

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

**Білім беру ұйымы** №41 «Назерке» бөбекжай-балабақшасы

**Топ:** №5 «Жұлкен» мектепалды тобы

**Балалардың жасы** 5 жас

**Жоспардың құрылу кезеңі** 06-10 қараша 2023 ж

Сейсенбі 07.11.2023ж	Бейсенбі 09.11.2023ж	Жұма 10.11.2023ж
<p><b>Еңбектеу, өрмелеу.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; етпегімен жағып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу. Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу, 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу. Құрсаудан еңбектеп өту. Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу, бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өту;</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айқастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру.</p>	<p><b>Музыкалық-ырғақтық қимылдар.</b></p> <p>Таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем және ырғақты орындау. Қимылдардың ырғағын музыкалық сүйемелдеумен үйлестіру. Түзу бағытта адымдап жүру. Жұбымен шеңбер бойымен жүру.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы ролі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру.</p> <p>Тамақтану тәртібін сақтаудың және көгеністер мен жемістердің, дәрумендердің адам ағзасына пайдасы туралы түсінік беру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5-6 рет), стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпегінен жатып еңбектеу (3 метр). Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p>	<p><b>Домалату, лақтыру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Допты бір қолмен және екі қолмен ұстау, көлемдері әртүрлі доптар мен шарларды жинау, оларды өз бетінше себетке (жәшікке) салу, шарларды домалату, допты екі қолмен алға лақтыру, допты алға домалату (отырып, тұрып), допты (диаметрі 6-8 см) төменге, қашықтыққа лақтыру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің денгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұғу және тік көтеру.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.</p> <p><b>Ойын:</b> «Допты тордан өткізу» ойынын</p>

<p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Асық ату» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау</p>	<p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, зағтардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Жалаушаны тап» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Тыныс алу жаттығуын орындау.</p>	<p>ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы №41 «Назерке» бөбекжай-балабақшасы

Топ: №5 «Жұлкен» мектепалды тобы

Балалардың жасы 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 13-17 қараша 2023 ж

Сейсенбі 14.11.2023ж	Бейсенбі 16.11.2023ж	Жұма 17.11.2023ж
<p><b>Еңбектеу, өрмелеу.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Жүру мен жүгіруді алмастырып, заттардың арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеу, кедергілер арасынан еңбектеу; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеу (арақашықтығы 3-4 м); гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу. Бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту, гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айқастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру.</p>	<p><b>Лақтыру, қағып алу, домалату.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату, допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қашықты, асықты лақтыру, допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру, допты екі қолымен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 м) жүргізу, допты лақтыру және алға қарай жылжып, екі қолымен қағып алу (арақашықтығы 4-5 м).</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп</p>	<p><b>Еңбектеу, өрмелеу.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Жүру мен жүгіруді алмастырып, заттардың арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеу, кедергілер арасынан еңбектеу; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеу (арақашықтығы 3-4 м); гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу. Бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту, гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5-6 рет), стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жағып еңбектеу (3 метр). Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру;</p>

<p>аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Допты қақпа арқылы домалату.</li> <li>2.Қос аяқтап алға секіруді бекіту.</li> </ol> <p><b>Ойын:</b> «Түрлі-түсті жұмыртқа» ойыны.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұғу және тік көтеру.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Қос аяқтап алға қарай секіру.</li> <li>2.3-4 таяқшалардан аттап өту.</li> </ol> <p><b>Ойын:</b> «Асық ату» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Кұстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы.</p>
<p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Допты қақпа арқылы домалату.</li> <li>2.Қос аяқтап алға секіруді бекіту.</li> </ol> <p><b>Ойын:</b> «Кім жылдам?» ойыны.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

**Білім беру ұйымы** №41 «Назерке» бөбекжай-балабақшасы  
**Топ:** №5 «Желкен» мектепалды тобы  
**Балалардың жасы** 5жас  
**Жұбпардың құрылу кезеңі** 20-24 қараша 2023 ж

Сейсенбі 21.11.2023ж	Бейсенбі 23.11.2023ж	Жұма 24.11.2023ж
<p><b>Еңбектеу, өрмелеу.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу. Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу, бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өту;</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айқастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Допты қақпа арқылы домалату.</p>	<p><b>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> скамейканың үстіне қойылған текшелерден аттап жүру, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру.</p> <p>Қимылды ойындар.</p> <p>Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұғу және тік көтеру.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p>	<p><b>Секіру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2-3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, 4-5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40-50 см) секіру, 20-25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 см), қысқа секіргішпен секіру;</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5-6 рет), стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу (3 метр). Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p>

<p>2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Құрсау мен эстафета» ойыны.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>1. Қос аяқтап алға қарай секіру.</p> <p>2.3-4 таяқшалардан аттап өту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Менің зымыраған көңілді добым» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы.</p>	<p>1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</p> <p>2. Допты қақпа арқылы домалағуды қайталау.</p> <p><b>Ойын:</b> «Допты тордан өткізу» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Тәрбиелесу - білім беру процесінің циклограммасы**

Білім беру ұйымы №41 «Назерке» бөбекжай-балабақшасы  
 Топ: №5 «Желкен» мектепалды тобы  
 Балақаралық жасы 5  
 Жоспардың құрылу кезеңі 27 қараша-01 желтоқсан 2023 ж

Сейсенбі 28.11.2023ж	Бейсенбі 30.11.2023ж	Жұма 01.12.2023ж
<p><b>Жүру, тепе-теңдікті, сақтаужүгіру:</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Заттардан бір қырымен аттап жүруарқан бойымен бір қырымен, қосалқы қадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қою) жүру, кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 минут тоқтамай жүгіру, жүрумен алмастыра отырып.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою. Саусақтарды айқастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен</li> </ol>	<p><b>Салауатты өмір салтын қалыптастыру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Кеудеге арналған жаттығулар. Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкею. Гимнастикалық қабырғаға арқасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бұғу және тік көтеру.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, зағтардың</li> </ol>	<p><b>Баланы күн тәртібіне біртіндеп үйрету.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Тамақтану алдында және лас болған кезде қолын жуу, 1 жас 1 ай - 1 жас 3 айда қою тамақты қасықпен өз бетінше жеуге, ал 1 жас 6 айда – сорпа тамақты ішуге үйрету (нанды сорпамен бірге ішу, тек өз тәрелкесіндегі тамақты ішу), ересектің көмегімен майлықты қолдану, тамақтан соң ересектерге ілтипаг білдіру.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5–6 рет), стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу (3 метр). Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ зағтарды жылжыту.</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p>

<p>немесе таяқтан аттап өту.</p> <p><b>Ойын:</b> «футбол» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Балаларды жалпы мадақтау.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру.</p> <p><b>Ойын:</b> «Баскетбол» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Тыныс алу жаттығуын орындау.</p>	<p>1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.</p> <p><b>Ойын:</b> «Асық ағу» ойынын ойнау.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------