

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 мамыр-10 мамыр 2024 жыл

		<b>Жұма 10.05</b>
		<p><b>Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру жаттығулары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Сапқа бір, екі, үш қатармен тұру, бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру, орнында айналу, оңға, солға бұрылу, сап түзел, бір және екі, үш қатармен қайта тұру.</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 тактайшаны 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>1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта</p>

еңбектеу.

**Ойын:** «Гордан допты өткізу» ойыны.

**Ойынның мақсаты:** Балаларды шапшаң дербес қимыл әрекетке үйрету, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Ойынға қатысушылардың барлығы екі топқа бөлінеді. Өр топтың ойыншылары бірінің артына екуден сапқа тұрады. Ал капитан өз командасының алдына болады. Команда бірінен бірі 3-4метр жерде тұрады. Капитандар бір-бір волейбол добын алады да оны екі қолымен төбелеріне көтереді.

**Қорытынды:** «Бокс» тыныс алу жаттығуы

**Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы**

**Білім беру ұйымы** №41 «Назерке» бөбекжай-балабақшасы  
**Топ:** №5 «Желкен» мектепалды тобы  
**Балалардың жасы** 5-жас  
**Жоспардың құрылу кезеңі** 13 мамыр-17 мамыр 2024 жыл

Сейсенбі 14.05	Бейсенбі 16.05	Жұма 17.05
<p><b>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Жуыну кезінде қолдарын (алақандарын бір-біріне үйкелеу) және бетін алақанымен жуу, ересектердің көмегімен беті-қолдарын сүрту.</p> <p>Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.</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)</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</li> <li>2. Допты қақпа арқылы домалатулы</li> </ol>	<p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: дымқыл шүберекпен сүртінү, аяқтарды, денені шаю, әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен, жылы күндері шөптің, құмның үстімен жалаң аяқ жүру. Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау.</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).</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта</li> </ol>	<p><b>Спорттық ойындар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты он және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыру.</p> <p>Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты он және сол аяқпен тебу. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу.</p> <p>Велосипед, самокат тебу. Шенбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу.</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 дөңгейіндегі рейкадан ұстап,</p>

<p>қайталау.</p> <p><b>Ойын:</b> «Түрлі-түсті жұмыртқа» ойының ойнау.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Балалар екі командаға бөлініп, тепе-теңдікті сақтай отырып ағаш қасықта тұрған әртүрлі жұмыртқаны түсірмей кедергіні айналып мәреге жетеді.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>	<p>еңбектеу.</p> <p><b>Ойын:</b> «Құрсауды дөңгелет» ойының ойнау.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Үш-төрт бала тәрбиешіге қарама-қарсы 1,5-2м жерде тұрады. Тәрбиеші құрсауды кезекпен әр балаға қарай дөңгелетеді, ол ұстайды да керсінше тәрбиешіге қарай дөңгелетеді. Балалар құрсауды дөңгелетуді және ұстауды жақсы үйренген кезде бір-бірімен өздері ойнай алады.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>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> «Футбол» ойының ойнау.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Ойынның негізгі мақсаты қарсылас команданың қақпасына аяқпен немесе басқада дене мүшелермен (қолдан басқа) қарсылас команда салған саннан көбірек доп салу болып табылады.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Бокс» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>
---	---	--

## Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы №41 «Назерке» бөбекжай-балабақшасы  
 Топ: №5 Желкен мектепалды тобы  
 Балалардың жасы 5-жас  
 Жоспардың құрылу кезеңі 20 мамыр - 24 мамыр 2024 жыл

Сейсенбі 21.05	Бейсенбі 23.05	Жұма 24.05
<p><b>Спорттық жаттығулар.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Велосипед тебу. Екі және үш дөңгелекті велосипед тебу. Оңға, солға бұрылу.</p> <p>Жүзу. Суға түсу, суда ойнау; суда отырып, аяқтарын жоғары және төмен көтеріп қимылдар орындау; иекке дейін суда отыру, судан шығу; бетін суға малу; еркін әдіспен жүзуге талпыну.</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>1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен</p>	<p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: дымқыл шүберекпен сүртінуге, аяқтарды, денені шаю, әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен, жылы күндері шөптің, құмның үстімен жалаң аяқ жүру. Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау.</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).</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.</p> <p><b>Ойын:</b> «Құлатып алмай апар» ойының ойнау.</p>	<p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Жауын-шашынды күндері балалармен жабық қысқы бақта қимылды ойындар ұйымдастыру, жылдың жылы мезгілінде серуенде балалардың күн сәулесінің астында (3-5 минут) болуын қамтамасыз ету. Серуенде жылы құмның үстімен жалаң аяқ 2-3 минут жүргізу (алдын ала оның тазалығы мен қауіпсіздігіне көз жеткізу).</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)</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <p>1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</p>

<p>немесе таяқтан аттап өту.</p> <p><b>Ойын:</b> «Күн мен түн» ойының ойнау.</p> <p>Мақсаты: Балаларды ептілікке, жылдамдыққа, ажыратуға баулу.</p> <p><b>Қорытынды:</b> Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>Мақсаты: Балалардың дене қимыл қозғалыстарын дамытып, тепе-теңдікті, дәлдікті сақтай білуге үйрету. Арқаларын түзу ұстап, дұрыс жүруге дағдыландырып, тәрбиелеу.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Бокс» тыныс алу жаттығуы жасау.</p>	<p>2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.</p> <p><b>Ойын:</b> «Төбедегі доп қуу» ойынын ойнау.</p> <p>Мақсаты: Ойынға қатысушылардың барлығы екі топқа бөлінеді. Әр топтың ойыншылары бірінің артына екуден сапқа тұрады. Ал капитан өз командасының алдында болады. Команда бірінен бірі 3-4 метр жерде тұрады. Капитандар бір-бір волейбол добын алады ад, оны екі қолымен төбелеріне көтеріп бастандар деген командасы боойынша олар допты басынан асыра артындағы ойыншыға, осы әдіспен келесі ойыншыға береді.</p> <p><b>Қорытынды:</b> «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>
---	---	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы №41 «Назерке» бөбекжай-балабақшасы

Топ: №5 «Желкен» мектепалды тобы

Балалардың жасы 5-жас

Жоспардың құрылу кезеңі 27 мамыр-31 мамыр 2024ж

Сейсенбі 28.05	Бейсенбі 30.05	Жұма 31.05
<p>Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру.</p> <p><b>Мақсаты:</b> сапқа бір, екі, үш қатармен тұру, бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру, орнында айналу, оңға, солға бұрылу, сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру.</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. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</li> <li>2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.</li> </ol> <p><b>Ойын:</b> «Кім жылдам?» ойынын ойнау.</p>	<p>Музыкалық-ырғақтық қимылдар.</p> <p><b>Мақсаты:</b> 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>ЖДЖ:</b> Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5-6 рет), стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу (3 метр).</p> <p>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> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру.</li> </ol>	<p><b>Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен сон құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту.</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)</p> <p><b>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.</li> </ol> <p><b>Ойын:</b> «Баскетбол» ойыны.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Балалар екі командаға бөлініп,</p>

**Мақсаты:** Күштілікке, шапшаңдыққа, ептілікке баулу. Ойыншылар тең екі топқа бөлінеді де, бірінші топ ортаға келіп құрсауды ұстап шеңбер жасап отырады, екінші топ әуен бойынша жүгіріп, әуен тоқтағанда балалар жүгіріп келіп құрсаудың ішімен өтіп кім бірінші допты алады.

**Қорытынды:** «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.

**Ойын:** «Сақина лақтыру» ойыны.

**Мақсаты:** Балалардың қол бұлшықеттері мен көздің жақсы көруін жетілдіріп, жақсарту. Есте сақтау, ойлау қабілеттерін дамыту. Телтеңдікті, дәлдікті сақтай білуге тәрбиелеу.

**Қорытынды:** Тыныс алу жаттығуын орындау.

допты қарсыласының сақинасына түсіріп, ұпай жинау. Баскетболы таза 20 минуттан екі тайм ойнайды.

**Қорытынды:** «Бокс» тыныс алу жаттығуы