жоғары көтеру, алға соу, бастапқы қалып. 5 рет. 2. Отырып, тұру. Жіпті омырауға ұстау, отырып жіпті алға, созу, тұру бастапқы қалып. 4-5 рет. 3. Отыру. Аяқты алшақ қою. Жіп ті алға ұстау, еңкейіп оң аяқтың ұшына тигізу, солай сол аяққа. 5-рет 4. Арқамен жату. Жіпті бастан асыра ұстау, аяқты көтеріп жіпті аяқтың ұшына тигізу. Оң аяқ, сол аяққа. 5-рет.	Денешынықтыру Тақырыбы: Ойнағанды жақсы көреміз Мақсаты: Жіптен ұстап шеңбер жасап жүру. Төрттағандап еңбектеу. Жаттығуларды орындау барысында сақтық білдіруге үйрету. Балаларды шапшаңдыққа тәрбиелеу. ҰОҚ өтілу барысы: ҰОҚ өтілу барысы: 1. Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру. 2. Балалармен амандасу «Орман аңдары» 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» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру. 3. Жалпы даму жаттығулары: Б.қ.: «Тик-так» 1. Аяқтары алшақ, қолдары белде. «Тик» сөзін

аяқты көтеріп жіпті аяқтың ұшына тигізу. Оң аяқ, сол аяққа. 5-рет. 6. 5. Жіп жерде. Қолды белге ұстап жіптен секіру. 2. Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулары. 2- бөлімТүрлері: -Гимнастикалық орындық үстінен ішімен тартылып жүру. 3.Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар» Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, ұзындық бойынша тұру. Сұрақ – жауап. Балаларды мадақтау	9. 5. Жіп жерде. Қолды белге ұстап жіптен секіру. 2. Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулары. 2- бөлімТүрлері: -Гимнастикалық орындық үстінен ішімен тартылып жүру. 3.Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар» Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, ұзындық бойынша тұру. Сұрақ – жауап. Балаларды мадақтау.	айтып басты оңға қисайту , «так» сөзін айтып басты тік ұстау, басты солға қисайтып қайталау. (6 рет қайталау) Б. Қ.: «Иықтың жүруі» 2. Аяқ иық көлемінде, қолдар иық үстінде. Иықты артқа, алдыға қарай айналдыру. /6 рет қайталау/ Б. Қ.: «Ағаштар тербеледі» 3. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жоғарыда. Оң жаққа, сол жаққа тербелу. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Күнге жетемін» 4. Орнында тұрып секіру. (10-15 секунд) 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы «Гүлге дейін еңбекте» төрттағандап еңбектеу. 5.Қимылды ойын:«Марғаулар мен күшіктер» Ойын мақсаты :балаларды шапшаңдыққа, ептілікке үйрету. Шеңбер бойына тұру. 6.Қорытынды. Балаларды мадақтау
---	--	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі 27-01 қыркүйек 2021 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
10. Денешынықтыру /жалаушамен, әуенмен/ Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жүгіру. шеңберге тұрарда себеттен екі жалауша алу. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары Б.қ.: «Желбірейді жалау» 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. /4 рет қайталау/ Б.қ.: «Өткеншек» 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5рет/ Б.қ.: «Кім жылдам» 3. Аяқтарын алшық қою, отыру жалаушаны алға созу,тұру жоғары көтеру. Б. қ.: «Жұлдызша» 4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға	Денешынықтыру /жалаушамен, әуенмен/ Кіріспе бөлімі: Бекіту Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жүгіру. шеңберге тұрарда себеттен екі жалауша алу. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары Б.қ.: «Желбірейді жалау» 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. /4 рет қайталау/ Б.қ.: «Өткеншек» 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет/ Б.қ.: «Кім жылдам» 3. Аяқтарын алшық қою, 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	Денешынықтыру Кіріспе бөлім Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, тәрбие-шінің белгісі бойынша шашыраңқы жүгіру жай жүруге ауыса отырып, өз орындарына тұру. Негізгі бөлім 1. Жалпы даму жаттығулары доппен. 4– бөлім. 1.Аяқты алшақ қою, доп төменде, допты алға созу, жоғары көтеру, түсіру. бастап-қы қалып.4-5 рет. 2.Допты екі қолмен алға ұстау. Отырып тұру. 3.Допты екі қолмен ұстау.Еденге тигенше еңкею.. 4.Допты еденге қою. Допты айнала секіру, адымдап орнында жүру, қайта секіру. 2.Қимыл - қозғалыс жаттығулары. -Обруч ішіне допты екі қолмен лақтыру. 3.Қимылды ойын: «Түрлі – түсті машиналар» 4. Қортынды Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, ұзындық бойынша тұру. Сұрақ – жауап.

созу Б.қ.: «Көңілді жалауша» 5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар жоғары көтеріп,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. Қимыл-қозғалыс жаттығулары. -Доға астынан еңбектеп өту Қимылды ойын: « Құстар жем жейді» Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ Маршпен жүру. «Айналу» - бір - бірінің қолынан ұстай отырып, айнала жүгіру. Бастапқы қалыпқа келу. Балаларды мадақтау.	Б.қ.: «Көңілді жалауша» 5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар жоғары көтеріп,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. Қимыл-қозғалыс жаттығулары. -Доға астынан еңбектеп өту Қимылды ойын: « Құстар жем жейді» Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ Маршпен жүру. «Айналу» - бір - бірінің қолынан ұстай отырып, айнала жүгіру. Бастапқы қалыпқа келу. Балаларды мадақтау.	Балаларды мадақтау.
--	--	----------------------------

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 04-08 қазан, 2021 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
11. Денешынықтыру /жалаушамен, әуенмен/ Үйрету Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жүгіру. шеңберге тұрарда себеттен екі жалауша алу. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары Б.қ.: «Желбірейді жалау» 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. /4 рет қайталау/ Б.қ.: «Әткеншек» 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет/ Б.қ.: «Кім жылдам» 3. Аяқтарын алшық қою, 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	Денешынықтыру /жалаушамен, әуенмен/ Кіріспе бөлімі: Бекіту Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жүгіру. шеңберге тұрарда себеттен екі жалауша алу. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары Б.қ.: «Желбірейді жалау» 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. 4 р Б.қ.: «Әткеншек» 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет/ Б.қ.: «Кім жылдам» 3. Аяқтарын алшық қою, 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	Денешынықтыру Кіріспе бөлім Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, тәрбие-шінің белгісі бойынша шашыраңқы жүгіру жай жүруге ауыса отырып, өз орындарына тұру. Негізгі бөлім 1. Жалпы даму жаттығулары доппен. 4– бөлім. 1. Аяқты алшақ қою, доп төменде, допты алға созу, жоғары көтеру, түсіру. бастап-қы қалып. 4-5 рет. 2. Допты екі қолмен алға ұстау. Отырып тұру. 3. Допты екі қолмен ұстау. Еденге тигенше еңкею.. 4. Допты еденге қою. Допты айнала секіру, адымдап орнында жүру, қайта секіру. 2. Қимыл - қозғалыс жаттығулары. -Обруч ішіне допты екі қолмен лақтыру. 3. Қимылды ойын: «Түрлі – түсті машиналар» 4. Қортынды Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, ұзындық бойынша тұру.

Б.қ.: «Көңілді жалауша» 5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар жоғары көтеріп,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. Қимыл-қозғалыс жаттығулары. -Доға астынан еңбектеп өту Қимылды ойын: « Құстар жем жейді» Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ Маршпен жүру. «Айналу» - бір - бірінің қолынан ұстай отырып, айнала жүгіру. Бастапқы қалыпқа келу. Балаларды мадақтау.	Б.қ.: «Көңілді жалауша» 5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар жоғары көтеріп,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. Қимыл-қозғалыс жаттығулары. -Доға астынан еңбектеп өту Қимылды ойын: « Құстар жем жейді» Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ Маршпен жүру. «Айналу» - бір - бірінің қолынан ұстай отырып, айнала жүгіру. Бастапқы қалыпқа келу. Балаларды мадақтау.	Сұрақ – жауап. Балаларды мадақтау.
--	---	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 11-15 қазан, 2021 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
12. Денешынықтыру Тақырыбы: Көңілді доп (әуенмен) Мақсаты: Допты домалату. Тәрбиешінің артынан жүру және жүгіру. Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалатуды үйрету. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2.Кіріспе Педагогтың артынан жүру, жүгіру. Шеңберге тұру. 3.Жалпы даму жаттығулары. Доппен 1).Б.қ.:тік тұру, допты екі қолымен ұстау. 1.Допты алға созу. 2.кеуде тұсына әкелу. 3.Б.қ.келу.(3-4рет) 2).Допты жоғары көтеру.Түсіру. 2.Б.қ. келу. (3-4рет) 3) допты екі қолмен кеудеге ұстау. Доппен бірге қос аяқпен секіру. 4)Тыныс алу жаттығуы. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Б.қ.келу 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. 1.Допты бір –біріне домалату.	Денешынықтыру Тақырыбы:Менің досым (Бекіту) Мақсаты: Менің досым - жұптасып жүруді, текшелерден аттап өтуді үйрету. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2.Кіріспе Педагогтың артынан жүру, жүгіру. Шеңберге тұру. 3.Жалпы даму жаттығулары. Доппен 1).Б.қ.:тік тұру, допты екі қолымен ұстау. 1.Допты алға созу. 2.кеуде тұсына әкелу. 3.Б.қ.келу.(3-4рет) 2).Допты жоғары көтеру.Түсіру. 2.Б.қ. келу. (3-4рет) 3) допты екі қолмен кеудеге ұстау. Доппен бірге қос аяқпен секіру. 4)Тыныс алу жаттығуы. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Б.қ.келу 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. 1.Допты бір –біріне домалату. Бекіту. 5.Қимылды ойын: «Доптарды кім тез жинайды?»	Денешынықтыру Тақырыбы: Біз доспыз. (әуенмен) Мақсаты: Допты (кішкене доптар) алып бір қолымен себетке салуды үйрету. Алаңның бір шеті мен екінші шетіне қол ұстасып жүгіруге дағдыландыру. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Сәлемдесу. 2. Кіріспе Шеңбермен жүру. Педагогтың артынан жүру, жүгіру. Шеңберге тұру. Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу. 3.Жалпы даму жаттығулары. Жіппен. -Аяқтары алшақ қойылған, жіптің екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу. Б.қ. келу. - Аяқтары алшақ қойылған, жіп төменде қолдарымен ұстау. Жіпті жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау Б.қ. - Аяқтары алшақ қойылған, жіпті кеуденің тұсында ұстап отырып, тұру. - Жіпті жерге қойып, қол белде секіру. Б.қ. келу. Тыныс алу жаттығуы

5.Қимылды ойын: «Допты қуып жет» Мақсаты:ептілікке, жылдамдыққа тәрбиелеу. 6.Қортынды. Балаларды мадақтау	Мақсаты:ептілікке, жылдамдыққа тәрбиелеу. 6.Қортынды. Балаларды мадақтау	Араның дыбысын салу-3-3- 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. Допты (кішкене доптар) алып бір қолымен себетке лақтыру. 5.Қимылды ойын:«Күн мен түн» Қортынды. Балаларды мадақтау.
---	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 18-22 қазан, 2021 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
Денешынықтыру Тақырыбы: Біз доспыз. (Бекіту) Мақсаты: Допты (кішкене доптар) алып бір қолымен себетке салуды үйрету. Алаңның бір шеті мен екінші шетіне қол ұстасып жүгіруге дағдыландыру. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Сәлемдесу. 2. Кіріспе Шенбермен жүру. Педагогтың артынан жүру, жүгіру. Шеңберге тұру. Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу. 3.Жалпы даму жаттығулары. Таяқшамен -Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу. әр керілген сайын «м-я-у» деп айту.(3-4 қайталау.) Б.қ .келу. - Аяқтары алшақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау «тук-тук-тук»- деп айту. (3-4рет) Б.қ .келу. - Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны кеуденің	1. Денешынықтыру Тақырыбы:Біз біргеміз. (Әуенмен) Мақсаты: Балаларды біріге жұмыс жасауға үйрету. «Жаңбыр тоқтады, - дейді педагог, - күн жарқырап шықты, бірақ айнала шалшық. Аяғымызды сулап алмас үшін, жолдың үстімен ғана жүреміз» (көрсетеді). ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2.Кіріспе Педагогтың артынан жүру, жүгіру. Шеңберге тұру. 3.Жалпы даму жаттығулары. Құралсыз. Б.қ. өкше түйстірілген, қол төмен түсірілген. Қолды алға созып, шапалақ соғу, бастапқы қалыпқа қайту (5 рет). 2.Б.қ. аяқты алшақтатып, қолды алға ұстап, отыру. Еңкею, қолды аяқтың ұшына тигізу, түзелу, қолды арқаға ұстау, бастапқы қалыпқа қайту (4 рет) 3.Б.қ. аяқ сәл алшақтатылған, қол белде. Жүрумен кезектестіріп, екі аяқпен бір орында	Денешынықтыру Тақырыбы:Біз біргеміз. (Бекіту) Мақсаты: Балаларды біріге жұмыс жасауға үйрету. «Жаңбыр тоқтады, - дейді педагог, - күн жарқырап шықты, бірақ айнала шалшық. Аяғымызды сулап алмас үшін, жолдың үстімен ғана жүреміз» (көрсетеді). ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2.Кіріспе Педагогтың артынан жүру, жүгіру. Шеңберге тұру. 3.Жалпы даму жаттығулары. Құралсыз. Б.қ. өкше түйстірілген, қол төмен түсірілген. Қолды алға созып, шапалақ соғу, бастапқы қалыпқа қайту (5 рет). 2.Б.қ. аяқты алшақтатып, қолды алға ұстап, отыру. Еңкею, қолды аяқтың ұшына тигізу, түзелу, қолды арқаға ұстау, бастапқы қалыпқа қайту (4 рет) 3.Б.қ. аяқ сәл алшақтатылған, қол белде.

тұсында. Бүгілген оң аяқты көтеру, тізені таяқшаға тигізу. Арқаны түзу ұстау. Сол жақпен дәл солай қайталау. (3-4 рет) Б.қ .келу - Таяқшаны айналып секіру және жүру. (10 сек) Б.қ. келу. Тыныс алу жаттығуы Араның дыбысын салу. -3-3-3 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. Допты (кішкене доптар) алып бір қолымен себетке лақтыру. 5.Қимылды ойын:«Күн мен түн» Қортынды. Балаларды мадақтау.	секіру (2 рет) 4. Тыныс алу жаттығулары: «Әтеш» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. - Обручтан, обручка секіру. Қимылды ойын: «Қояндар мен қасқыр Қортынды. Балаларды мадақтау	Жүрумен кезектестіріп, екі аяқпен бір орында секіру (2 рет) 4. Тыныс алу жаттығулары: «Әтеш» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. - Обручтан, обручка секіру. Қимылды ойын: «Қояндар мен қасқыр Қортынды. Балаларды мадақтау
---	---	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 25-29 қазан, 2021 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
Денешынықтыру Тақырыбы : «Сылдыр-сылдыр сылдырмақ». (әуенмен) Мақсаты : Шағын топпен бір-біріне кедергі жасамай жүгіру; жүгіру. Еденде жатқан лентадан аттап өтуге үйрету. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2. Шеңбер бойымен жүру,жүгіру. «Орман аңдары» 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» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру. Балаларға әр түсті екі текшелерден беріп,бірінің соңынан бірін жүргізіп, шеңберге тұрғызу. 3.Жалпы даму жаттығулары. 1.Қол мен иық бұлшықеттер-іне арналған	Денешынықтыру. Тақырыбы : «Сылдыр-сылдыр сылдырмақ». (Бекіту) Мақсаты : Шағын топпен бір-біріне кедергі жасамай жүгіру; жүгіру. Еденде жатқан лентадан аттап өтуге үйрету. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2. Шеңбер бойымен жүру,жүгіру. «Орман аңдары» 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» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру. Балаларға әр түсті екі текшелерден беріп,бірінің соңынан бірін жүргізіп, шеңберге тұрғызу. 3.Жалпы даму жаттығулары. 1.Қол мен иық бұлшықеттер-іне арналған жаттығулар.	Денешынықтыру Тақырыбы :«Тауық пен балапандар». (Әуенмен) Мақсаты:Балалардың жүру, жүгіру дағдыларын дамыту. Құрсаудан еңбектеп өтуге дағдыландыру. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2. Негізгі бөлім: Шеңбер бойымен жүру,жүгіру. 3.Жалпы даму жаттығулары Жалаушамаен 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /6 рет қайталау/ 3. Аяқтарын алшық қою, жалаушалар екі жақта жерде. Қолдары төменде. «Ал», «қой» - дегенде тез алып, қою керек. /6/ 4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу орнында секіріп аяқты біріктіру және жалауша-ны белге қою 6-рет 5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар белде; 8-

жаттығулар. 1. Текшелерді жоғары көтеріп, бір-біріне соғу.Б. қ. келу. 2.Қолдағы текшелерді жоғары көтеру. 3.Қос қолдағы текшелермен оңға,солға иілу. 4. Қолдағы текшелерді алға созып отыру.Тұру.Б. қ. келу 5.Аяқ бірге, текшелерді кеудеде ұстау. 6. Алға қос аяқпен секіру.Б. қ. Тыныс алу жаттығуы. Текшелерді үрлеу. 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.Еденде жатқан лентадан аттап өту. 5.Қимылды ойын: «Құстар» Шеңберге тұру. Балаларды мадақтау	1. Текшелерді жоғары көтеріп, бір-біріне соғу.Б. қ. келу. 2.Қолдағы текшелерді жоғары көтеру. 3.Қос қолдағы текшелермен оңға,солға иілу. 4. Қолдағы текшелерді алға созып отыру.Тұру.Б. қ. келу 5.Аяқ бірге, текшелерді кеудеде ұстау. 6. Алға қос аяқпен секіру.Б. қ. Тыныс алу жаттығуы. Текшелерді үрлеу. 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.Еденде жатқан лентадан аттап өту. 5.Қимылды ойын: «Құстар» Шеңберге тұру. Балаларды мадақтау.	рет маршпен жүру, 10- рет секіру. 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. Құрсаудан еңбектеп өту. 5.Қимылды ойын: «Торғайлар мен мысық» Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ 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.
---	--	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 01-05қараша, 2021 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
13. Дене шынықтыру Мақсаты: (ҮК) Қатарда жүру, аяқ ұшымен, өкшемен, жай жүгіруге, тоқтап қайта жүгіруге, допты мақсатты домалатуға үйрету. Жалпы дамыту жаттығуларын дұрысүйрету, негізгі қимыл түрлерін дамыту. ҰОҚ өтілу барысы: 1. Балалармен амандасу 2.Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру. «Орман аңдары» 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» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру. 3.Жалпы даму жаттығулары: (Доптармен). 1.Қол мен иық бұлшықеттеріне арналған жаттығулар. Б.қ.: тік тұру, аяқ бірге, доп кеудеде. Допты алға созу. Жоғары көтеру. Алға созу. Б. қ. 2.Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар:	Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Қатарда жүру, аяқ ұшымен, өкшемен, жай жүгіруге, тоқтап қайта жүгіруге, допты мақсатты домалатуға үйрету. Жалпы дамыту жаттығуларын дұрысүйрету, негізгі қимыл түрлерін дамыту. ҰОҚ өтілу барысы: 1. Балалармен амандасу 2.Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру. «Орман аңдары» 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» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру. 3.Жалпы даму жаттығулары: (Доптармен). 1.Қол мен иық бұлшықеттеріне арналған жаттығулар. Б.қ.: тік тұру, аяқ бірге, доп кеудеде. Допты алға созу. Жоғары көтеру. Алға созу. Б. қ. 2.Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар: Б. қ.: аяқ иық көлеміндей алшақ, қол төменде.	Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Сапта бір-берлеп, заттар арасымен жүруге, жүгіруге үйрету. Жалпы дамыту жаттығуларын орындауға үйретуді жалғастыру, қол-аяқ қимыл-қозғалысы үйлесімділігін арттыру. Ойын ережесін ойын барысында сақтау қажеттігін түсіндіру. ҰОҚ өтілу барысы: 1Амандасу. 2. Негізгі бөлім: Шеңбер бойымен жүру, жүгіру. 3.Жалпы даму жаттығулары Жалаушамен 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /6 рет қайталау/ 3. Аяқтарын алшық қою, жалаушалар екі жақта жерде. Қолдары төменде. «Ал», «қой» - дегенде тез алып, қою керек. /6/ 4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға

Б. қ.: аяқ иық көлеміндей алшақ, қол төменде. Допты алға созу. Отыру, тұру. Б. қ. келу 3. Аяқ бұлшықеттеріне арналған жаттығулар: Б. қ.: Аяқ арасы иық көлеміндей алшақ, доп кеуде тұсында. Допты алға созу. Еңкею, допты тізеге тигізу. Б. қ. келу. 4. Қос аяқпен секіру. Б. қ. келу Тыныс алу жаттығулары: «Алақандағы допты үрлеу». 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы Кегльдердің арасымен допты домалату. 5.Қимылды ойын: «Қояндар мен қасқыр» Мақсаты: Балаларды алғырлыққа, қырағылыққа, татулыққа тәрбиелеу. Ептілік қасиеттерін арттыру. Денсаулықтарын шынықтыру. Ойын мақсаты: балаларды шапшаңдыққа, ептілікке үйрету. 6.Қорытынды. Балаларды мадақтау 14.	Допты алға созу. Отыру, тұру. Б. қ. келу 3. Аяқ бұлшықеттеріне арналған жаттығулар: Б. қ.: Аяқ арасы иық көлеміндей алшақ, доп кеуде тұсында. Допты алға созу. Еңкею, допты тізеге тигізу. Б. қ. келу. 4. Қос аяқпен секіру. Б. қ. келу Тыныс алу жаттығулары: «Алақандағы допты үрлеу». 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы «Доға астынан допты домалату» 5.Қимылды ойын: «Қайда жасырылғанын тап» Мақсаты: Балаларды қырағылыққа, байқампаздыққа үйрету, бірлікке, татулыққа тәрбиелеу 6.Қорытынды. Балаларды мадақтау	созу орнында секіріп аяқты біріктіру және жалауша-ны белге қою 6-рет 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. 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. Құрсаудан еңбектеп өту. 5.Қимылды ойын: «Торғайлар мен мысық» Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/
--	---	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 08-12 қараша, 2021 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
15. Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Сапта бір-берлеп, заттар арасымен жүруге, жүгіруге үйрету. Жалпы дамыту жаттығуларын орындауға үйретуді жалғастыру, қол-аяқ қимыл-қозғалысы үйлесімділігін арттыру. Ойын ережесін ойын барысында сақтау қажеттігін түсіндіру. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2. Негізгі бөлім: Шеңбер бойымен жүру, жүгіру. 3.Жалпы даму жаттығулары Жалаушамаен 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /6 рет қайталау/ 3. Аяқтарын алшық қою, жалаушалар екі жақта жерде. Қолдары төменде. «Ал», «қой» - дегенде тез алып, қою керек. /6/	Денешынықтыру (ҰК) Сапта екуден қол ұстасып жүру, бытырай жүгіруге және шеңберден шеңберге аттауға үйрету. Жалпы дамыту жаттығуларын дұрыс орындауға үйрету, қол-аяқ қимыл үйлесімділігін арттыру. Ойын ережесін ойын барысында сақтау қажеттігін түсіндіру ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2.Кіріспе Педагогтың артынан жүру, жүгіру. Шеңберге тұру. 3.Жалпы даму жаттығулары. Құралсыз. Б.қ. өкше түйстірілген, қол төмен түсірілген. Қолды алға созып, шапалақ соғу, бастапқы қалыпқа қайту (5 рет). 2.Б.қ. аяқты алшақтатып, қолды алға ұстап, отыру. Еңкею, қолды аяқтың ұшына тигізу, түзелу, қолды арқаға ұстау, бастапқы қалыпқа қайту (4 рет) 3.Б.қ. аяқ сәл алшақтатылған, қол белде. Жүрумен кезектестіріп, екі аяқпен бір орында секіру (2 рет)	Денешынықтыру(БК) Сапта екуден қол ұстасып жүру, бытырай жүгіруге және шеңберден шеңберге аттауға үйрету. Жалпы дамыту жаттығуларын дұрыс орындауға үйрету, қол-аяқ қимыл үйлесімділігін арттыру. Ойын ережесін ойын барысында сақтау қажеттігін түсіндіру ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2.Кіріспе Педагогтың артынан жүру, жүгіру. Шеңберге тұру. 3.Жалпы даму жаттығулары. Құралсыз. Б.қ. өкше түйстірілген, қол төмен түсірілген. Қолды алға созып, шапалақ соғу, бастапқы қалыпқа қайту (5 рет). 2.Б.қ. аяқты алшақтатып, қолды алға ұстап, отыру. Еңкею, қолды аяқтың ұшына тигізу, түзелу, қолды арқаға ұстау, бастапқы қалыпқа қайту (4 рет) 3.Б.қ. аяқ сәл алшақтатылған, қол белде. Жүрумен кезектестіріп, екі аяқпен бір орында секіру (2 рет)

4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу орнында секіріп аяқты біріктіру және жалауша-ны белге қою 6-рет 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. 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. Құрсаудан еңбектеп өту. 5.Қимылды ойын: «Торғайлар мен мысық» Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу	4. Тыныс алу жаттығулары: «Өтеш» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. - Обручтан, обручка секіру. Қимылды ойын: «Қояндар мен қасқыр Қортынды. Балаларды мадақтау	4. Тыныс алу жаттығулары: «Өтеш» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. - Обручтан, обручка секіру. Қимылды ойын: «Қояндар мен қасқыр Қортынды. Балаларды мадақтау
--	--	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 15-19 қараша, 2021 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
1. Денешынықтыру 1.Мақсаты : (ҮК) Кеглилер арасымен допты көтеріп жүру. Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Сәлемдесу. 2. Кіріспе Шеңбермен жүру. Педагогтың артынан жүру, жүгіру. Шеңберге тұру. Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу. 3.Жалпы даму жаттығулары. Таяқшамен -Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу(3-4 қайталау.) Б.қ .келу. - Аяқтары алшақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау (3-4рет) Б.қ. - Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны кеуденің тұсында. Отырып, тұру. Б.Қ - Таяқшаны айналып секіру және жүру. (10 сек)	Денешынықтыру Мақсаты : (БК) Кегелилер арасымен допты көтеріп жүру. Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. ҰОҚ өтілу барысы:1.Сәлемдесу. 2. Кіріспе Шеңбермен жүру. Педагогтың артынан жүру, жүгіру. Шеңберге тұру. Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу. 3.Жалпы даму жаттығулары. Таяқшамен -Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу(3-4 қайталау.) Б.қ .келу. - Аяқтары алшақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау (3-4рет) Б.қ. - Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны кеуденің тұсында. Отырып, тұру. Б.Қ - Таяқшаны айналып секіру және жүру. (10 сек) Б.қ. келу.	Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгіру. Допты қос қолдап лақтыру. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2. Негізгі бөлім: Шеңбер бойымен жүру, жүгіру. 3.Жалпы даму жаттығулары Жалаушамаен 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /6 рет қайталау/ 3. Аяқтарын алшық қою, жалаушалар екі жақта жерде. Қолдары төменде. «Ал», «қой» - дегенде тез алып, қою керек. /6/ 4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу орнында секіріп аяқты біріктіру және жалауша-ны белге қою 6-рет

Б.қ. келу. Тыныс алу жаттығуы Араның дыбысын салу. -3-3-3 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. «Кеглилер арасымен допты көтеріп жүру» 5.Қимылды ойын: «Күн мен түн» Қортынды. Балаларды мадақтау.	Тыныс алу жаттығуы Араның дыбысын салу.3-3-3 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. «Кеглилер арасымен допты көтеріп жүру» 5.Қимылды ойын: «Ұшақтар» Ойын шарты: Балаларды ойын алаңына еркін тұрғызып, тәрбиеші өзі ұшақ болып көрсетеді. Қортынды. Балаларды	5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар белде; 8-рет маршпен жүру, 10- рет секіру. 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. «Допты қос қолдап себетке лақтыру» 5.Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр» Ойын шарты: Балалардың алаңның бір шетінен немесе бөлмеге қойылған орындықтардың артында тізерлеп отырады да «терезеге» орындықтың арқасынан қарайды. Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/
--	---	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 22-26 қараша, 2021 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгіру. Допты қос қолдап лақтыру. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2. Негізгі бөлім: Шеңбер бойымен жүру, жүгіру. 3. Жалпы даму жаттығулары Жалаушамен 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /6 рет қайталау/ 3. Аяқтарын алшық қою, жалаушалар екі жақта жерде. Қолдары төменде. «Ал», «қой» - дегенде тез алып, қою керек. /6/ 4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу орнында секіріп аяқты біріктіру және жалауша-ны белге қою 6-рет	Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Гимнастикалық орындық үстінде тұзу жүру , қолын белге ұстау. Құм салынған қапшықты себетке тура лақтырып салу. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу.2.Кіріспе Тәрбиешінің артынан жүру, жүгіру. Шеңберге тұру. 3. Жалпы даму жаттығулары. Құралсыз 1. Аяқтары алшақ қойылған , қолдары төменде. Басты оң жақ, сол жақ иыққа қою. 6 р 2. Аяқтары алшақ қойылған , қолдары бүйірде. 1 - алға қарай еңкейіп, қолды аяқ басына дейін жеткізу керек. 3. Аяқты алшақ қоямыз, қолды алдыға созамыз. Отырып , тұру. 6 рет 4. Аяқтары алшақ қойылған , қолдары бүйірде. 1- қолды бастан асыра көтеріп шапалақтап және аяқты алшақ ұстап секіру . Тыныс алу жаттығулары: мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. 4. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.	Денешынықтыру. Мақсаты: (ҰК) Гимнастикалық орындық үстінде тұзу жүру , қолын белге ұстау. Құм салынған қапшықты себетке тура лақтырып салу. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу.2.Кіріспе Тәрбиешінің артынан жүру, жүгіру. Шеңберге тұру. 3. Жалпы даму жаттығулары. Құралсыз 1. Аяқтары алшақ қойылған , қолдары төменде. Басты оң жақ, сол жақ иыққа қою. 6 р 2. Аяқтары алшақ қойылған , қолдары бүйірде. 1 - алға қарай еңкейіп, қолды аяқ басына дейін жеткізу керек. 3. Аяқты алшақ қоямыз, қолды алдыға созамыз. Отырып , тұру. 6 рет 4. Аяқтары алшақ қойылған , қолдары бүйірде. 1- қолды бастан асыра көтеріп шапалақтап және аяқты алшақ ұстап секіру . Тыныс алу жаттығулары: мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. 4. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары.

5. Аяқтарын алшақ қою, жалаушалар белде; 8-рет маршпен жүру, 10- рет секіру. 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. «Допты қос қолдап себетке лақтыру» 5.Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр» Ойын шарты: Балалардың алаңның бір шетінен немесе бөлмеге қойылған орындықтардың артында тізерлеп отырады да «терезеге» орындықтың арқасынан қарайды. Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу	-Гимнастикалық орындықтан түзу жүріп өту. - Құм салынған қапшықты себетке тура лақтырып салу. 5.Қимылды ойын: «Қоянға сәбіз жинаймыз» 6.Қортынды: Еркін жүру. Қол белде екі жаққа шұғыл бұрылып жүру. . Балаларды мадақтау.	-Гимнастикалық орындықтан түзу жүріп өту. - Құм салынған қапшықты себетке тура лақтырып салу. 5.Қимылды ойын: «Қоянға сәбіз жинаймыз» 6.Қортынды: Еркін жүру. Қол белде екі жаққа шұғыл бұрылып жүру. . Балаларды мадақтау.
--	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 29 қараша 03 желтоқсан, 2021 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
16. Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Бағытты өзгерте отыра жүру, әр түрлі бағытта жүгіру. Жіңішке арқан бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру ҰОҚ ӨТІЛУ БАРЫСЫ: Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жүгіру. Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен жүру. Қол жанда, өкшемен жүру. Ұшақ болып ұшу. Шеңбер бойымен еркін жүру. 1 сапқа тұру. / сапқа тұрарда себеттен екіден жалауша алу/ 1 саптан 4 звеноға тұру. 1. Жалпы даму жаттығу-лары. Жалаушамен, 6- бөлім. 1. Аяқтары иық мөлшерін-де. Жалаушаны кеуде тұсына ұстау. Алға созу, жоғары көтеру, екі жанға созу, төмен түсіру.- рет 4-5 рет қайталау 2. Аяқтары бірге, жалаушаланы омырауға ұстау. Екі қолды оң жаққа созу, қайта омырауға	Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Бағытты өзгерте отыра жүру, әр түрлі бағытта жүгіру. Жіңішке арқан бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру ҰОҚ ӨТІЛУ БАРЫСЫ: Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жүгіру. Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен жүру. Қол жанда, өкшемен жүру. Ұшақ болып ұшу. Шеңбер бойымен еркін жүру. 1 сапқа тұру. / сапқа тұрарда себеттен екіден жалауша алу/ 1 саптан 4 звеноға тұру. 1. Жалпы даму жаттығу-лары. Жалаушамен, 6- бөлім. 1. Аяқтары иық мөлшерін-де. Жалаушаны кеуде тұсына ұстау. Алға созу, жоғары көтеру, екі жанға созу, төмен түсіру.- рет 4-5 рет қайталау 2. Аяқтары бірге, жалаушаланы омырауға ұстау. Екі қолды оң жаққа созу, қайта омырауға	Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. Арқанның астымен еңбектеп өту. 1.Кіріспе бөлім. Бір қатар сапқа тұру. Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау) .Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар: Құралсыз. Б.к қол төмен 1.Қол жоғары көтеріп, шапалақтау. (5-6 рет) Б.к., қол белде 2.Оң жаққа бір адым, қол шапалақтау. -Б.к.Сол жаққа бір адым, қол шапалақтау. 3.Отыру тізені құшақтау. Басты тізеге тигізу. Тұру. 4.Б.к. аяқты кең ашып тұру, қол белде -Алдына енкейю, қол артта жоғары. (5-6 рет) 5.Б.к. қол белде. Қос аяқпен секіру. (6 рет)

ұстау. Екі қолды сол жаққа созу, жалаушаны омырауға ұстау. /5 рет қайталау/ 3. Аяқтарын алшық қою, жалаушалар төменде ұстау. Еңкею жалаушаны артқа көтеру, түзулену. 5-рет қайталау. Б.қ.: «Отыр-тұр» 5. Аяқтарын біріктіреді. Жалауша белде. 1- жалаушаны алдыға созады, 2- отырады. 3- б.қ. (6 рет қайталау.) 6. Секіру. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша төменде Орнында секіріп аяқты жанға созу, жалаушаны жоғары көтеру. Б.қ. 6 рет қайталау/ Тыныс алу жаттығулары: Шар үрлеу мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. 2. НЕГІЗГІ ҚИМЫЛ-ҚОЗҒАЛЫС ЖАТТЫҒУЛАРЫ 2. Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығу-лары. 2-бөлім Түрлері: - Жіңішке арқан бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру - Обручтан, обручка секіру. Қимылды ойын: «Қояндар мен қасқыр» Бір – бірінің артынан жүру, әр түрлі қимыл-мен айналып өту, ұзындық бойынша тұру. ҰОҚ қортынды. Сұрақ – жауап. Балаларды мадақтау	ұстау. Екі қолды сол жаққа созу, жалаушаны омырауға ұстау. /5 рет қайталау/ 3. Аяқтарын алшық қою, жалаушалар төменде ұстау. Еңкею жалаушаны артқа көтеру, түзулену. 5-рет қайталау. Б.қ.: «Отыр-тұр» 5. Аяқтарын біріктіреді. Жалауша белде. 1- жалаушаны алдыға созады, 2- отырады. 3- б.қ. (6 рет қайталау.) 6. Секіру. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша төменде Орнында секіріп аяқты жанға созу, жалаушаны жоғары көтеру. Б.қ. 6 рет қайталау/ Тыныс алу жаттығулары: Шар үрлеу мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. 2. НЕГІЗГІ ҚИМЫЛ-ҚОЗҒАЛЫС ЖАТТЫҒУЛАРЫ 2. Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығу-лары. 2-бөлім Түрлері: - Жіңішке арқан бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру - Кеглилер арсымен жүріп өту. Қимылды ойын: «Қояндар мен қасқыр» Бір – бірінің артынан жүру, әр түрлі қимыл-мен айналып өту, ұзындық бойынша тұру. ҰОҚ қортынды. Сұрақ – жауап. Балаларды мадақтау.	Тыныс алу жаттығу «Сорғыш» - аяқтарын қосып, тік тұрып қолдарын кеуде тұсында ұстау; демін ішке жұтып, демін сыртқа шығару, дауыстап (ССССС) деп дыбыс шығарып, қолдарын жылжыту; тік тұру Негізгі қимыл-жаттығулары: 1. Арқанның астымен еңбектеп өту. 2. Қатар қойылған жіптерден аттап өту. Қимылды ойын: «Құстар» Ойын шартымен таныстыру. Балаларды мадақтау.
--	---	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 06-10 желтоқсан, 2021 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
17. Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. Арқанның астымен еңбектеп өту І.Кіріспе бөлім. Бір қатар сапқа тұру. Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау) .Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар: Құралсыз. Б.қ қол төмен 1.Қол жоғары көтеріп, шапалақтау. (5-6 рет) Б.қ. , қол белде 2.Оң жаққа бір адым, қол шапалақтау. -Б.қ.Сол жаққа бір адым, қол шапалақтау. 3.Отыру тізені құшақтау. Басты тізеге тигізу. Тұру. 4.Б.қ. аяқты кең ашып тұру, қол белде -Алдына енкейю, қол артта жоғары. (5-6 рет) 5.Б.қ. қол белде. Қос аяқпен секіру. (6 рет)	Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Шағын топқа бөлініп жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдік сақтап жүру. Құм салынған қапшықты нысанаға лақтыру. Кіріспе бөлімі: Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, тәрбие-шінің белгісі бойынша шашыраңқы жүгіру жай жүруге ауыса отырып, өз орындарына тұру. ҰОҚ ӨТІЛУ БАРЫСЫ: Жалпы даму жаттығу-лары. Құралсыз 5- бөлім. 1.Аяқты алшақ қою, қол төменде, қолды жанына созу, түсіру, бастапқы қалып. 2. Етпеттен жету. Қайықтар суда жүзеді. 3. Шалқадан жату. Велосипед тебеміз 4.Аяқты созып отыру, қолды тіреу,тізені көтеріп, ішті тарту. 1. 5. Қолды белге қойып, екі аяқпен секіру, бір орнында тұрып жүру, қайта секіру. Тыныс алу жаттығулары: Шар үрлеу мұрынмен дем алып,ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу.	Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Шағын топқа бөлініп жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдік сақтап жүру. Құм салынған қапшық-ты нысанаға лақтыру. ҰОҚ ӨТІЛУ БАРЫСЫ: Жалпы даму жаттығу-лары. Құралсыз 5- бөлім. 1.Аяқты алшақ қою, қол төменде, қолды жанына созу, түсіру, бастапқы қалып. 2. Етпеттен жету. Қайықтар суда жүзеді. 3. Шалқадан жату. Велосипед тебеміз 4.Аяқты созып отыру, қолды тіреу,тізені көтеріп, ішті тарту. 2. 5. Қолды белге қойып, екі аяқпен секіру, бір орнында тұрып жүру, қайта секіру. Тыныс алу жаттығулары: Шар үрлеу мұрынмен дем алып,ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. 2.НЕГІЗГІ ҚИМЫЛ-ҚОЗҒАЛЫС ЖАТТЫҒУЛАРЫ 2- бөлім Түрлері: -Гимнастикалық орындық үстінен ішімен тартылып

Тыныс алу жаттығу «Сорғыш» - аяқтарын қосып, тік тұрып қолдарын кеуде тұсында ұстау; демін ішке жұтып, демін сыртқа шығару, дауыстап (ССССС) деп дыбыс шығарып, қолдарын жылжыту; тік тұру Негізгі қимыл-жаттығулары: 1. Арқанның астымен еңбектеп өту. 2.Қатар қойылған жіптерден аттап өту. Қимылды ойын: «Құстар» Ойын шартымен таныстыру.Балаларды мадақтау.	2.НЕГІЗГІ ҚИМЫЛ-ҚОЗҒАЛЫС ЖАТТЫҒУЛАРЫ 2- бөлім Түрлері: -Гимнастикалық орындық үстінен ішімен тартылып жүру. -Кубиктің арсымен допты домалату 3.Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар	жүру. -Кубиктің арсымен допты домалату 3.Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар
---	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 13-17 желтоқсан, 2021 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
1. Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Кеглилер арасымен допты көтеріп жүру. Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. Ұйымдастыру кезеңі. Балалармен амандасу Шеңберге тұру. Шеңбермен жүру -Түрлі бағытта жүру -Тапсырмамен жүгіру - Жай жүріспен жүру Жалпы дамытушы жаттығулар: 1.Б.қ.Тік тұру. Қол төменде. Қолды жоғары көтреу- «Міне біз үлкенбіз» Отыру, қолды тізеге қою-«Міне біз кішкентаймыз» Б.қ.келу. (3-4рет) 2.Б.қ.Еденге отыру, аяқтарды бірге қою, қолымызды артқа тіреп отыру. Тізені бүгіу, қолымызбен тізені құшақтау. Б.қ.келу. (3-4рет) 3.Ішпен жату, алдыға қару, Қол иек астынада. Қолды алға созу, тәрбиешіге көрсету.	Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Кеглилер арасымен допты көтеріп жүру. Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. Ұйымдастыру кезеңі. Балалармен амандасу Шеңберге тұру. Шеңбермен жүру -Түрлі бағытта жүру -Тапсырмамен жүгіру - Жай жүріспен жүру Жалпы дамытушы жаттығулар: 1.Б.қ.Тік тұру. Қол төменде. Қолды жоғары көтреу- «Міне біз үлкенбіз» Отыру, қолды тізеге қою-«Міне біз кішкентаймыз» Б.қ.келу. (3-4рет) 2.Б.қ.Еденге отыру, аяқтарды бірге қою, қолымызды артқа тіреп отыру. Тізені бүгіу, қолымызбен тізені құшақтау. Б.қ.келу. (3-4рет) 3.Ішпен жату, алдыға қару, Қол иек астынада. Қолды алға созу, тәрбиешіге көрсету.	Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру. Доға астынан допты домалатып өту. Ұйымдастыру кезеңі. . Балалармен амандасу Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру. «Орман аңдары» 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» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру. 3.Жалпы даму жаттығулары: (Доптармен). 1.Б.қ.: тік тұру, аяқ бірге, доп кеудеде. Допты алға созу. Жоғары көтеру. Алға созу. Б. қ. келу.

Қолдарын арқаға қою-балықтар жүзеді. Б.қ.келу. (3-4рет) 4.Б.қ.Тік тұру.Торғайлар сияқты секіру.Б.қ.келу. 5.Жәй жүру. 1.Музыкалық-ырғақты қимылдар (айналу, орнындасекіру). Негізгі қимыл-жаттығулары: -Кеглилер арасымен допты көтеріп жүру. -Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. Қимылды ойын: «Ұстап ал!» Мақсаты: балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру, зейіндерін, байқағыштықтарын, жүгіру дағдыларын дамыту.	Қолдарын арқаға қою-балықтар жүзеді. Б.қ.келу. (3-4рет) 4.Б.қ.Тік тұру.Торғайлар сияқты секіру.Б.қ.келу. 5.Жәй жүру. 1.Музыкалық-ырғақты қимылдар (айналу, орнындасекіру). Негізгі қимыл-жаттығулары: -Кеглилер арасымен допты көтеріп жүру. -Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. Қимылды ойын: «Ұстап ал!» Мақсаты: балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру, зейіндерін, байқағыштықтарын, жүгіру дағдыларын дамыту	2.Б. қ.: аяқ иық көлеміндей алшақ, қол төменде. Допты алға созу.Отыру, тұру.Б. қ. келу 3. Б. қ.: Аяқ арасы иық көлеміндей алшақ, доп кеуде тұсында. Допты алға созу. Еңкею, допты тізеге тигізу. Б. қ. келу. 4. Қос аяқпен секіру. . Б. қ. келу. Тыныс алу жаттығулары: «Алақандағы допты үрлеу». Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулар. Допты себетке салу. Қимылды ойын: «Кішкентай мысықтар» 1.Ойын шартын түсіндіру. 2.балалармен бірлесе ойнау. Бір біріне кедергі жасамай жүгіруге дағдыландыру Балаларды мадақтау.
---	--	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 20-24 желтоқсан, 2021 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Кеглилер арасымен допты көтеріп жүру. Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. Ұйымдастыру кезеңі. . Балалармен амандасу Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру. «Орман аңдары» 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» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру. 3.Жалпы даму жаттығулары: (Доптармен). 1.Б.қ.: тік тұру, аяқ бірге, доп кеудеде. Допты алға созу. Жоғары көтеру. Алға созу. Б. қ. келу.	Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгіру. Допты қос қолдап лақтыру. I.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 Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар: (гүлдермен) 1. Қол мен иыққа арналған жаттығулар: «Тербелу» Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде. а) қолдарды жоғары көтеру. ә) екі жанға тербелу, оңға тербелу. б) солға тербелу. 2. Денеге арналған жаттығулар: «Бағыттаушы» Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде.	Денешынықтыру. Мақсаты: (ҮК) Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгіру. Допты қос қолдап лақтыру. I.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 Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар: (гүлдермен) 1. Қол мен иыққа арналған жаттығулар: «Тербелу» Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде. а) қолдарды жоғары көтеру. ә) екі жанға тербелу, оңға тербелу. б) солға тербелу. 2. Денеге арналған жаттығулар: «Бағыттаушы» Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде.

2.Б. қ.: аяқ иық көлеміндей алшақ, қол төменде. Допты алға созу.Отыру, тұру.Б. қ. келу 3. Б. қ.: Аяқ арасы иық көлеміндей алшақ, доп кеуде тұсында. Допты алға созу. Еңкею, допты тізеге тигізу. Б. қ. келу. 4. Қос аяқпен секіру. . Б. қ. келу. Тыныс алу жаттығулары: «Алақандағы допты үрлеу». Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулар. Допты себетке салу. Қимылды ойын: «Кішкентай мысықтар» 1.Ойын шартын түсіндіру. 2.балалармен бірлесе ойнау. Бір біріне кедергі жасамай жүгіруге дағдыландыру Балаларды мадақтау	а) қолдағы гүлдерді жоғары көтеру. ә) алға созу. б) екі қолдағы гүлдерді кеуде тұсына әкелу. в) екі қолды жанға созу. г) б.қ.келу. 3. Аяққа арналған жаттығулар: «Алақай!» Б.қ: тік тұру, қол төменде. а) екі қолдағы гүлдерді кеуде тұсына әкеліп, тізені сәл бүгіп отыру. ә) бір орында секіріп, қолды жанға созу. б) б.қ. келу. Тыныс алу: «Әдемі гүлдің иісі, Гүл ашады қауызын» (қолдарындағы гүлдерді иіскеу) . Бастапқы қалыпқа келу. Негізгі қимыл-жаттығулары: 1. Тепе-теңдікті сақтап жүру. 2.Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу. Қимылды ойын: «Қасқырмен қояндар» ойыны: Ойын шартымен таныстыру.Балаларды мадақтау	а) қолдағы гүлдерді жоғары көтеру. ә) алға созу. б) екі қолдағы гүлдерді кеуде тұсына әкелу. в) екі қолды жанға созу. г) б.қ.келу. 3. Аяққа арналған жаттығулар: «Алақай!» Б.қ: тік тұру, қол төменде. а) екі қолдағы гүлдерді кеуде тұсына әкеліп, тізені сәл бүгіп отыру. ә) бір орында секіріп, қолды жанға созу. б) б.қ. келу. Тыныс алу: «Әдемі гүлдің иісі, Гүл ашады қауызын» (қолдарындағы гүлдерді иіскеу) . Бастапқы қалыпқа келу. Негізгі қимыл-жаттығулары: 1. Тепе-теңдікті сақтап жүру. 2.Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу. Қимылды ойын: «Қасқырмен қояндар» ойыны: Ойын шартымен таныстыру.Балаларды мадақтау
---	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 27-31 желтоқсан, 2021 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
18. Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. Арқанның астымен еңбектеп өту І.Кіріспе бөлім. Бір қатар сапқа тұру. Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау) .Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар: Құралсыз. Б.қ қол төмен 1.Қол жоғары көтеріп, шапалақтау. (5-6 рет) Б.қ. , қол белде 2.Оң жаққа бір адым, қол шапалақтау. -Б.қ.Сол жаққа бір адым, қол шапалақтау. 3.Отыру тізені құшақтау. Басты тізеге тигізу. Тұру. 4.Б.қ. аяқты кең ашып тұру, қол белде -Алдына енкейю, қол артта жоғары. (5-6 рет) 5.Б.қ. қол белде. Қос аяқпен секіру. (6 рет)	Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Шағын топқа бөлініп жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдік сақтап жүру. Құм салынған қапшықты нысанаға лақтыру. Кіріспе бөлімі: Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, тәрбие-шінің белгісі бойынша шашыраңқы жүгіру жай жүруге ауыса отырып, өз орындарына тұру. ҰОҚ ӨТІЛУ БАРЫСЫ: Жалпы даму жаттығу-лары. Құралсыз 5- бөлім. 1.Аяқты алшақ қою, қол төменде, қолды жанына созу, түсіру, бастапқы қалып. 2. Етпеттен жету. Қайықтар суда жүзеді. 3. Шалқадан жату. Велосипед тебеміз 4.Аяқты созып отыру, қолды тіреу,тізені көтеріп, ішті тарту. 3. 5. Қолды белге қойып, екі аяқпен секіру, бір орнында тұрып жүру, қайта секіру. Тыныс алу жаттығулары: Шар үрлеу мұрынмен дем алып,ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу.	Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Шағын топқа бөлініп жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдік сақтап жүру. Құм салынған қапшық-ты нысанаға лақтыру. ҰОҚ ӨТІЛУ БАРЫСЫ: Жалпы даму жаттығу-лары. Құралсыз 5- бөлім. 1.Аяқты алшақ қою, қол төменде, қолды жанына созу, түсіру, бастапқы қалып. 2. Етпеттен жету. Қайықтар суда жүзеді. 3. Шалқадан жату. Велосипед тебеміз 4.Аяқты созып отыру, қолды тіреу,тізені көтеріп, ішті тарту. 4. 5. Қолды белге қойып, екі аяқпен секіру, бір орнында тұрып жүру, қайта секіру. Тыныс алу жаттығулары: Шар үрлеу мұрынмен дем алып,ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. 2.НЕГІЗГІ ҚИМЫЛ-ҚОЗҒАЛЫС ЖАТТЫҒУЛАРЫ 2- бөлім Түрлері: -Гимнастикалық орындық үстінен ішімен тартылып

Тыныс алу жаттығу «Сорғыш» - аяқтарын қосып, тік тұрып қолдарын кеуде тұсында ұстау; демін ішке жұтып, демін сыртқа шығару, дауыстап (ССССС) деп дыбыс шығарып, қолдарын жылжыту; тік тұру Негізгі қимыл-жаттығулары: 1. Арқанның астымен еңбектеп өту. 2.Қатар қойылған жіптерден аттап өту. Қимылды ойын: «Құстар» Ойын шартымен таныстыру.Балаларды мадақтау.	2.НЕГІЗГІ ҚИМЫЛ-ҚОЗҒАЛЫС ЖАТТЫҒУЛАРЫ 2- бөлім Түрлері: -Гимнастикалық орындық үстінен ішімен тартылып жүру. -Кубиктің арсымен допты домалату 3.Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар	жүру. -Кубиктің арсымен допты домалату 3.Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар
---	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 03-07 қаңтар 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
Денешынықтыру. Мақсаты: (ҮК) Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгіру. Допты қос қолдап лақтыру. I.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 Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар: (гүлдермен) 1. Қол мен иыққа арналған жаттығулар: «Тербелу» Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде. а) қолдарды жоғары көтеру. ә) екі жанға тербелу, оңға тербелу. б) солға тербелу. 2. Денеге арналған жаттығулар: «Бағыттаушы» Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде.	Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгіру. Допты қос қолдап лақтыру. I.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 Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар: (гүлдермен) 1. Қол мен иыққа арналған жаттығулар: «Тербелу» Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде. а) қолдарды жоғары көтеру. ә) екі жанға тербелу, оңға тербелу. б) солға тербелу. 2. Денеге арналған жаттығулар: «Бағыттаушы» Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде.	Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Кеглилер арасымен допты көтеріп жүру. Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. Ұйымдастыру кезеңі. . Балалармен амандасу Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру. «Орман аңдары» 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» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру. 3.Жалпы даму жаттығулары: (Доптармен). 1.Б.қ.: тік тұру, аяқ бірге, доп кеудеде. Допты алға созу. Жоғары көтеру. Алға созу. Б. қ. келу.

а) қолдағы гүлдерді жоғары көтеру. ә) алға созу. б) екі қолдағы гүлдерді кеуде тұсына әкелу. в) екі қолды жанға созу. г) б.қ.келу. 3. Аяққа арналған жаттығулар: «Алақай!» Б.қ: тік тұру, қол төменде. а) екі қолдағы гүлдерді кеуде тұсына әкеліп, тізені сәл бүгіп отыру. ә) бір орында секіріп, қолды жанға созу. б) б.қ. келу. Тыныс алу: «Әдемі гүлдің иісі, Гүл ашады қауызын» (қолдарындағы гүлдерді иіскеу) . Бастапқы қалыпқа келу. Негізгі қимыл-жаттығулары: 1. Тепе-теңдікті сақтап жүру. 2.Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу. Қимылды ойын: «Қасқырмен қояндар» ойыны: Ойын шартымен таныстыру.Балаларды мадақтау	а) қолдағы гүлдерді жоғары көтеру. ә) алға созу. б) екі қолдағы гүлдерді кеуде тұсына әкелу. в) екі қолды жанға созу. г) б.қ.келу. 3. Аяққа арналған жаттығулар: «Алақай!» Б.қ: тік тұру, қол төменде. а) екі қолдағы гүлдерді кеуде тұсына әкеліп, тізені сәл бүгіп отыру. ә) бір орында секіріп, қолды жанға созу. б) б.қ. келу. Тыныс алу: «Әдемі гүлдің иісі, Гүл ашады қауызын» (қолдарындағы гүлдерді иіскеу) . Бастапқы қалыпқа келу. Негізгі қимыл-жаттығулары: 1. Тепе-теңдікті сақтап жүру. 2.Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу. Қимылды ойын: «Қасқырмен қояндар» ойыны: Ойын шартымен таныстыру.Балаларды мадақтау	2.Б. қ.: аяқ иық көлеміндей алшақ, қол төменде. Допты алға созу.Отыру, тұру.Б. қ. келу 3. Б. қ.: Аяқ арасы иық көлеміндей алшақ, доп кеуде тұсында. Допты алға созу. Еңкею, допты тізеге тигізу. Б. қ. келу. 4. Қос аяқпен секіру. . Б. қ. келу. Тыныс алу жаттығулары: «Алақандағы допты үрлеу».
---	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 10-14 қаңтар 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
19. Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Еңіс тақтайдың үстімен еңбектеу. Жиектері шектелген тура жолақпен жүру. I.Кіріспе бөлім. Бір қатар сапқа тұру. Сәлемдесу.Шеңбер бойымен тұру. Қолды жоғары көтеріп, аяқ ұшымен жүреді,қолды жанға созып, өкшемен жүреді. Баяу жүгіру, жылдам жүгіру Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар: (жалаушамен) «Тербелу» Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде. а) қолдарды жоғары көтеру. ә) екі жанға тербелу, оңға тербелу. б) солға тербелу. «Бағыттаушы» Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде. а) қолдағы жалаушаларды жоғары көтеру, алға созу. б) екі қолдағы жалаушаны кеуде тұсына әкелу. в) екі қолды жанға созу.	Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Еңіс тақтайдың үстімен еңбектеу. Жиектері шектелген тура жолақпен жүру. I.Кіріспе бөлім. Бір қатар сапқа тұру. Сәлемдесу.Шеңбер бойымен тұру. Қолды жоғары көтеріп, аяқ ұшымен жүреді,қолды жанға созып, өкшемен жүреді. Баяу жүгіру, жылдам жүгіру Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар: (жалаушамен) «Тербелу» Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде. а) қолдарды жоғары көтеру. ә) екі жанға тербелу, оңға тербелу. б) солға тербелу. «Бағыттаушы» Б.қ: аяқ арасы алшақ, қол төменде. а) қолдағы жалаушаларды жоғары көтеру, алға созу. б) екі қолдағы жалаушаныкеуде тұсына әкелу. в) екі қолды жанға созу.	Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Алға қарай ұмтыла затқа дейін екі аяқтап секіру. Доға астынан нысанаға дейін еңбектеу. I.Кіріспе бөлім. Бір қатар сапқа тұру. Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау) Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар: Бқ. Қол белде басты оңға (солға) айналдыру БҚ. Қол иықта, иықты алға (артқа) айналдыру БҚ. Қол алда алақан жұмырдыққа түйілген жұмырдықты ішке (сыртқа) айналдыру. Шынтақты айналдыру, қолды алға (артқа) айналдыру. БҚ. Қол белде белді оң (солға) айналдыру БҚ. Қол тізеде тізені ішке (сыртқа) айналдыру БҚ. Тізе бірге оңға (солға) айналдыру БҚ. Оң аяқпен, сол аяқпен, екі аяқпен орнында секіру.

г) б.қ.келу. «Ұшамыз, қонамыз» Б.қ: тік тұру, қол төменде. а) екі қолдағы жалаушаны кеуде тұсына әкеліп, тізені сәл бүгіп отыру. ә) бір орында секіріп, қолды жанға созу. б) б.қ. келу. Тыныс алу: «Әдемі гүлдің иісі, Гүл ашады қауызын» Бастапқы қалыпқа келу. Негізгі қимыл-жаттығулары: 1. Еңіс тақтайдың үстімен еңбектеу. 2.Жиектері шектелген тура жолақпен жүру. Қимылды ойын: «Қасқырмен қояндар» ойыны: Ойын шартымен таныстыру.Балаларды мадақтау.	г) б.қ.келу. «Ұшамыз, қонамыз» Б.қ: тік тұру, қол төменде. а) екі қолдағы жалаушаны кеуде тұсына әкеліп, тізені сәл бүгіп отыру. ә) бір орында секіріп, қолды жанға созу. б) б.қ. келу. Тыныс алу: «Әдемі гүлдің иісі, Гүл ашады қауызын» Бастапқы қалыпқа келу. Негізгі қимыл-жаттығулары: 1. Еңіс тақтайдың үстімен еңбектеу. 2.Жиектері шектелген тура жолақпен жүру. Қимылды ойын: «Қасқырмен қояндар» ойыны: Ойын шартымен таныстыру.Балаларды мадақтау.	Тыныс алу жаттығулары: «ұйқыдағы мысық» «п-ы-р, п-ы-р»деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Негізгі қимыл-жаттығулары: 1. Алға қарай ұмтыла затқа дейін екі аяқтап секіру. 2.Доға астынан нысанаға дейін еңбектеу. Қимылды ойын: «Түсті автокөліктер» Ойын шартын түсіндіру. Балаларды мадақтау.
--	--	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 17-21 қаңтар 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
1. Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Алға қарай ұмтыла затқа дейін екі аяқтап секіру. Доға астынан нысанаға дейін еңбектеу. I.Кіріспе бөлім. Бір қатар сапқа тұру. Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау) Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар: Бқ. Қол белде басты оңға (солға) айналдыру БҚ. Қол иықта, иықты алға (артқа) айналдыру БҚ. Қол алда алақан жұмырдыққа түйілген жұмырдықты ішке (сыртқа) айналдыру. Шынтақты айналдыру, қолды алға (артқа) айналдыру. БҚ. Қол белде белді оң (солға) айналдыру БҚ. Қол тізеде тізені ішке (сыртқа) айналдыру БҚ. Тізе бірге оңға (солға) айналдыру БҚ. Оң аяқпен, сол аяқпен, екі аяқпен орнында секіру.	Денешынықтыру (ҮК) Мақсаты: (ҮК) Шеңбер бойымен қолдарымен әртүрлі қалыптар жасай жүру. Доптарды бір-біріне домалату. Балалармен амандасу. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. 4 қатарға сапқа отыру. Жалпы дамыту жаттығулар: Доппен жаттығу 1.Аяқты алшақ қою, доп төменде, допты алға созу, жоғары көтеру, түсіру. бастап-қы қалып.5-6 рет. 2.Допты екі қолмен алға ұстау. Допты оң аяқ пен сол аяққа домалату.Бастапқы қалып. 3.Допты екі қолмен ұстау.Еденге тигенше еңкею.. 4.Тіземен отыру. Допты оңға, солға өзін айналдыру. 5. Допты еденге қою. Допты айнала секіру, адымдап орнында жүру, қайта секіру. Тыныс алу	Денешынықтыру(БК) Мақсаты: (БК) Шеңбер бойымен қолдарымен әртүрлі қалыптар жасай жүру. Доптарды бір-біріне домалату Балалармен амандасу. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. 4 қатарға сапқа отыру. Жалпы дамыту жаттығулар: Доппен жаттығу 1.Аяқты алшақ қою, доп төменде, допты алға созу, жоғары көтеру, түсіру. бастап-қы қалып.5-6 рет. 2.Допты екі қолмен алға ұстау. Допты оң аяқ пен сол аяққа домалату.Бастапқы қалып. 3.Допты екі қолмен ұстау.Еденге тигенше еңкею.. 4.Тіземен отыру. Допты оңға, солға өзін айналдыру. 5. Допты еденге қою. Допты айнала секіру, адымдап орнында жүру, қайта секіру. Тыныс алу

Тыныс алу жаттығулары: «ұйқыдағы мысық» «п-ы-р, п-ы-р»деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Негізгі қимыл-жаттығулары: 1. Алға қарай ұмтыла затқа дейін екі аяқтап секіру. 2.Доға астынан нысанаға дейін еңбектеу. Қимылды ойын: «Түсті автокөліктер» Ойын шартын түсіндіру. Балаларды мадақтау	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулары. 1. Үлкен допты доға астынан домалату 2. Кішкене доптарды шелекке дәл лақтыру арқылы салу Қимылды ойын: «Тауық пен балапандар» Балаларды мадақтау.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулары. 1. Үлкен допты доға астынан домалату 2. Кішкене доптарды шелекке дәл лақтыру арқылы салу Қимылды ойын: «Тауық пен балапандар» Балаларды мадақтау.
--	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 24-28 қаңтар 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Шағын топқа бөлініп, бағытты өзгертіп жүру. 20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өту. ҰОҚ өтілу барысы. 1. Бір қатар сапқа тұр. 2. Сәлемдесу. (Нұсқауларды орындау) Баяу жүгіру, жылдам жүгіру. Жалпы даму жаттығулары: Б.қ.: тік тұру, таяқшаны қос қолмен ұстау. 1. Қолдағы таяқшаны алға созу. 2. Кеудеге әкелу, оңға созу, кеудеге әкелу, солға созу Б. қ. келу. 4-5 рет Б.қ.: аяқтар арасы сәл ашық, қол төменде. 1. Таяқшаны жоғары көтеру. 2. Алға иіліп созылу. 3. Қос қолды кеуде тұсына әкелу. 4. Б. қ. келу. Б. қ.: отыру, аяқты алға созу. 1. Таяқшаны қос қолмен жоғары көтеру. 2. Тізеге тигізу. 3. Б. қ. келу.	Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Шағын топқа бөлініп, бағытты өзгертіп жүру. 20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өту. ҰОҚ өтілу барысы. 1. Бір қатар сапқа тұр. 2. Сәлемдесу. (Нұсқауларды орындау) Баяу жүгіру, жылдам жүгіру. Жалпы даму жаттығулары: Б.қ.: тік тұру, таяқшаны қос қолмен ұстау. 1. Қолдағы таяқшаны алға созу. 2. Кеудеге әкелу, оңға созу, кеудеге әкелу, солға созу Б. қ. келу. 4-5 рет Б.қ.: аяқтар арасы сәл ашық, қол төменде. 1. Таяқшаны жоғары көтеру. 2. Алға иіліп созылу. 3. Қос қолды кеуде тұсына әкелу. 4. Б. қ. келу. Б. қ.: отыру, аяқты алға созу. 1. Таяқшаны қос қолмен жоғары көтеру. 2. Тізеге тигізу. 3. Б. қ. келу.	Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Еңіс тақтайдың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру (ені 25 см, бір басы 15 см көтерілгенде). Допты екі қолмен төменнен лақтыру. Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жүгіру. шеңберге тұрарда себеттен екі жалауша алу. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары /жалаушамен, әуенмен Б.қ.: «Желбірейді жалау» 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. /4 рет қайталау/ Б.қ.: «Әткеншек» 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет/ Б.қ.: «Кім жылдам» 3. Аяқтарын алшық қою, отыру жалаушаны алға

3. Аяқ бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: 1. Таяқшаны кеуде тұсында ұстау.секіру.. 4. Б. қ. келу Тыныс алу: - аяқ арасы алшақ, таяқшаны қос қолмен жоғары көтеру (ауа жұту); - шарды тізеге тигізу (дем шығару). Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы 1. 20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өту 2. Доғалар астынан еңбектеп өту. Қимылды ойын: №12. Автобус Мақсаты: Балалар қатарға бір-бірден тұрады. Тәрбиеші автобус жүргізушісі. Қалғандары жолаушылар. Қорытынды: Балаларды мадақтау.	3. Аяқ бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: 1. Таяқшаны кеуде тұсында ұстау. секіру.. 4. Б. қ. келу Тыныс алу: - аяқ арасы алшақ, таяқшаны қос қолмен жоғары көтеру (ауа жұту); - шарды тізеге тигізу (дем шығару). Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы 1. 20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өту 2. Доғалар астынан еңбектеп өту. Қимылды ойын: №12. Автобус Мақсаты: Балалар қатарға бір-бірден тұрады. Тәрбиеші автобус жүргізушісі. Қалғандары жолаушылар. Қорытынды: Балаларды мадақтау.	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 алшақ қою, жалаушалар жоғары көтеріп,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. Қимыл-қозғалыс жаттығулары. - Еңіс тақтайдың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру (ені 25 см, бір басы 15 см көтерілгенде). -Допты екі қолмен төменнен лақтыру. Қимылды ойын: « Құстар жем жейді» Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ Маршпен жүру. «Айналу» - бір - бірінің қолынан ұстай отырып, айнала жүгіру. Бастапқы қалыпқа келу. Балаларды мадақтау.
--	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 31 қаңтар 04 ақпан 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
1. Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Шағын топқа бөлініп, бағытты өзгертіп жүру. 20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өту. ҰОҚ өтілу барысы. 1. Бір қатар сапқа тұр. 2. Сәлемдесу. (Нұсқауларды орындау) Баяу жүгіру, жылдам жүгіру. Жалпы даму жаттығулары: Б.қ.: тік тұру, таяқшаны қос қолмен ұстау. 1. Қолдағы таяқшаны алға созу. 2. Кеудеге әкелу, оңға созу, кеудеге әкелу, солға созу Б. қ. келу. 4-5 рет Б.қ.: аяқтар арасы сәл ашық, қол төменде. 1. Таяқшаны жоғары көтеру. 2. Алға иіліп созылу. 3. Қос қолды кеуде тұсына әкелу. 4. Б. қ. келу. Б. қ.: отыру, аяқты алға созу. 1. Таяқшаны қос қолмен жоғары көтеру. 2. Тізеге тигізу. 3. Б. қ. келу.	Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Шағын топқа бөлініп, бағытты өзгертіп жүру. 20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өту. ҰОҚ өтілу барысы. 1. Бір қатар сапқа тұр. 2. Сәлемдесу. (Нұсқауларды орындау) Баяу жүгіру, жылдам жүгіру. Жалпы даму жаттығулары: Б.қ.: тік тұру, таяқшаны қос қолмен ұстау. 1. Қолдағы таяқшаны алға созу. 2. Кеудеге әкелу, оңға созу, кеудеге әкелу, солға созу Б. қ. келу. 4-5 рет Б.қ.: аяқтар арасы сәл ашық, қол төменде. 1. Таяқшаны жоғары көтеру. 2. Алға иіліп созылу. 3. Қос қолды кеуде тұсына әкелу. 4. Б. қ. келу. Б. қ.: отыру, аяқты алға созу. 1. Таяқшаны қос қолмен жоғары көтеру. 2. Тізеге тигізу. 3. Б. қ. келу.	Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Еңіс тақтайдың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру (ені 25 см, бір басы 15 см көтерілгенде). Допты екі қолмен төменнен лақтыру. Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жүгіру. шеңберге тұрарда себеттен екі жалауша алу. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары /жалаушамен, әуенмен Б.қ.: «Желбірейді жалау» 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. /4 рет қайталау/ Б.қ.: «Өткеншек» 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет/ Б.қ.: «Кім жылдам» 3. Аяқтарын алшық қою, отыру жалаушаны алға

3. Аяқ бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: 1. Таяқшаны кеуде тұсында ұстау.секіру.. 4. Б. қ. келу Тыныс алу: - аяқ арасы алшақ, таяқшаны қос қолмен жоғары көтеру (ауа жұту); - шарды тізеге тигізу (дем шығару). Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы 1. 20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өту 2. Доғалар астынан еңбектеп өту. Қимылды ойын: №12. Автобус Мақсаты: Балалар қатарға бір-бірден тұрады. Тәрбиеші автобус жүргізушісі. Қалғандары жолаушылар. Қорытынды: Балаларды мадақтау	3. Аяқ бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: 1. Таяқшаны кеуде тұсында ұстау. секіру.. 4. Б. қ. келу Тыныс алу: - аяқ арасы алшақ, таяқшаны қос қолмен жоғары көтеру (ауа жұту); - шарды тізеге тигізу (дем шығару). Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы 1. 20 см арақашықтықта орналасқан таспалардан аттап өту 2. Доғалар астынан еңбектеп өту. Қимылды ойын: №12. Автобус Мақсаты: Балалар қатарға бір-бірден тұрады. Тәрбиеші автобус жүргізушісі. Қалғандары жолаушылар. Қорытынды: Балаларды мадақтау	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 алшақ қою, жалаушалар жоғары көтеріп,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. Қимыл-қозғалыс жаттығулары. - Еңіс тақтайдың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру (ені 25 см, бір басы 15 см көтерілгенде). -Допты екі қолмен төменнен лақтыру. Қимылды ойын: « Құстар жем жейді» Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ Маршпен жүру. «Айналу» - бір - бірінің қолынан ұстай отырып, айнала жүгіру. Бастапқы қалыпқа келу. Балаларды мадақтау.
---	--	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 07-11 ақпан 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
Денешынықтыру Мақсаты: (Б.К) Еңіс тақтайдың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру (ені 25 см, бір басы 15 см көтерілгенде). Допты екі қолмен төменнен лақтыру. Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жүгіру. шеңберге тұрарда себеттен екі жалауша алу. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары /жалаушамен, әуенмен Б.қ.: «Желбірейді жалау» 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. /4 рет қайталау/ Б.қ.: «Өткеншек» 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет/ Б.қ.: «Кім жылдам»	Денешынықтыру. Мақсаты: (Ү.К) Белгі бойынша шашырап жүгіру. Арқанның астымен еңбектеу. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2.Кіріспе Педагогтың артынан жүру,жүгіру. Шеңберге тұру. 3.Жалпы даму жаттығулары. Құралсыз. Б.қ. өкше түйстірілген, қол төмен түсірілген. Қолды алға созып, шапалақ соғу, бастапқы қалыпқа қайту (5 рет). 2.Б.қ. аяқты алшақтатып, қолды алға ұстап, отыру. Еңкею, қолды аяқтың ұшына тигізу, түзелу, қолды арқаға ұстау, бастапқы қалыпқа қайту (4 рет) 3.Б.қ. аяқ сәл алшақтатылған, қол белде. Жүрумен кезектестіріп, екі аяқпен бір орында секіру (2 рет) 4. Тыныс алу жаттығулары: «Өтеш» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару.	Денешынықтыру Мақсаты: (Б.К) Белгі бойынша шашырап жүгіру. Арқанның астымен еңбектеу. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2.Кіріспе Педагогтың артынан жүру,жүгіру. Шеңберге тұру. 3.Жалпы даму жаттығулары. Құралсыз. Б.қ. өкше түйстірілген, қол төмен түсірілген. Қолды алға созып, шапалақ соғу, бастапқы қалыпқа қайту (5 рет). 2.Б.қ. аяқты алшақтатып, қолды алға ұстап, отыру. Еңкею, қолды аяқтың ұшына тигізу, түзелу, қолды арқаға ұстау, бастапқы қалыпқа қайту (4 рет) 3.Б.қ. аяқ сәл алшақтатылған, қол белде. Жүрумен кезектестіріп, екі аяқпен бір орында секіру (2 рет) 4. Тыныс алу жаттығулары: «Өтеш» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару.

3. Аяқтарын алшық қою, 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 алшақ қою, жалаушалар жоғары көтеріп, 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. Қимыл-қозғалыс жаттығулары. - Еңіс тақтайдың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру (ені 25 см, бір басы 15 см көтерілгенде). -Допты екі қолмен төменнен лақтыру. Қимылды ойын: « Құстар жем жейді» Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ Маршпен жүру. «Айналу» - бір - бірінің қолынан ұстай отырып, айнала жүгіру. Бастапқы қалыпқа келу. Балаларды мадақтау.	4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. -Арқанның астымен еңбектеу. - Кубиктердің арасымен жай жүгіру Қимылды ойын: «Қояндар мен қасқыр Қортынды. Балаларды мадақтау	4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. - Арқанның астымен еңбектеу. - Кубиктердің арасымен жай жүгіру Қимылды ойын: «Қояндар мен қасқыр Қортынды. Балаларды мадақтау
--	---	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 14-18 ақпан 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
20. Денешынықтыру Мақсаты: (Ү.К) Шашырап жүгіру. Еденде 10-20 см қашықтықта (екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру. Ұйымдастыру кезеңі. Балалармен амандасу 1-бөлім сақиналармен қоршалған шеңберде жүру және жүгіру. шеңбердің төрттен үш бөлігімен жүру және жүгіру - толық шеңбер: тоқтау, басқа бағытқа бұрылу II. Жалпы дамыту жаттығулары. Сақинамен 1. Б.Қ – аяқтар аяқтың ені бір-бірінен алшақ, оң қолда сақина 2. Сақинаны сол қолға беру, екі қолды жоғары көтеру. Қолдарды бүйір арқылы төмен түсіру. Қолыңызды жоғары көтеру, сақинаны оң қолға беру. Қолды төмен қарай түсіру (4-5 рет). 2. Б.Қ - аяқтар аяқтың ені бойынша, иілген қолдардағы сақина кеудеде. Отыру, сақина алға, қолды түзу ұстау. Тұру, б.к. (4-5 рет). 3. Б.Қ – тізені бұғу, оң қолда сақина. Оңға бұрылу, сақинаны оң аяққа қою, Оңға бұрылу,	Денешынықтыру Мақсаты: (Б.К) Шашырап жүгіру. Еденде 10-20 см қашықтықта (екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру. Ұйымдастыру кезеңі. Балалармен амандасу 1-бөлім сақиналармен қоршалған шеңберде жүру және жүгіру. шеңбердің төрттен үш бөлігімен жүру және жүгіру - толық шеңбер: тоқтау, басқа бағытқа бұрылу II. Жалпы дамыту жаттығулары. Сақинамен 1. Б.Қ – аяқтар аяқтың ені бір-бірінен алшақ, оң қолда сақина 2. Сақинаны сол қолға беру, екі қолды жоғары көтеру. Қолдарды бүйір арқылы төмен түсіру. Қолыңызды жоғары көтеру, сақинаны оң қолға беру. Қолды төмен қарай түсіру (4-5 рет). 2. Б.Қ - аяқтар аяқтың ені бойынша, иілген қолдардағы сақина кеудеде. Отыру, сақина алға, қолды түзу ұстау. Тұру, б.к. (4-5 рет). 3. Б.Қ – тізені бұғу, оң қолда сақина. Оңға бұрылу, сақинаны оң аяққа қою, Оңға бұрылу, сақинаны алу, түзелу, солға бұрылу, сол аяққа қою. Б.Қ (3 рет).	Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Гимнастикалық орындық үстінен жүріп өту. Секіртпеден секіру. Ұйымдастыру кезеңі. Балалармен амандасу 1 бөлім. Баған бойынша бірінен соң бірі жүру. Педагог нұсқауымен: «Тышқандар!» ұсақтауға арналған қадаммен ауысу, енді тұрақты серуендеу. «Жылқылар!» - жүгіру, тізені жоғары көтеру, қалыпты жүгіріске ауысу. Жүру және жүгіру жаттығулары кезектесіп өтеді. 2 бөлім. Жалпы дамыту жаттығулары. Кішкене құрсаумен 1. Б.Қ - аяқтың ені бір-бірінен алшақ, екі қолда құрсау, екі жағынан, төменнен ұстау. Жоғары көтеру, қарау, төмен түсіру, б.к. (5 рет). 2. Б.Қ. - аяқтар аяқтың ені бойынша, құрсау екі қолда кеудеде. Отыру, алға шеңбер жасау. Жоғары көтеру, бастапқы қалып (5 рет). 3. Б.Қ - отыру, аяқтар алшақ, екі қолда құрсау төменде құрсауды жоғары көтеру; алға еңкею, құрсаудың жиегін еденге тигізу. Түзулену б.к

сақинаны алу, түзелу, солға бұлылу, сол аяққа қою. Б.Қ (3 рет). 4. И. б. - аяқтар сәл алшак, қолдар белде, еденде сақина. Екі аяғымен сақинаның айналасында екі аяқпен секіру; секіру сериясы арасында кішкене кідіріс (2 р) Қимыл қозғалыс жаттығулары. 1. Гимнастикалық орындық үстінен жүріп өту. 2. Секіру. Еденде 10-20 см қашықтықта (екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру. Қимылды ойын: «Өз түсінді тап» ашық аспан астындағы ойын. 3 бөлім. Балалардың таңдауы бойынша төмен қозғалмалы ойын.	4. И. б. - аяқтар сәл алшак, қолдар белде, еденде сақина. Екі аяғымен сақинаның айналасында екі аяқпен секіру; секіру сериясы арасында кішкене кідіріс (2 р) Қимыл қозғалыс жаттығулары. 1. Гимнастикалық орындық үстінен жүріп өту. 2. Секіру. «Күңгірттен діңге». Залдың екі жағында жалпақ құрсау бір-біріне тығыз орналастырылған. Құрсаудан құрсауға секіру 2-3 рет Қимылды ойын: «Өз түсінді тап» ашық аспан астындағы ойын. 3 бөлім. Балалардың таңдауы бойынша төмен қозғалмалы ойын.	4. Б:Қ арқамен жату, құрсау бастан жоғары. Аяқты тік көтеру, тізені құрсауының жиегіне тигізу. Аяқты төмен түсіру, б.к. (4 рет). 5. Б.Қ - құрсаудың алдында тұру, аяқ сәл алшак, қолдар белде. құрсаудың айналасында аяқпен секіру Секіру арасында кішкене кідіріспен (2-3 рет). Қимыл-қозғалыс жаттығулары 1. «Көңілді торғайлар» секіру. 2. «Ептілікпен және тез!» Допты домалату. Залда, еденде екі параллель сызықта бір-бірінен 50 см қашықтық арасында допты домалату, оны екі қолмен итеру Қимылды ойындар: «Ұядағы кішкентай торғайлар» Педагогтың көмегімен балалар - «торғайлар» 3-4 топқа бөлініп, «ұялардың» ішіне отырады. (шнурлардан немесе арқаннан жасалған үлкен диаметрлі шеңберлер). Тәрбиешінің белгісі бойынша: «Торғайлар» ұядан «ұшып, құрсауды басып өтіп, жан-жаққа шашырап кетті. Тезірек-» дәндерді жеп ал Сигнал бойынша: «Құстар, ұяларға!» Ойын 3 рет қайталанады.
---	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 21-25 ақпан 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
21. Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Гимнастикалық орындық үстінен жүріп өту. Секіртпеден секіру. ҰОҚ өтілу барысы Ұйымдастыру кезеңі. Балалармен амандасу 1 бөлім.Баған бойынша бірінен соң бірі жүру. Педагог нұсқауымен: «Тышқандар!» ұсақтауға арналған қадаммен ауысу, енді тұрақты серуендеу. «Жылқылар!» - жүгіру, тізені жоғары көтеру, қалыпты жүгіріске ауысу. Жүру және жүгіру жаттығулары кезектесіп өтеді. 2 бөлім. Жалпы дамыту жаттығулары. Кішкене құрсаумен 1. Б.Қ - аяқтың ені бір-бірінен алшақ, екі қолда құрсау, екі жағынан, төменнен ұстау. Жоғары көтеру, карау, төмен түсіру, б.қ.(5 рет). 2. Б.Қ. - аяқтар аяқтың ені бойынша, құрсау екі қолда кеудеде. Отыру, алға шеңбер жасау. Жоғары көтеру, бастапқы қалып (5 рет). 3. Б.Қ - отыру, аяқтар алшақ, екі қолда құрсау	Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Түзу және ирек жолдармен жүгіру. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. ҰОҚ өтілу барысы Ұйымдастыру кезеңі. Балалармен амандасу 1.Түсіндіру, көрсету. Бағанда бір-бірден жүру, шнурлардың үстінен оң аяғымен кезек-кезек басу. Шнурлар бір-бірінен 30-35 см қашықтықта салынады II.Жалпы дамыту жаттығулары. Доппен 1.Б.Қ: - аяқтар аяқтың ені бойынша доп екі қолда төменде. Допты жоғары көтеру , төмен қарай түсіру. Б.қ. (4-5 рет). 2. Б.Қ - аяқтар сәл алшақ, доп екі қолда кеудеде. Отыру, допты алақанға домалату, тұру, б.қ (4-5) 3. Б.Қ. - отыру, аяқтар алшақ, иілген доп кеудеге ұстау. Допты жоғары көтеру, допты аяқтың арасындағы еденге созылып тигізу Түзелу. Бас қалып (4 рет). 4. Б.Қ - аяқтар бірге, доп кеудеде екі қолда. Айнала бұрылып екі аяқпен секіру (3-4 рет). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.	Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Түзу және ирек жолдармен жүгіру. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. ҰОҚ өтілу барысы Ұйымдастыру кезеңі. Балалармен амандасу 1.Түсіндіру, көрсету. Бағанда бір-бірден жүру, шнурлардың үстінен оң аяғымен кезек-кезек басу. Шнурлар бір-бірінен 30-35 см қашықтықта салынады II.Жалпы дамыту жаттығулары. Доппен 1.Б.Қ: - аяқтар аяқтың ені бойынша доп екі қолда төменде. Допты жоғары көтеру , төмен қарай түсіру. Б.қ. (4-5 рет). 2. Б.Қ - аяқтар сәл алшақ, доп екі қолда кеудеде. Отыру, допты алақанға домалату, тұру, б.қ (4-5) 3. Б.Қ. - отыру, аяқтар алшақ, иілген доп кеудеге ұстау. Допты жоғары көтеру, допты аяқтың арасындағы еденге созылып тигізу Түзелу. Бас қалып (4 рет). 4. Б.Қ - аяқтар бірге, доп кеудеде екі қолда. Айнала бұрылып екі аяқпен секіру (3-4 рет). Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулар.

төменде құрсауды жоғары көтеру; алға еңкею, құрсаудың жиегін еденге тигізу. Түзулену б.к 4. Б:Қ арқамен жату, құрсау бастан жоғары. Аяқты тік көтеру, тізені құрсауының жиегіне тигізу. Аяқты төмен түсіру, б.к. (4 рет). 5. Б.Қ - құрсаудың алдында тұру, аяқ сәл алшақ, қолдар белде. құрсаудың айналасында аяқпен секіру Секіру арасында кішкене кідіріспен (2-3 рет). Қимыл-қозғалыс жаттығулары 1. «Көңілді торғайлар» секіру. 2. «Ептілікпен және тез!» Допты домалату. Залда, еденде екі параллель сызықта бір-бірінен 50 см қашықтық арасында допты домалату, оны екі қолмен итеру Қимылды ойындар: «Ұядағы кішкентай торғайлар» Педагогтың көмегімен балалар - «торғайлар» 3-4 топқа бөлініп, «ұялардың» ішіне отырады. (шнурлардан немесе арқаннан жасалған үлкен диаметрлі шеңберлер). Тәрбиешінің белгісі бойынша: «Торғайлар» ұядан «ұшып, құрсауды басып өтіп, жан-жаққа шашырап кетті. Тезірек-» дәндерді жеп ал Сигнал бойынша: «Құстар, ұяларға!» Ойын 3 рет қайталанады.	-Түзу және ирек жолдармен жүгіру. -Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Торғайлар мен мысық» ойыны. III бөлім. Допты қолына ұстап бір-бірден жүру.	-Түзу және ирек жолдармен жүгіру. -Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Торғайлар мен мысық» ойыны. III бөлім. Допты қолына ұстап бір-бірден жүру.
---	--	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 28ақпан- 04 наурыз 2022жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
1. Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Түзу және ирек жолдармен жүгіру. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Ұйымдастыру кезеңі. Балалармен амандасу Шеңберге тұру.Шеңбермен жүру Жүруді жеңіл жүгірумен алмастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: (жалаушалармен орындау): Б.қ.:аяқтарын сәл алшақ қойып,жалаушаларды төмен түсіріп тұру. Жалаушаларды жоғары көтеру,оларды айқастырып, бір – біріне тықылдату,төмен түсіру. Б.қ.:тізерлеп отыру,жалаушаларды төмен түсіріп тұру. Жалаушаларды жоғары көтеру,оларды оңға және солға бұлғау,б.қ. оралу. Б.қ.:аяқтарын сәл алшақ қойып,жалаушаларды төмен түсіріп тұру. Б.қ.бір орында қос аяқпен секіру Тыныс алу жаттығуы Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулар.	Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Түзу және ирек жолдармен жүгіру. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Ұйымдастыру кезеңі. Балалармен амандасу Шеңберге тұру.Шеңбермен жүру Жүруді жеңіл жүгірумен алмастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: (жалаушалармен орындау): Б.қ.:аяқтарын сәл алшақ қойып,жалаушаларды төмен түсіріп тұру. Жалаушаларды жоғары көтеру,оларды айқастырып, бір – біріне тықылдату,төмен түсіру. Б.қ.:тізерлеп отыру,жалаушаларды төмен түсіріп тұру. Жалаушаларды жоғары көтеру,оларды оңға және солға бұлғау,б.қ. оралу. Б.қ.:аяқтарын сәл алшақ қойып,жалаушаларды төмен түсіріп тұру. Б.қ.бір орында қос аяқпен секіру Тыныс алу жаттығуы Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулар.	Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Әр түрлі бағытта жүруден жүгіруге ауысу.Шеңберден шеңберге аттау. Ұйымдастыру кезеңі. Балалармен амандасу.. Шеңбер жасап жүру. Қолды жоғары созайық, Шапалақты ұрайық. Шеңбер жасап тұру Жалпы дамытушы жаттығулар:(таяқшалар) «Біз күштіміз!» 1.Екі қолды алға созып 2.таяқшаны кеуде тұсына әкелу.«Біз барлаушымыз!» Б.қ.: аяқ арасы иық көлеміндей алшақ, қол төменде. 1.Қос қолды жоғары көтеру. 2.Денені бұрып – оңға иілу 3.Денені бұрып – солға иілу. 4.Б.қ. «Біз штангашымыз!» Б.қ.: аяқ арасы алшақ, қол төменде. 1. Таяқшаны кеуде тұсына ұстау. 2. Таяқшаны

-Түзу және ирек жолдармен жүгіру. -Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Қояндар мен қасқыр» Ойын шартын түсіндіру. Балалармен бірлесе ойнау. Бір біріне кедергі жасамай жүгіруге дағдыландыру Балаларды мадақтау	-Түзу және ирек жолдармен жүгіру. -Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Қояндар мен қасқыр» Ойын шартын түсіндіру. Балалармен бірлесе ойнау. Бір біріне кедергі жасамай жүгіруге дағдыландыру Балаларды мадақтау.	жоғары көтеру. 3.Шынтақты бүгіп, иыққа тигізу. 4.Б.қ. «Біз ептіміз!» Б.қ.: екі аяқ бірге, қол төменде, таяқша баланың алдында жатады. 1.Қос қол белде. 2.Тізені сәл бүгіп, таяқшадан секіру 3.Б.қ. Тыныс алу: 1.Аяқ арасы алшақ, таяқшаны қос қолмен екі шетінен жоғары көтеру, ауа жұту. 2.Таяқшаны кеуде тұсына әкеліп, мұрнымен дем шығару. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулар. 1.Допты жоғары лақтыру 2.Шеңберден шеңберге аттау. Қимылды ойын: «Торғайлар мен машина» Ойын шартын түсіндіру. Балалармен бірлесе ойнау. Бір біріне кедергі жасамай жүгіруге дағдыландыру Балаларды мадақтау
---	--	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 07-11 наурыз 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Өр түрлі бағытта жүруден жүгіруге ауысу. Шеңберден шеңберге аттау. Ұйымдастыру кезеңі. Балалармен амандасу.. Шеңбер жасап жүру. Қолды жоғары созайық, Шапалақты ұрайық. Шеңбер жасап тұру Жалпы дамытушы жаттығулар: (таяқшалар) «Біз күштіміз!» 1. Екі қолды алға созып 2. таяқшаны кеуде тұсына әкелу. «Біз барлаушымыз!» Б.қ.: аяқ арасы иық көлеміндей алшақ, қол төменде. 1. Қос қолды жоғары көтеру. 2. Денені бұрып – оңға иілу 3. Денені бұрып – солға иілу. 4. Б.қ. «Біз штангашымыз!» Б.қ.: аяқ арасы алшақ, қол төменде. 1. Таяқшаны кеуде тұсына ұстау. 2. Таяқшаны	Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Допты алға домалату, қуып жету. Бір сызықтан қос аяқпен секіру. 3. Денешынықтыру. Мақсаты: (ҮК) Допты алға домалату, қуып жету. Бір сызықтан қос аяқпен секіру. Ұйымдастыру кезеңі. 1. Балалармен амандасу 2. Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру. «Орман аңдары» 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» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру. 3. Жалпы даму жаттығулары: (Доптармен). 1. Б.қ.: тік тұру, аяқ бірге, доп кеудеде. Допты алға созу. Жоғары көтеру. Алға созу. Б. қ. келу.	Денешынықтыру. Мақсаты: (ҮК) Допты алға домалату, қуып жету. Бір сызықтан қос аяқпен секіру. Ұйымдастыру кезеңі. 1. Балалармен амандасу 2. Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру. «Орман аңдары» 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» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру. 3. Жалпы даму жаттығулары: (Доптармен). 1. Б.қ.: тік тұру, аяқ бірге, доп кеудеде. Допты алға созу. Жоғары көтеру.

жоғары көтеру. 3.Шынтақты бүгіп, иыққа тигізу. 4.Б.қ. «Біз ептіміз!» Б.қ.: екі аяқ бірге, қол төменде, таяқша баланың алдында жатады. 1.Қос қол белде. 2.Тізені сәл бүгіп, таяқшадан секіру 3.Б.қ. Тыныс алу: 1.Аяқ арасы алшақ, таяқшаны қос қолмен екі шетінен жоғары көтеру, ауа жұту. 2.Таяқшаны кеуде тұсына әкеліп, мұрнымен дем шығару. Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулар. 1.Допты жоғары лақтыру 2.Шеңберден шеңберге аттау. Қимылды ойын: «Торғайлар мен машина» Ойын шартын түсіндіру. Балалармен бірлесе ойнау. Бір біріне кедергі жасамай жүгіруге дағдыландыру Балаларды мадақтау	2.Б. қ.: аяқ иық көлеміндей алшақ, қол төменде. Допты алға созу.Отыру, тұру.Б. қ. келу 3. Б. қ.: Аяқ арасы иық көлеміндей алшақ, доп кеуде тұсында. Допты алға созу. Еңкею, допты тізеге тигізу. Б. қ. келу. 4. Қос аяқпен секіру. Б. қ. келу. Тыныс алу жаттығулары: «Алақандағы допты үрлеу». 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы -Допты алға домалату, қуып жету. -Бір сызықтан қос аяқпен секіру. 5. Қимылды ойын: « Қояндар мен қасқыр» Ойын шартын түсіндіру. Балалармен бірлесе ойнау. Бір біріне кедергі жасамай жүгіруге дағдыландыру Балаларды мадақтау	Алға созу. Б. қ. келу. 2.Б. қ.: аяқ иық көлеміндей алшақ, қол төменде. Допты алға созу. Отыру, тұру. Б. қ. келу 3. Б. қ.: Аяқ арасы иық көлеміндей алшақ, доп кеуде тұсында. Допты алға созу. Еңкею, допты тізеге тигізу. Б. қ. келу. 4. Қос аяқпен секіру. . Б. қ. келу. Тыныс алу жаттығулары: «Алақандағы допты үрлеу». 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы -Допты алға домалату, қуып жету. -Бір сызықтан қос аяқпен секіру. 5. Қимылды ойын: « Қояндар мен қасқыр» Ойын шартын түсіндіру. Балалармен бірлесе ойнау. Бір біріне кедергі жасамай жүгіруге дағдыландыру Балаларды мадақтау.
---	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 07-11 наурыз 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
22. Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Шеңбер бойымен аяқтың ұшымен жүру. Арқанның астымен нысанаға дейін еңбектеу. Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жеңіл жүгіру. еңкейтілген тақтайшамен жоғары, төмен жүру . екі жалауша алып, шеңберге тұру. Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары Жалаушамен Б.қ.: «Желбірейді 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 алшақ қойылған , жалаушалар жанға созу. Иықты қозғап, суда жүзу қимылын жасау. / 6 рет қайталау/ Б.қ.: «Айқастыр» 3. Аяқты алшақ қоямыз. Жалаушалар төменде. Оң қолдағы жалаушаны сол иыққа апару, сол қолдағы жалаушаны оң иыққа апару. «айқасты»	Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Қос аяқтап секіру біліктерін жетілдіру, қимыл үйлесімділігін дамыту Допты 1 м қашықтықтағы қақпаға домалату. /орамалмен, әуенмен/ Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру. «Үйректің балапаны» - кеудені алға қарай еңкейте отырып жүру. «Түйеқұс» - тізені жоғары көтере жүру.Шеңбер бойымен жай жүру . Шеңбер бойымен тұру. /шеңберге тұрарда себеттен бір орамалдан алу/ Негізгі бөлім: Б.қ.: «Көбелек ұшты» 1. Аяқтар алшақ қойылған, орамал бүйірде. басты оңнан – солға, солдан - оңға қарай айналдыру. /6 рет / Б. қ.: «Көңілді орамал» 2. Аяқ иық көлемінде, орамал иықта, иықты артқа –алдыға, төмен –жоғары қозғау. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Ғажайып кемпірқосақ»	1. Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Шеңбер бойымен аяқтың ұшымен жүру. Арқанның астымен нысанаға дейін еңбектеу. Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жеңіл жүгіру. еңкейтілген тақтайшамен жоғары, төмен жүру екі жалауша алып, шеңберге тұру. Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары Жалаушамен Б.қ.: «Желбірейді 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 алшақ қойылған , жалаушалар жанға созу. Иықты қозғап, суда жүзу қимылын жасау. / 6 рет қайталау/ Б.қ.: «Айқастыр» 3. Аяқты алшақ 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 алшақ қоямыз. Жалаушалар белде. Алдыға қарай еңкею, артқа шалқаю. /6 рет қайталау Б.қ.: «Серіппе» 5. Аяқтарын алшақ қою, жалауша төменде. Орнында тұрып «серіппе» секілді секіру. /15-20 секунд/ Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ Тыныс алу жаттығулары: «Отын» - балалар ағаш шауып жатқан тәрізді болады.мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Негізгі қимыл-жаттығулары: 1.Шеңбер бойымен аяқтың ұшымен жүру. 2.Арқанның астымен нысанаға дейін еңбектеу. Қимылды ойын: «Мысық тышқан» Ойын шартымен таныстыру. Балаларды мадақтау. Қортындылау Сұрақ-жауап	3.Аяқтар алшақ қойылған, орамал белде. орамалды оң - сол жаққа қисайту / 5 рет қайталау./ Б.қ.: «Шапалақ» 4. Аяқтарын алшақ қою, орамалды жанға созып, жоғары көтеріп алақан-ды соғу. «Шапалақ»- деп айту. Б. қ.: «Орамалды ілу» 5. Аяқтарын алшақ қойып, тізе бүгу. Орамал төменде. Орнынан тұрып, орамалды жоғары көтеріп, орамалды ілу қимылын жасау «ілдім» деп айту. /6 рет қайталау./ Тыныс алу жаттығулары: Шеңбер бойымен тұрып араның дыбысын салу (з-з-з), мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Қимыл –қозғалыс жаттығулары 1. Қос аяқтап обручтан юбручка секіру 2. Дөпты 1 м қашықтықтағы қақпаға домалату. Қимылды ойын:«Поезд». Ойын шартымен таныстыру Балаларды мадақтау. Қорытынды: Маршпен шеңбер бойы жүру. /орамалды себетке салу/ Адымдап жүру. «Достар» - жұптасып жүгіру.	деп айту. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Құламағайлар» 4. Аяқты алшақ қоямыз. Жалаушалар белде. Алдыға қарай еңкею, артқа шалқаю. /6 рет қайталау Б.қ.: «Серіппе» 5. Аяқтарын алшақ қою, жалауша төменде. Орнында тұрып «серіппе» секілді секіру. /15-20 секунд/ Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ Тыныс алу жаттығулары: «Отын» - балалар ағаш шауып жатқан тәрізді болады.мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Негізгі қимыл-жаттығулары: 1.Шеңбер бойымен аяқтың ұшымен жүру. 2.Арқанның астымен нысанаға дейін еңбектеу. Қимылды ойын: «Мысық тышқан» Ойын шартымен таныстыру. Балаларды мадақтау. Қортындылау Сұрақ-жауап
--	---	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 14-18 наурыз 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
3. Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Қос аяқтап секіру біліктерін жетілдіру, қимыл үйлесімділігін дамыту Допты 1 м қашықтықтағы қақпаға домалату. /орамалмен, әуенмен/ Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру. «Үйректің балапаны» - кеудені алға қарай еңкейте отырып жүру. «Түйеқұс» - тізені жоғары көтере жүру. Шеңбер бойымен жай жүру . Шеңбер бойымен тұру. /шеңберге тұрарда себеттен бір орамалдан алу/ Негізгі бөлім: Б.қ.: «Көбелек ұшты» 1. Аяқтар алшақ қойылған, орамал бүйірде. басты оңнан – солға, солдан - оңға қарай айналдыру. /6 рет / Б. қ.: «Көңілді орамал» 2. Аяқ иық көлемінде, орамал иықта, иықты артқа –алдыға, төмен –жоғары қозғау. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Ғажайып кемпірқосақ»	Денешынықтыру(БК) Мақсаты: Аңғарымпаздығы мен зейінін дамыту. Ойын ережесін сақтап ойнауға үйретуді жалғастыруЕңіс тақтайдың үстімен тепе-теңдік сақтап жүру. Мақсаты: Аңғарымпаздығы мен зейінін дамыту. Ойын ережесін сақтап ойнауға үйретуді жалғастыруЕңіс тақтайдың үстімен тепе-теңдік сақтап жүру. Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру. Қол бүйірде, аяқтың шеңбер бойымен жай жүру . Шеңбер бойымен тұру. (таяқшаны үстел үстінен бір- бірден алу) Негізгі бөлім: Б.қ.: «Мысық оянды » 1. Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу. әр керілген сайын «м-я-у» деп айту. /6 рет қайталау./	Денешынықтыру (ҮК) Мақсаты: Аңғарымпаздығы мен зейінін дамыту. Ойын ережесін сақтап ойнауға үйретуді жалғастыруЕңіс тақтайдың үстімен тепе-теңдік сақтап жүру. Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру. Қол бүйірде, аяқтың шеңбер бойымен жай жүру . Шеңбер бойымен тұру. (таяқшаны үстел үстінен бір- бірден алу) Негізгі бөлім: Б.қ.: «Мысық оянды » 1. Аяқтары алшақ 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 алшақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау «тук-тук-тук»- деп айту. /6 рет қайталау/

3. Аяқтар алшақ қойылған, орамал белде. орамалды оң - сол жаққа қисайту / 5 рет қайталау./ Б.қ.: «Шапалақ» 4. Аяқтарын алшақ қою, орамалды жанға созып, жоғары көтеріп алақан-ды соғу. «Шапалақ»- деп айту. Б. қ.: «Орамалды ілу» 5. Аяқтарын алшақ қойып, тізе бұгу. Орамал төменде. Орнынан тұрып, орамалды жоғары көтеріп, орамалды ілу қимылын жасау «ілдім» деп айту. /6 рет қайталау./ Тыныс алу жаттығулары: Шеңбер бойымен тұрып араның дыбысын салу (3-3-3), мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Қимыл –қозғалыс жаттығулары 1. Қос аяқтап обручтан юбручка секіру 2. Допты 1 м қашықтықтағы қақпаға домалату. Қимылды ойын: «Поезд». Ойын шартымен таныстыру Балаларды мадақтау. Қорытынды: Маршпен шеңбер бойы жүру. /орамалды себетке салу/ Адымдап жүру. «Достар» - жұптасып жүгіру	Б. қ.: «Кілем қағу» 2. Аяқтары алшақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау «тук-тук-тук»- деп айту. /6 рет қайталау/ 3. Аяқты алшақ қоямыз, таяқша төменде қолдарымен ұстау, оңға, солға бұрылу . /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Дәл тигіз» 4. Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны кеуденің тұсында. Бүгілген оң аяқты көтеру, тізені таяқшаға тигізу. Арқаны түзу ұстау. Сол жақпен дәл солай қайталау. /6 рет / Б.қ.: «Көңілді таяқша» 5. Таяқшаны айналып секіру және жүру. /15-20 секунд/ Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу(ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығару. Нгізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары 1 Еңіс тақтайдың үстімен тепе-теңдік сақтап жүру. 2.Таяқшалардан секіру. Бастапқы қалыпқа келу. Қорытынды: Маршпен шеңбер бойы жүру. Еркін жүру.(таяқшаны үстел үстіне қою) Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүру.	3. Аяқты алшақ қоямыз, таяқша төменде қолдарымен ұстау, оңға, солға бұрылу . /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Дәл тигіз» 4. Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны кеуденің тұсында. Бүгілген оң аяқты көтеру, тізені таяқшаға тигізу. Арқаны түзу ұстау. Сол жақпен дәл солай қайталау. /6 рет / Б.қ.: «Көңілді таяқша» 5. Таяқшаны айналып секіру және жүру. /15-20 секунд/ Тыныс алу жаттығулары: шәйнектік дыбысын салу(ш-ш-ш). Терең тыныс алып, демді шығару. Нгізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары 1 Еңіс тақтайдың үстімен тепе-теңдік сақтап жүру. 2.Таяқшалардан секіру. Бастапқы қалыпқа келу. Қорытынды: Маршпен шеңбер бойы жүру. Еркін жүру.(таяқшаны үстел үстіне қою) Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүру.
--	--	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 21-25 наурыз 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
1. Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Еденде жатқан заттан секіру Алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіріп бару Қимыл-қозғалысы белсенділігін арттыру, Жолмен жалаушаға дейін еңбектеу. Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру. Жай жүгіру. Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары құралсыз Б.қ.: «Араның ұшуын бақылау» 1. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар бүйірде. Мойынды оңнан солға қарай, солдан оңға қарай айналдыру. «з-з-з» деп айту/6 рет қайталау/ Б.қ.: «Қарлығаш ұшты» 2. Аяқтары алшақ қойылған, қолдарын жан-жаққа созып, құстың ұшу қимылын жасау. «Ұшты-ұшты» сөзін айту. /6 рет қайталау./ Б.қ.: «Жел соқты»	.Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Еденде жатқан заттан секіру . Алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіріп бару Қимыл-қозғалысы белсенділігін арттыру, Жолмен жалаушаға дейін еңбектеу. Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Денені тік ұстау. Шеңбер бойымен денені тік ұстап, адымдап жүру. Жай жүгіру. Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары құралсыз Б.қ.: «Араның ұшуын бақылау» 1. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар бүйірде. Мойынды оңнан солға қарай, солдан оңға қарай айналдыру. «з-з-з» деп айту/6 рет қайталау/ Б.қ.: «Қарлығаш ұшты» 2. Аяқтары алшақ қойылған, қолдарын жан-жаққа созып, құстың ұшу қимылын жасау. «Ұшты-ұшты» сөзін айту. /6 рет қайталау./ Б.қ.: «Жел соқты»	Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Қимыл-қозғалысы белсенділігін арттыру, төзімділігін, зейінін дамыту Кішкене қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүру. Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен «аюға» ұқсап жүру. Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен жүру. қол жанда, өкшемен жүру жұптасып жүру . Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары. Сылдырмақпен Б.қ.: «Көбелек қонды» 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Қолдары артта. Иыққа қонған көбелекті көру. басты оңға, солға бұру, «қонды» деп айту. /6 рет қайталау/ Б. қ.: «Жыланның қозғалысы» 2. Аяқ иық көлемінде, қолды жанға созу. Жыланның қимылын жасау. иықты ирелеңдете айналдыру. /6 рет қайталау/

3. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жоғарыда, оңнан - солға, солдан- оңға иілу. /6 рет қайталау./ Б.қ.: «Шапалақ» 4. Аяқтарын алшақ, қолды жанға созу. Секіріп аяқты біріктіру. Қолды жоғары созып, шапалақтау. «Шапалақ» деп айту. 6 рет Тыныс алу жаттығулары: «Әтеш» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары. 1. Жіптен секіру 2. Жолмен жалаушаға дейін еңбектеу. Қимылды ойын «Күн мен жаңбыр» Ойын шарты: Балалардың алаңның бір шетінен немесе бөлмеге қойылған орындықтардың артында тізерлеп отырады да «терезеге» орындықтың арқасынан қарайды. Қорытынды: Адымдап шеңбер бойы жүру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жеңіл жүгіру. Қимыл – қозғалыс жаттығуы	3. Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жоғарыда, оңнан - солға, солдан- оңға иілу. /6 рет қайталау./ Б.қ.: «Шапалақ» 4. Аяқтарын алшақ, қолды жанға созу. Секіріп аяқты біріктіру. Қолды жоғары созып, шапалақтау. «Шапалақ» деп айту. 6 рет Тыныс алу жаттығулары: «Әтеш» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары. 1. Жіптен секіру 2. Жолмен жалаушаға дейін еңбектеу. Қимылды ойын «Күн мен жаңбыр» Ойын шарты: Балалардың алаңның бір шетінен немесе бөлмеге қойылған орындықтардың артында тізерлеп отырады да «терезеге» орындықтың арқасынан қарайды Қорытынды: Адымдап шеңбер бойы жүру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жеңіл жүгіру. Қимыл – қозғалыс жаттығуы	Б.қ.: «Қайшы» 3.Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жан-жақта, қолдарды қайшылау./6 рет / Б. қ.: «Жұлдызша» 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. 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 Қорытынды: Шеңбер бойы жүру. Еркін жүру. Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүгіру.
--	---	---

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: **28-01** наурыз 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
Денешынықтыру Мақсаты: (Ү.К) Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. Ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу. /құралсыз, сылдырмақпен/ Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Қол бүйірде, аяқтың ұшымен жүру. Табанмен қалыпты, жұмсақ жүру. Шеңбер бойы тұру, арақашықтықты сақтау Негізгі бөлім: Б.қ.: «Құстар ұшты» 1. Аяқты алшақ қоямыз, қолымыз жанға созып құстың қанатын жасау, басты оңнан солға қарай, төмен- жоғары бұру; «Чип- чирик» деп айту. Б.қ.: «Мотор» 2. Аяқты алшақ, қолымызды кеуде тұсына қоямыз, қолымызды дөңгелек қозғалысқа келтіреміз. «р-р-р» деп айту. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Гүлдің ашылуы» 3. Аяқтары бірге қойылған. Отыру. Алақанды біріктіріп ұстау, орнынан тұрарда қолды жоғару созып алақанды ашу. (6- рет)	.Денешынықтыру. Мақсаты: (Ү.К) Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. Ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу. /құралсыз, сылдырмақпен/ Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Қол бүйірде, аяқтың ұшымен жүру. Табанмен қалыпты, жұмсақ жүру. Шеңбер бойы тұру, арақашықтықты сақтау Негізгі бөлім: Б.қ.: «Құстар ұшты» 1. Аяқты алшақ қоямыз, қолымыз жанға созып құстың қанатын жасау, басты оңнан солға қарай, төмен- жоғары бұру; «Чип- чирик» деп айту. Б.қ.: «Мотор» 2. Аяқты алшақ, қолымызды кеуде тұсына қоямыз, қолымызды дөңгелек қозғалысқа келтіреміз. «р-р-р» деп айту. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Гүлдің ашылуы» 3. Аяқтары бірге қойылған. Отыру. Алақанды біріктіріп ұстау, орнынан тұрарда қолды жоғару созып алақанды ашу. (6- рет)	Денешынықтыру Мақсаты: (Ү.К) Қимыл-қозғалысы белсенділігін арттыру, төзімділігін, зейінін дамыту Кішкене қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүру. Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен «аюға» ұқсап жүру. Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен жүру. қол жанда, өкшемен жүру жұптасып жүру . Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары. Сылдырмақпен Б.қ.: «Көбелек қонды» 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Қолдары артта. Иыққа қонған көбелекті көру. басты оңға, солға бұру, «қонды» деп айту. /6 рет қайталау/ Б. қ.: «Жыланның қозғалысы» 2. Аяқ иық көлемінде, қолды жанға созу. Жыланның қимылын жасау. иықты ирелендете айналдыру. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Қайшы»

Б. қ.: «көңілді пингвин» 4. Өкшелерін беттестіру арқылы пингвиннің жүрісін көрсету. Қолдары жанда пингвиннің қанатын жасау. Орнында тұрып жүру, айналып жүру. /10-15/ Тыныс алу жаттығулары: «Ботқа пісты» мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары. 1.Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. 2. Ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеуҚимылды ойын: «Өрмекші мен шыбын» Мақсаты: балалардың қимыл-қозғалыс, бақылағыштығын дамыту. Қорытынды: Шеңбер бойы маршпен жүру. «Құлыншақ» - тізені жоғары көтере жүгіру.	Б. қ.: «көңілді пингвин» 4. Өкшелерін беттестіру арқылы пингвиннің жүрісін көрсету. Қолдары жанда пингвиннің қанатын жасау. Орнында тұрып жүру, айналып жүру. /10-15/ Тыныс алу жаттығулары: «Ботқа пісты» мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары. 1.Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. 2. Ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеуҚимылды ойын: «Өрмекші мен шыбын» Мақсаты: балалардың қимыл-қозғалыс, бақылағыштығын дамыту. Қорытынды: Шеңбер бойы маршпен жүру. «Құлыншақ» - тізені жоғары көтере жүгіру.	3.Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жан-жақта, қолдарды қайшылау./6 рет / Б. қ.: «Жұлдызша» 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. 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 шынықтыруҚорытынды: Шеңбер бойы жүру. Еркін жүру. Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүгіру
--	--	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 04-08 сәуір 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Қимыл-қозғалысы белсенділігін арттыру, төзімділігін, зейінін дамыту Кішкене қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүру. Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен «аюға» ұқсап жүру. Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен жүру. қол жанда, өкшемен жүру жұптасып жүру . Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау Негізгі бөлім: Жалпы даму жаттығулары. Сылдырмақпен Б.қ.: «Көбелек қонды» 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Қолдары артта. Иыққа қонған көбелекті көру. басты оңға, солға бұру, «қонды» деп айту. /6 рет қайталау/ Б. қ.: «Жыланның қозғалысы» 2. Аяқ иық көлемінде, қолды жанға созу. Жыланның қимылын жасау. иықты ирелеңдете айналдыру. /6 рет қайталау/	Денешынықтыру Мақсаты: (Ү.К) Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. Ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу. /құралсыз, сылдырмақпен/ Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Қол бүйірде, аяқтың ұшымен жүру. Табанмен қалыпты, жұмсақ жүру. Шеңбер бойы тұру, арақашықтықты сақтау Негізгі бөлім: Б.қ.: «Құстар ұшты» 1. Аяқты алшақ қоямыз, қолымыз жанға созып құстың қанатын жасау, басты оңнан солға қарай, төмен- жоғары бұру; «Чип- чирик» деп айту. Б.қ.: «Мотор» 2. Аяқты алшақ, қолымызды кеуде тұсына қоямыз, қолымызды дөңгелек қозғалысқа келтіреміз. «р-р-р» деп айту. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Гүлдің ашылуы» 3. Аяқтары бірге қойылған. Отыру. Алақанды біріктіріп ұстау, орнынан тұрарда қолды жоғару	Денешынықтыру. Мақсаты: (Ү.К) Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. Ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу. /құралсыз, сылдырмақпен/ Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Қол бүйірде, аяқтың ұшымен жүру. Табанмен қалыпты, жұмсақ жүру. Шеңбер бойы тұру, арақашықтықты сақтау Негізгі бөлім: Б.қ.: «Құстар ұшты» 1. Аяқты алшақ қоямыз, қолымыз жанға созып құстың қанатын жасау, басты оңнан солға қарай, төмен- жоғары бұру; «Чип- чирик» деп айту. Б.қ.: «Мотор» 2. Аяқты алшақ, қолымызды кеуде тұсына қоямыз, қолымызды дөңгелек қозғалысқа келтіреміз. «р-р-р» деп айту. /6 рет қайталау/ Б.қ.: «Гүлдің ашылуы» 3. Аяқтары бірге қойылған. Отыру. Алақанды біріктіріп ұстау, орнынан тұрарда қолды жоғару

Б.қ.: «Қайшы» 3.Аяқтар алшақ қойылған, қолдар жан-жақта, қолдарды қайшылау./6 рет / Б. қ.: «Жұлдызша» 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. 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. Қорытынды: Шеңбер бойы жүру. Еркін жүру. Қолды жанға созып, аяқтың ұшымен жүгіру.	созып алақанды ашу. (6- рет) Б. қ.: «көңілді пингвин» 4. Өкшелерін беттестіру арқылы пингвиннің жүрісін көрсету. Қолдары жанда пингвиннің қанатын жасау. Орнында тұрып жүру, айналып жүру. /10-15/ Тыныс алу жаттығулары: «Ботқа пісты» мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары. 1.Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. 2. Ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу Қимылды ойын: «Өрмекші мен шыбын» Мақсаты: балалардың қимыл-қозғалыс, бақылағыштығын дамыту. Қорытынды: Шеңбер бойы маршпен жүру. «Құлыншақ» - тізені жоғары көтере жүгіру.	созып алақанды ашу. (6- рет) Б. қ.: «көңілді пингвин» 4. Өкшелерін беттестіру арқылы пингвиннің жүрісін көрсету. Қолдары жанда пингвиннің қанатын жасау. Орнында тұрып жүру, айналып жүру. /10-15/ Тыныс алу жаттығулары: «Ботқа пісты» мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары. 1.Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. 2. Ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу Қимылды ойын: «Өрмекші мен шыбын» Мақсаты: балалардың қимыл-қозғалыс, бақылағыштығын дамыту. Қорытынды: Шеңбер бойы маршпен жүру. «Құлыншақ» - тізені жоғары көтере жүгіру.
--	--	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 11-15 сәуір 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
23. Денешынықтыру 1.Мақсаты:(ҮК) Бір тізбекпен жүру. Баяу, қарқынды өзгерте отырып жүгіру. Арқанның астымен орындыққа дейін еңбектеу. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Сәлемдесу. 2. Кіріспе Шеңбермен жүру. Педагогтың артынан жүру,жүгіру. Шеңберге тұру. Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу. 3.Жалпы даму жаттығулары. Таяқшамен 1.Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу. әр керілген сайын «м-я-у» деп айту.(3-4 қайталау.) Б.қ .келу. 2. Аяқтары алшақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау «тук-тук-тук»- деп айту. (3-4р) Б.қ .келу. 3. Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны кеуденің тұсында. Бүгілген оң аяқты көтеру, тізені таяқшаға тигізу. Арқаны түзу ұстау. Сол жақпен дәл солай қайталау. (3-4 рет) Б.қ .келу	1. Денешынықтыру Мақсаты:(БК) Бір тізбекпен жүру. Баяу, қарқынды өзгерте отырып жүгіру. Арқанның астымен орындыққа дейін еңбектеу. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Сәлемдесу. 2. Кіріспе Шеңбермен жүру. Педагогтың артынан жүру,жүгіру. Шеңберге тұру. Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу. 3.Жалпы даму жаттығулары. Таяқшамен 1.Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу. әр керілген сайын «м-я-у» деп айту.(3-4 қайталау.) Б.қ .келу. 2. Аяқтары алшақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау «тук-тук-тук»- деп айту. (3-4р) Б.қ .келу. 3. Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны кеуденің	Денешынықтыру Мақсаты : (ҮК) Допты алдарындағы доғадан домалатып өткізу. Кеглилер арасымен қос аяқпен секіру. ҰОҚ өтілу барысы: 1Амандасу. 2. Негізгі бөлім: Шеңбер бойымен жүру,жүгіру. 3.Жалпы даму жаттығулары Жалаушамен 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /6 рет қайталау/ 3. Аяқтарын алшық қою, жалаушалар екі жақта жерде. Қолдары төменде. «Ал», «қой» - дегенде тез алып, қою керек. /6/ 4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу орнында секіріп аяқты біріктіру және жалауша-ны белге қою 6-рет

4. Таяқшаны айналып секіру және жүру. (10 сек) Б.қ. келу. Тыныс алу жаттығуы Араның дыбысын салу. -3-3-3 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. 1.Арқанның астымен орындыққа дейін еңбектеу. 2.Допты (кішкене доптар) алып бір қолымен себетке лақтыру. 5.Қимылды ойын: «Күн мен түн» Қортынды. Балаларды мадақтау.	тұсында. Бүгілген оң аяқты көтеру, тізені таяқшаға тигізу. Арқаны түзу ұстау. Сол жақпен дәл солай қайталау. (3-4 рет) Б.қ .келу 4. Таяқшаны айналып секіру және жүру. (10 сек) Б.қ. келу. Тыныс алу жаттығуы Араның дыбысын салу. -3-3-3 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. 1.Арқанның астымен орындыққа дейін еңбектеу. 2.Допты (кішкене доптар) алып бір қолымен себетке лақтыру. 5.Қимылды ойын: «Күн мен түн» Қортынды. Балаларды мадақтау.	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. 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. 1. Допты алдарындағы доғадан домалатып өткізу. 2. Кеглилер арасымен қос аяқпен секіру. Қимылды ойын: «Торғайлар мен мысық» Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ Бастапқы қалыпқа келу. Балаларды мадақтау.
---	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 18-22 сәуір 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
4. Денешынықтыру Мақсаты : (БК) Доппы алдарындағы доғадан домалатып өткізу. Кеглилер арасымен қос аяқпен секіру. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2. Негізгі бөлім: Шеңбер бойымен жүру,жүгіру. 3.Жалпы даму жаттығулары Жалаушамаен 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /6 рет қайталау/ 3. Аяқтарын алшық қою, жалаушалар екі жақта жерде. Қолдары төменде. «Ал», «қой» - дегенде тез алып, қою керек. 4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу орнында секіріп аяқты біріктіру және жалауша-ны белге қою 6-рет	Денешынықтыру (ҮК) Мақсаты: (ҮК) Берілген бағытта әртүрлі қарқынмен жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен жүріп келіп,бір орнында баяу айналу. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Балалармен амандасу 2.Шеңбер жасап тәрбиешінің артынан жүру,жүгіру. 3.Жалпы даму жаттығулары. Қапшықпенжаттығу жасау. 1.Б.к: дене тік, қапшықты басқа қою және оны қолымен ұстап тұру. Отыру, алдына қарау. Бастапқы қалыпқа оралу. (3-4 р). 2.Б.к: ішпен жату, қапшық қолда, қолды алға созу, қапшықты көтеру және қолын кеуде тұсына тарту, жинап алып, бастапқы қалыпқа оралу. (4-5 р). 3.Б.к: ішпен жату, аяқ бірге, қапшық қолда, кеуде тұсында, аяғын жоғары көтеру және төменге түсіру. (4-5 рет). 4.Б.к: тұру, қапшық қолда, кол төменде, қапшықты еденге қою, бір орында секіру. еркін	Денешынықтыру(БК) Мақсаты: (БК) Берілген бағытта әртүрлі қарқынмен жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен жүріп келіп,бір орнында баяу айналу. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Балалармен амандасу 2.Шеңбер жасап тәрбиешінің артынан жүру,жүгіру. 3.Жалпы даму жаттығулары. Қапшықпенжаттығу жасау. 1.Б.к: дене тік, қапшықты басқа қою және оны қолымен ұстап тұру. Отыру, алдына қарау. Бастапқы қалыпқа оралу. (3-4 р). 2.Б.к: ішпен жату, қапшық қолда, қолды алға созу, қапшықты көтеру және қолын кеуде тұсына тарту, жинап алып, бастапқы қалыпқа оралу. (4-5 р). 3.Б.к: ішпен жату, аяқ бірге, қапшық қолда, кеуде тұсында, аяғын жоғары көтеру және төменге түсіру. (4-5 рет). 4.Б.к: тұру, қапшық қолда, кол төменде, қапшықты еденге қою, бір орында секіру. еркін

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. 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. 1. Допты алдарындағы доғадан домалатып өткізу. 2. Кеглилер арасымен қос аяқпен секіру. 5.Қимылды ойын: «Торғайлар мен мысық» Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/ Бастапқы қалыпқа келу. Балаларды мадақтау.	жүру. 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. Гимнастикалық орындық үстімен жүріп келіп,бір орнында баяу айналу. 5.Қимылды ойын: Кім шапшаң 6.Қортыныды. Балаларды мадақтау	жүру. 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. Гимнастикалық орындық үстімен жүріп келіп,бір орнында баяу айналу. 5.Қимылды ойын: Кім шапшаң 6.Қортыныды. Балаларды мадақтау
---	--	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 25-29 сәуір 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтыру. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Сәлемдесу. 2. Кіріспе Шеңбермен жүру. Педагогтың артынан жүру,жүгіру. Шеңберге тұру. Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу. 3.Жалпы даму жаттығулары. Таяқшамен -Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу. әр керілген сайын «м-я-у» деп айту.(3-4 қайталау.) Б.қ .келу. - Аяқтары алшақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау «тук-тук-тук»- деп айту. (3-4р) Б.қ .келу. - Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны кеуденің	Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтыру. ҰОҚ өтілу барысы: 1.Сәлемдесу. 2. Кіріспе Шеңбермен жүру. Педагогтың артынан жүру,жүгіру. Шеңберге тұру. Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу. 3.Жалпы даму жаттығулары. Таяқшамен -Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу. әр керілген сайын «м-я-у» деп айту.(3-4 қайталау.) Б.қ .келу. - Аяқтары алшақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау «тук-тук-тук»- деп айту. (3-4рет) Б.қ .келу. - Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны кеуденің	Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Кішкентай доппен кегельдер арасында ирелендеп жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2.Кіріспе Тәрбиешінің артынан жүру,жүгіру. Шеңберге тұру. 3.Жалпы даму жаттығулары. Құралсыз 1. Аяқтары алшақ қойылған , қолдары төменде. Басты оң жақ, сол жақ иыққа қою. /6 рет / 2. Аяқтары алшақ қойылған , қолдары бүйірде.1 - алға қарай еңкейіп, қолды аяқ басына дейін жеткізу керек. б.қ. /6 рет қайт/ 3. Аяқты алшақ қоямыз, қолды алдыға созамыз. Отырып ,тұру. 6 рет қайталау 4. Аяқтары алшақ қойылған , қолдары бүйірде. 1- қолды бастан асыра көтеріп шапалақтап және

тұсында. Бүгілген оң аяқты көтеру, тізені таяқшаға тигізу. Арқаны түзу ұстау. Сол жақпен дәл солай қайталау. (3-4 рет) Б.қ .келу - Таяқшаны айналып секіру және жүру. (10 сек) Б.қ. келу. Тыныс алу жаттығуы Араның дыбысын салу. -3-3-3 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. -Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. -Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтыру. 5.Қимылды ойын: «Күн мен түн» Қортынды. Балаларды мадақтау.	тұсында. Бүгілген оң аяқты көтеру, тізені таяқшаға тигізу. Арқаны түзу ұстау. Сол жақпен дәл солай қайталау. (3-4 рет) Б.қ .келу - Таяқшаны айналып секіру және жүру. (10 сек) Б.қ. келу. Тыныс алу жаттығуы Араның дыбысын салу. -3-3-3 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтыру. Қимылды ойын: «Күн мен түн» Қортынды. Балаларды мадақтау	аяқты алшақ ұстап секіру . Тыныс алу жаттығулары: мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. - Кішкентай доппен кегельдер арасында ирелеңдеп жүгіру. - Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту 5.Қимылды ойын: «Қоянға сәбіз жинаймыз» 6.Қортынды: Еркін жүру. Қол белде екі жаққа шұғыл бұрылып жүру. . Балаларды мадақтау.
---	---	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 02-06 мамыр 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
Денешынықтыру Мақсаты: (Б.К) Кішкентай доппен кегельдер арасында ирелендеп жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен, қолды белге қойып жүріп өту ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2.Кіріспе Тәрбиешінің артынан жүру, жүгіру. Шеңберге тұру. 3.Жалпы даму жаттығулары. Құралсыз 1. Аяқтары алшақ қойылған , қолдары төменде. Басты оң жақ, сол жақ иыққа қою. /6 рет / 2. Аяқтары алшақ қойылған , қолдары бүйірде. 1 - алға қарай еңкейіп, қолды аяқ басына дейін жеткізу керек. б.қ. /6 рет қайт/ 3. Аяқты алшақ қоямыз, қолды алдыға созамыз. Отырып ,тұру. 6 рет қайталау 4. Аяқтары алшақ қойылған , қолдары бүйірде. 1- қолды бастан асыра көтеріп шапалақтап және аяқты алшақ ұстап секіру .	Денешынықтыру. Мақсаты: (Ү.К) Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтыру. ҰОҚ өтілу барысы: 1. Балалармен амандасу2.Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру.Орман аңдары» жүрісін салу 3.Жалпы даму жаттығулары:(жалаушалармен орындау): - Б.қ.:аяқтарын сәл алшақ қойып, жалаушаларды төмен түсіріп тұру. Жалаушаларды жоғары көтеру, оларды айқастырып, бір – біріне тықылдату, төмен түсіру. - Б.қ.: аяқтарын сәл алшақ қойып, жалаушаларды иыққа қойып ұстап тұру Отыру, жалаушаларды алға созу, тұру, б.қ. оралу. -Б.қ.: тізерлеп отыру, жалаушаларды төмен түсіріп тұру. Жалаушаларды жоғары көтеру, оларды оңға және солға бұлғау, б.қ. оралу. - Б.қ.: аяқтарын сәл алшақ қойып, жалаушаларды төмен түсіріп тұру. Жүрумен алмастыра	Денешынықтыру Мақсаты: (Б.К) Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтыру. ҰОҚ өтілу барысы: 1. Балалармен амандасу2.Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру.Орман аңдары» жүрісін салу 3.Жалпы даму жаттығулары:(жалаушалармен орындау): - Б.қ.:аяқтарын сәл алшақ қойып, жалаушаларды төмен түсіріп тұру. Жалаушаларды жоғары көтеру, оларды айқастырып, бір – біріне тықылдату, төмен түсіру. - Б.қ.: аяқтарын сәл алшақ қойып, жалаушаларды иыққа қойып ұстап тұру Отыру, жалаушаларды алға созу, тұру, б.қ. оралу. -Б.қ.: тізерлеп отыру, жалаушаларды төмен түсіріп тұру. Жалаушаларды жоғары көтеру, оларды оңға және солға бұлғау, б.қ. оралу. - Б.қ.: аяқтарын сәл алшақ қойып, жалаушаларды төмен түсіріп тұру. Жүрумен алмастыра

Тыныс алу жаттығулары: мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. -Кішкентай доппен кегельдер арасында ирелеңдеп жүгіру. -Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту 5.Қимылды ойын: «Қоянға сәбіз жинаймыз» 6.Қортынды: Еркін жүру. Қол белде екі жаққа шұғыл бұрылып жүру. . Балаларды мадақтау.	отырып,бір орында қос аяқпен секіру (2рет). 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы -Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. -Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтыру 5.Қимылды ойын: «Ақ қоян» Мақсаты: балаларды ептілікке, жылдадыққа, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. 6.Қортынды: Еркін жүру. Қол белде екі жаққа шұғыл бұрылып жүру. . Балаларды мадақтау.	отырып,бір орында қос аяқпен секіру (2рет). 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы - Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. -Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтыру. 5.Қимылды ойын: «Ақ қоян» Мақсаты: балаларды ептілікке, жылдадыққа, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. 6.Қортынды: Еркін жүру. Қол белде екі жаққа шұғыл бұрылып жүру. . Балаларды мадақтау.
--	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 09-13 мамыр 2022жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
24. Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Бағытты өзгерте отыра жүру, әр түрлі бағытта жүгіру. Жіңішке арқан бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру ҰОҚ ӨТІЛУ БАРЫСЫ: Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жүгіру. Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен жүру. Қол жанда, өкшемен жүру. Ұшақ болып ұшу. Шеңбер бойымен еркін жүру. 1 сапқа тұру. / сапқа тұрарда себеттен екіден жалауша алу/ 1 саптан 4 звеноға тұру. 1. Жалпы даму жаттығу-лары. Жалаушамен, 6- бөлім. 1. Аяқтары иық мөлшерін-де. Жалаушаны кеуде тұсына ұстау. Алға созу, жоғары көтеру, екі жанға созу , төмен түсіру.- рет 4-5 рет қайталау 2. Аяқтары бірге, жалаушаланы омырауға ұстау. Екі қолды оң жаққа созу, қайта омырауға	Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Бағытты өзгерте отыра жүру, әр түрлі бағытта жүгіру. Жіңішке арқан бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру ҰОҚ ӨТІЛУ БАРЫСЫ: Кіріспе бөлімі: Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Шеңбер бойымен денені тік ұстап жүгіру. Қол жоғарыда, аяқтың ұшымен жүру. Қол жанда, өкшемен жүру. Ұшақ болып ұшу. Шеңбер бойымен еркін жүру. 1 сапқа тұру. / сапқа тұрарда себеттен екіден жалауша алу/ 1 саптан 4 звеноға тұру. 1. Жалпы даму жаттығу-лары. Жалаушамен, 6- бөлім. 1. Аяқтары иық мөлшерін-де. Жалаушаны кеуде тұсына ұстау. Алға созу, жоғары көтеру, екі жанға созу , төмен түсіру.- рет 4-5 рет қайталау 2. Аяқтары бірге, жалаушаланы омырауға ұстау. Екі қолды оң жаққа созу, қайта омырауға	Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. Арқанның астымен еңбектеп өту. І.Кіріспе бөлім. Бір қатар сапқа тұру. Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау) .Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар: Құралсыз. Б.к қол төмен 1.Қол жоғары көтеріп, шапалақтау. (5-6 рет) Б.к. , қол белде 2.Оң жаққа бір адым, қол шапалақтау. -Б.к.Сол жаққа бір адым, қол шапалақтау. 3.Отыру тізені құшақтау. Басты тізеге тигізу. Тұру. 4.Б.к. аяқты кең ашып тұру, қол белде -Алдына енкейю, қол артта жоғары. (5-6 рет) 5.Б.к. қол белде. Қос аяқпен секіру. (6 рет)

ұстау. Екі қолды сол жаққа созу, жалаушаны омырауға ұстау. /5 рет қайталау/ 3. Аяқтарын алшық қою, жалаушалар төменде ұстау. Еңкею жалаушаны артқа көтеру, түзулену. 5-рет қайталау. Б.қ.: «Отыр-тұр» 5. Аяқтарын біріктіреді. Жалауша белде. 1- жалаушаны алдыға созады, 2- отырады. 3- б.қ. (6 рет қайталау.) 6. Секіру. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша төменде Орнында секіріп аяқты жанға созу, жалаушаны жоғары көтеру. Б.қ. 6 рет қайталау/ Тыныс алу жаттығулары: Шар үрлеу мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. 2. НЕГІЗГІ ҚИМЫЛ-ҚОЗҒАЛЫС ЖАТТЫҒУЛАРЫ 2. Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығу-лары. 2-бөлім Түрлері: - Жіңішке арқан бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру - Обручтан, обручка секіру. Қимылды ойын: «Қояндар мен қасқыр» Бір – бірінің артынан жүру, әр түрлі қимыл-мен айналып өту, ұзындық бойынша тұру. ҰОҚ қортынды. Сұрақ – жауап. Балаларды мадақтау.	ұстау. Екі қолды сол жаққа созу, жалаушаны омырауға ұстау. /5 рет қайталау/ 3. Аяқтарын алшық қою, жалаушалар төменде ұстау. Еңкею жалаушаны артқа көтеру, түзулену. 5-рет қайталау. Б.қ.: «Отыр-тұр» 5. Аяқтарын біріктіреді. Жалауша белде. 1- жалаушаны алдыға созады, 2- отырады. 3- б.қ. (6 рет қайталау.) 6. Секіру. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша төменде Орнында секіріп аяқты жанға созу, жалаушаны жоғары көтеру. Б.қ. 6 рет қайталау/ Тыныс алу жаттығулары: Шар үрлеу мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. 2. НЕГІЗГІ ҚИМЫЛ-ҚОЗҒАЛЫС ЖАТТЫҒУЛАРЫ 2. Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығу-лары. 2-бөлім Түрлері: - Жіңішке арқан бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру - Кеглилер арсымен жүріп өту. Қимылды ойын: «Қояндар мен қасқыр» Бір – бірінің артынан жүру, әр түрлі қимыл-мен айналып өту, ұзындық бойынша тұру. ҰОҚ қортынды. Сұрақ – жауап. Балаларды мадақтау.	Тыныс алу жаттығу «Сорғыш» - аяқтарын қосып, тік тұрып қолдарын кеуде тұсында ұстау; демін ішке жұтып, демін сыртқа шығару, дауыстап (ССССС) деп дыбыс шығарып, қолдарын жылжыту; тік тұру Негізгі қимыл-жаттығулары: 1. Арқанның астымен еңбектеп өту. 2. Қатар қойылған жіптерден аттап өту. Қимылды ойын: «Құстар» Ойын шартымен таныстыру. Балаларды мадақтау.
---	---	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 16-20мамыр 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру. Арқанның астымен еңбектеп өту I.Кіріспе бөлім. Бір қатар сапқа тұру. Сәлемдесу. (нұсқауларды орындау) .Шеңбер бойымен тұру. Қолдарын созып, арақашықтықты сақтау. Негізгі бөлім: Жалпы дамыту жаттығулар: Құралсыз. Б.қ қол төмен 1.Қол жоғары көтеріп, шапалақтау. (5-6 рет) Б.қ. , қол белде 2.Оң жаққа бір адым, қол шапалақтау. -Б.қ.Сол жаққа бір адым, қол шапалақтау. 3.Отыру тізені құшақтау. Басты тізеге тигізу. Тұру. 4.Б.қ. аяқты кең ашып тұру, қол белде -Алдына еңкейю, қол артта жоғары. (5-6 рет) 5.Б.қ. қол белде. Қос аяқпен секіру. (6 рет)	Денешынықтыру Мақсаты: (ҮК) Шағын топқа бөлініп жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдік сақтап жүру. Құм салынған қапшықты нысанаға лақтыру. Кіріспе бөлімі: Сапқа тұру, әр түрлі бағытта жүру, тәрбие-шінің белгісі бойынша шашыраңқы жүгіру жай жүруге ауыса отырып, өз орындарына тұру. ҰОҚ ӨТІЛУ БАРЫСЫ: Жалпы даму жаттығу-лары. Құралсыз 5- бөлім. 1.Аяқты алшақ қою, қол төменде, қолды жанына созу, түсіру, бастапқы қалып. 2. Етпеттен жету. Қайықтар суда жүзеді. 3. Шалқадан жату. Велосипед тебеміз 4.Аяқты созып отыру, қолды тіреу,тізені көтеріп, ішті тарту. 5. 5. Қолды белге қойып, екі аяқпен секіру, бір орнында тұрып жүру, қайта секіру. Тыныс алу жаттығулары: Шар үрлеу мұрынмен дем алып,ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу.	Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Шағын топқа бөлініп жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдік сақтап жүру. Құм салынған қапшық-ты нысанаға лақтыру. ҰОҚ ӨТІЛУ БАРЫСЫ: Жалпы даму жаттығу-лары. Құралсыз 5- бөлім. 1.Аяқты алшақ қою, қол төменде, қолды жанына созу, түсіру, бастапқы қалып. 2. Етпеттен жету. Қайықтар суда жүзеді. 3. Шалқадан жату. Велосипед тебеміз 4.Аяқты созып отыру, қолды тіреу,тізені көтеріп, ішті тарту. 6. 5. Қолды белге қойып, екі аяқпен секіру, бір орнында тұрып жүру, қайта секіру. Тыныс алу жаттығулары: Шар үрлеу мұрынмен дем алып,ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. 2.НЕГІЗГІ ҚИМЫЛ-ҚОЗҒАЛЫС ЖАТТЫҒУЛАРЫ 2- бөлім Түрлері: -Гимнастикалық орындық үстінен ішімен тартылып

Тыныс алу жаттығу «Сорғыш» - аяқтарын қосып, тік тұрып қолдарын кеуде тұсында ұстау; демін ішке жұтып, демін сыртқа шығару, дауыстап (ССССС) деп дыбыс шығарып, қолдарын жылжыту; тік тұру Негізгі қимыл-жаттығулары: 1. Арқанның астымен еңбектеп өту. 2.Қатар қойылған жіптерден аттап өту. Қимылды ойын: «Құстар» Ойын шартымен таныстыру.Балаларды мадақтау.	2.НЕГІЗГІ ҚИМЫЛ-ҚОЗҒАЛЫС ЖАТТЫҒУЛАРЫ 2- бөлім Түрлері: -Гимнастикалық орындық үстінен ішімен тартылып жүру. -Кубиктің арсымен допты домалату 3.Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар	жүру. -Кубиктің арсымен допты домалату 3.Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар
---	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы «Балапан» МДҰ

Топ ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3- жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 23-25 мамыр 2022 жыл

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
Денешынықтыру Мақсаты: (БК) Кішкентай доппен кегельдер арасында ирелендеп жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен, қолды белге қойып жүріп өту ҰОҚ өтілу барысы: 1.Амандасу. 2.Кіріспе Тәрбиешінің артынан жүру, жүгіру. Шеңберге тұру. 3.Жалпы даму жаттығулары. Құралсыз 1. Аяқтары алшақ қойылған , қолдары төменде. Басты оң жақ, сол жақ иыққа қою. /6 рет / 2. Аяқтары алшақ қойылған , қолдары бүйірде. 1 - алға қарай еңкейіп, қолды аяқ басына дейін жеткізу керек. б.қ. /6 рет қайт/ 3. Аяқты алшақ қоямыз, қолды алдыға созамыз. Отырып ,тұру. 6 рет қайталау 4. Аяқтары алшақ қойылған , қолдары бүйірде. 1- қолды бастан асыра көтеріп шапалақтап және аяқты алшақ ұстап секіру .	Денешынықтыру. Мақсаты: (Ү.К) Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтыру. ҰОҚ өтілу барысы: 1. Балалармен амандасу 2.Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру.Орман аңдары» жүрісін салу 3.Жалпы даму жаттығулары:(жалаушалармен орындау): - Б.қ.:аяқтарын сәл алшақ қойып, жалаушаларды төмен түсіріп тұру. Жалаушаларды жоғары көтеру, оларды айқастырып, бір – біріне тықылдату, төмен түсіру. - Б.қ.: аяқтарын сәл алшақ қойып, жалаушаларды иыққа қойып ұстап тұру Отыру, жалаушаларды алға созу, тұру, б.қ. оралу. -Б.қ.: тізерлеп отыру, жалаушаларды төмен түсіріп тұру. Жалаушаларды жоғары көтеру, оларды оңға және солға бұлғау, б.қ. оралу. - Б.қ.: аяқтарын сәл алшақ қойып, жалаушаларды төмен түсіріп тұру. Жүрумен алмастыра	

Тыныс алу жаттығулары: мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Бастапқы қалыпқа келу. 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары. -Кішкентай доппен кегельдер арасында ирелеңдеп жүгіру. -Гимнастикалық орындық үстімен,қолды белге қойып жүріп өту 5.Қимылды ойын: «Қоянға сәбіз жинаймыз» 6.Қортынды: Еркін жүру. Қол белде екі жаққа шұғыл бұрылып жүру. . Балаларды мадақтау.	отырып,бір орында қос аяқпен секіру (2рет). 4.Негізгі қимыл қозғалыс жаттығуы -Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүру. -Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтыру 5.Қимылды ойын: «Ақ қоян» Мақсаты: балаларды ептілікке, жылдадыққа, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. 6.Қортынды: Еркін жүру. Қол белде екі жаққа шұғыл бұрылып жүру. . Балаларды мадақтау.	
--	---	--