

«Бекітемін»

Балабақша меңгерушісі  
И.К. Байсултанова



### Оқу процесінің циклограммасы

Мектепке дейінгі ұйым «Алақай» балабақшасы.

Топ: «Гүлдер»

Жас: Мектеп алды даярлық.

Жоспар қай кезеңге жасалады (апта күндерін, айын, жылын көрсетіңіз) 01.03.2024жыл

Күні	Мектеп алды даярлық тобы «Гүлдер»				
1-апта 01.03.2023год	<p><b>Тақырыбы:</b> Құрсаудан жұп болып өту. Бір немесе екі аяқпен құрсаумен секіру. Көлбеу баспалдақпен кіріңіз, гимнастикалық қабырғаға (колдаумен) өтіңіз, рейстен ұшуға ауысыңыз. Лақтыру. Футбол. Допты қабырғаға лақтырып, еденнен секіргеннен кейін екі қолмен қағып алу. Допты оң және сол аяқпен берілген бағытта домалату. Допты заттарды айналып өту.</p> <p><b>Мақсат:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Дене белсенділігі негізінде балалардың жеке тұлғасын қалыптастыру.</li><li>2. Бір немесе екі аяқпен құрсаумен секіруді үйлестіруді дамыту.</li><li>3. Еңбекқорлыққа, төзімділікке тәрбиелеу</li></ol> <p>Сабақтың түрі: іскерлік пен дағдыны меңгеру; Оқыту әдістері: ақпараттық-танымдық; түсіндірме; нұсқаушы; ынталандыру; ынталандыру; Оқыту әдістері: орындау; репродуктивті; практикалық; ішінара іздеу; іздеу;</p>				
	<p><b>Мотивациялық және ынталандыру.</b> Туралау. «Назар аударыңыз!», «Еркін!» пәрмендерін орындау, бір-бірден бағанға қалыптастыру. Бағаннада бір-бірден серуендеу. Аяқ ұшымен жүру, жоғары жамбаспен жүру, саусақпен жүгіру, жүйелі жүгіру, жүру. Қозғалыс кезінде жолдарды ауыстырыңыз.</p>	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Қолымызды белімізге қойып, басымызды оңға және солға 4 рет айналдырамыз.</li><li>2. Қолымызды иығымызға қойып, алдығы артқа кезектесіп 2 рет айналдырамыз.</li><li>3. Қолымызды белімізге қойып айналдырамыз.</li><li>4. Аяқты алшақ ұстап, екі қолымызды алға созамыз және қайшылаймыз.</li><li>5. Екі қолымызды тіземізге қойып ішке және сыртқа айналдырамыз</li><li>6. Телетендік сақтау үшін «қарлығаш» жаттығуын жасаймыз.</li></ol>	<p><b>Ұйымдастырылған іс-әрекет</b> Жұп болып құрсау арқылы өту. Бір немесе екі аяқпен құрсаумен секіру. Көлбеу баспалдақпен кіріңіз, гимнастикалық қабырғаға өтіңіз, рейстен рейске ауысыңыз. Допты қабырғаға лақтырып, еденнен секіргеннен кейін екі қолмен қағып алу. Допты оң және сол аяқпен берілген бағытта домалату бағыт. Допты заттарды айналып өту.</p>	<p><b>Қозғалмалы ойын.</b> «Сызықшалар»</p> <p>Мақсаты: балалардың зейінділігі мен топта ойнау қабілетінің қиялын дамыту.</p>	<p><b>Рефлексиялық-түзетушілік</b></p> <p>Заттар арасында бір-бірден бағаннада жүру.</p>



«Бекітемін»

Балабақша меңгерушісі

И.К.Байсултанова

### Оқу процесінің циклограммасы

Мектепке дейінгі ұйым «Алақай» балабақшасы.

Топ: «Гүлдер»

Жас: Мектеп алды даярлық.

Жоспар қай кезеңге жасалады (апта күндерін, айын, жылын көрсетіңіз) 04-08.03.2024жыл

Күні	Мектеп алды даярлық тобы «Гүлдер»				
2-апта 05.03. 2024 жыл	<p><b>Тема:</b> Бросать мяч вдаль:от груди , из – за головы. Проходить через обруч парой.Прыжки через обручи на одной , двух ногах. Входить по наклонной лестнице , переходить на гимнастическую стенку с пролета на пролет.Бросание мяча о стену и ловля двумя руками после отскока от пола.</p> <p><b>Мақсаты:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Допты қашықтыққа лақтыруды үйрету.</li><li>2.Бір немесе екі аяқпен секірудегі қозғалыстарды үйлестіруді дамыту.</li><li>3.Дене тәрбиесіне сүйіспеншілікке тәрбиелеу.</li></ol> <p>Сабақтың түрі: іскерлік пен дағдыны меңгеру;</p> <p>Оқыту әдістері: ақпараттық-танымдық; түсіндірме; нұсқаушы; ынталандыру; ынталандыру;</p> <p>Оқыту әдістері: орындау; репродуктивті; практикалық; ішінара іздеу; іздеу;</p>				
	<p><b>Мотивациялық және ынталандыру .</b></p> <p>Сапқа тұру. «Назар аударыңыз!», «Еркін!» пәрмендерін орындау, бір-бірден бағанға қалыптастыру. Бағанада бір-бірден серуендеу. Аяқ ұшымен жүру, жоғары жамбаспен жүру, саусақпен жүгіру, жүйелі жүгіру, жүру. Қозғалыс кезінде жолдарды ауыстырыңыз. по три.</p>	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Қолымызды белімізге қойып,басымызды онға және солға 4 рет айналдырамыз.</li><li>2. Қолымызды иығымызға қойып,алдығы артқа кезектесіп 2 рет айналдырамыз.</li><li>3. Қолымызды белімізге қойып айналдырамыз.</li><li>4. Аяқты алшақ ұстап,екі қолымызды алға созамыз және қайшылаймыз.</li><li>5. Екі қолымызды тізімізге қойым ішке және сыртқа айналдырамыз</li><li>6. Тепетендік сақтау үшін «қарлығаш» жаттығуын жасаймыз.</li></ol>	<p><b>Ұйымдастырылған іс-әрекет</b></p> <p>Допты қашықтыққа лақтыру: кеудеден, бастың артынан. Жүп болып құрсау арқылы өту.Бір немесе екі аяқпен құрсаумен секіру. Көлбеу баспалдақ бойымен кіріңіз, гимнастикалық қабырғаға ұшудан ұшуға дейін өтіңіз. Допты қабырғаға лақтырып, еденнен секіргеннен кейін екі қолмен қағып алу.</p>	<p><b>Қозғалмалы ойын.</b> «Құрса соғу»</p> <p>Мақсаты: балалардың жылдамдықты, ауызша сигналдарға реакциясын дамыту, зейінін дамыту</p>	<p><b>Рефлексиялық-түзетушілік</b></p> <p>Заттар арасында бір-бірден бағанада жүру.</p>

<b>Күні</b>	<b>Мектеп алды даярлық тобы «Гүлдер»</b>				
<b>2-апта</b> <b>07.03. 2023 год</b>	<p><b>Тақырыбы:</b> Гимнастикалық орындықпен жүру: бүйірден, бүйірлік адыммен, ортада еңкейіп тұру, тұру. Допты қашықтыққа лақтыру: кеудеден, бастың артынан. Жұп болып құрсау арқылы өту. Бір немесе екі аяқпен құрсаумен секіру.</p> <p><b>Мақсат:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Орындықта жүргенде тепе-теңдікті сақтауға үйрету.</li> <li>2. Құрсаумен секіру кезінде қозғалыстарды үйлестіруді жақсарту.</li> <li>3. Еңбекқорлыққа, өзара көмекке тәрбиелеу.</li> </ol> <p><b>Сабактың түрі:</b> іскерлік пен дағдыны меңгеру;</p> <p><b>Оқыту әдістері:</b> ақпараттық-танымдық; түсіндірме; нұсқаушы; ынталандыру; ынталандыру;</p> <p><b>Оқыту әдістері:</b> орындау; репродуктивті; практикалық; ішінара іздеу; іздеу;</p>				
	<p><b>Мотивациялық және ынталандыру .</b></p> <p>Туралау. «Назар аударыңыз!», «Еркін!» пәрмендерін орындау, бір-бірден бағанға қалыптастыру. Бағанада бір-бірден серуендеу. Аяқ ұшымен жүру, жоғары жамбаспен жүру, саусақпен жүгіру, жүйелі жүгіру, жүру. Қозғалыс кезінде жолдарды ауыстырыңыз. по три.</p>	<p><b>Общеразвивающие упражнения</b></p> <p>1) Қолымызды белімізге қойып, басымызды оңға және солға 4 рет айналдырамыз.</p> <p>2. Қолымызды иығымызға қойып, алдығы артқа кезектесіп 2 рет айналдырамыз.</p> <p>Екі қолымызды тіземізге қойып ішке және сыртқа айналдырамыз</p> <p>2 —наклон вперед, коснуться пальцами рун носка левой ноги; 3 —выпрямиться, руки в стороны; 4 — исходное положение. То же к другой ноге.</p> <p>4) И. п.—основная стойка, руки на пояс. 1 —выпад правой ногой вперед* 2 —исходное положение. То же сделать другой ногой.</p>	<p><b>Ұйымдастырылған іс-әрекет</b></p> <p>Гимнастикалық орындықта жүру: бүйірмен, бүйірлік қадаммен, ортаға отыру, тұру. Допты қашықтыққа лақтыру: кеудеден, бастың артынан. Жұп болып құрсау арқылы өту. Бір немесе екі аяқпен құрсаумен секіру.</p>	<p><b>Қозғалмалы ойын.</b></p> <p>«Құрса соғу»</p> <p><b>Мақсаты:</b> балалардың жылдамдықты, ауызша сигналдарға реакциясын дамыту, зейінін дамыту</p>	<p><b>Рефлексиялық-түзетушілік</b></p> <p>Тыныс алуды қалпына келтіре отырып, бір-бірден бағанада тыныш жүру</p>

### Оқу процесінің циклограммасы

Мектепке дейінгі ұйым «Алақай» балабақшасы.

Топ: «Гүлдер»

Жас: Мектеп алды даярлық.

Жоспар қай кезеңге жасалады (апта күндерін, айын, жылын көрсетіңіз) 11-15.03.2024жыл

<b>Күні</b>	<b>Мектеп алды даярлық тобы «Гүлдер»</b>			
3-апта 12.03 2024 жыл	<p><b>Тақырыбы:</b> Допты оң қолмен еденге соғу, алға жылжу, допты бір қолмен лақтыру және қағып алу (кем дегенде 8-10 рет.) Аяқ саусақтарымен жүгіру, тізелерді жоғары көтеріп, артқа иілу. Басыңызда сөмке бар текшелер мен кегльдердің үстінен өтіңіз.</p> <p><b>Мақсат:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Допты лақтыру, қағып алу дағдыларын дамыту.</li> <li>2. Орында секіруде және алға жылжуда күш, ертілік, үйлестіруді дамыту (6-8м)</li> <li>3. Дене шынықтыру мен спортқа деген сүйіспеншілікке тәрбиелеу.</li> </ol> <p><b>Сабақтың түрі:</b> іскерлік пен дағдыны меңгеру;</p> <p><b>Оқыту әдістері:</b> ақпараттық-танымдық; түсіндірме; нұсқаушы; ынталандыру; ынталандыру;</p> <p><b>Оқыту әдістері:</b> орындау; репродуктивті; практикалық; ішінара іздеу; іздеу;</p>			
	<p><b>Мотивациялық және ынталандыру .</b></p> <p>Сапқа тұру. «Назар аударыңыз!», «Еркін!» пәрмендерін орындау, бір-бірден бағанға қалыптастыру. Бағаннада бір-бірден серуендеу. Аяқ ұшымен жүру, жоғары жамбаспен жүру, саусақпен жүгіру, жүйелі жүгіру, жүру. Қозғалыс кезінде жолдарды ауыстырыңыз. по три.</p>	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Қолымызды белімізге қойып,басымызды оңға және солға 4 рет айналдырамыз.</li> <li>2. Қолымызды иығымызға қойып,алдығы артқа кезектесіп 2 рет айналдырамыз.</li> <li>3. Қолымызды белімізге қойып айналдырамыз.</li> <li>4. Аяқты алшак ұстап,екі қолымызды алға созамыз және қайшылаймыз.</li> <li>5. Екі қолымызды тіземізге қойым ішке және сыртқа айналдырамыз</li> <li>6. Тепетендік сақтау үшін «сарлығаш» жаттығуын жасаймыз.</li> </ol>	<p><b>Ұйымдастырылған іс-әрекет</b></p> <p>Допты оң қолмен еденге соғу, алға жылжу, допты бір қолмен лақтыру және қағып алу (кем дегенде 8-10 рет.) Аяқ саусақтарымен жүгіру, тізелерді жоғары көтеріп, артқа иілу. Басыңызда сөмке бар текшелер мен кегльдердің үстінен өтіу.</p>	<p><b>Қозғалмалы ойын.:</b> «Секіру секіру»</p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларды сол және оң аяқпен секіруге үйрету.</p>

Күні	Мектеп алды даярлық тобы «Гүлдер»				
	<p><b>Тақырыбы:</b> Арқанға өрмелеу. Жүру, секіру. Гимнастикалық қабырғаға кезек-кезек адымдап көтерілу. Екі аяқпен орнында секіру (жүрумен кезектесіп 2-3 рет 10 секіру)</p> <p><b>Мақсаты:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дене белсенділігі негізінде балалардың жеке тұлғасын қалыптастыру.</li> <li>2. Қол мен аяқтың аяқас және бір мезгілде қимылдарын үйлестіруді дамыту.</li> <li>3. Дене шынықтыруға, еңбексүйгіштікке тәрбиелеу.</li> </ol> <p><b>Сабақтың түрі:</b> іскерлік пен дағдыны меңгеру;</p> <p><b>Оқыту әдістері:</b> ақпараттық-танымдық; түсіндірме; нұсқаушы; ынталандыру; ынталандыру;</p> <p><b>Оқыту әдістері:</b> орындау; репродуктивті; практикалық; ішінара іздеу; іздеу;</p>				
3-апта 14.03. 2024 жыл	<p><b>Мотивациялық және ынталандыру .</b></p> <p>Сапқа тұру. «Назар аударыңыз!», «Еркін!» пәрмендерін орындау, бір-бірден бағанға қалыптастыру. Бағаннада бір-бірден серуендеу. Аяқ ұшымен жүру, жоғары жамбаспен жүру, саусақпен жүгіру, жүйелі жүгіру, жүру. Қозғалыс кезінде жолдарды ауыстырыңыз. по три.</p>	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Қолымызды белімізге қойып,басымызды оңға және солға 4 рет айналдырамыз.</li> <li>2. Қолымызды иығымызға қойып,алдығы артқа кезектесіп 2 рет айналдырамыз.</li> <li>3. Қолымызды белімізге қойып айналдырамыз.</li> <li>4. Аяқты алшак ұстап,екі қолымызды алға созамыз және қайшылаймыз.</li> <li>5. Екі қолымызды тіземізге қойым ішке және сыртқа айналдырамыз</li> <li>6. Тепетендік сақтау үшін «қарлығаш» жаттығуын жасаймыз.</li> </ol>	<p><b>Ұйымдастырылған іс-әрекет</b></p> <p>Арқанға өрмелеу. Жүру, секіру. Гимнастикалық қабырғаға кезек-кезек адымдап көтерілу. Екі аяқпен орнында секіру (жүрумен кезектесіп 2-3 рет 10 секіру)</p>	<p><b>Қозғалмалы ойын.:</b></p> <p>«Секіру секіру»</p> <p><b>Мақсаты:</b></p> <p>Балаларды сол және оң аяқпен секіруге үйрету.</p>	<p><b>Рефлексиялық-түзетушілік</b></p> <p>Бағаннада, бір-бірден, объектілер арасында «жылан» үлгісінде жүру.</p>

<b>Күні</b>	<b>Мектеп алды даярлық тобы «Гүлдер»</b>				
	<p><b>Тақырыбы:</b> Ұсақ және кең қадамдармен үздіксіз жүгіру, бағытты өзгерту, тоқтау, жүгіруді жалғастыру. Гимнастикалық орындықта жүру: бүйірмен, бүйірлік қадаммен, ортаға отыру, тұру. Допты қашықтыққа лақтыру: кеудеден, бастың артынан. Жүп ретінде шеңбер арқылы өтеміз.</p> <p><b>Максаты:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бағытын өзгерте отырып, шағын және кең қадамдармен үздіксіз жүгіруді үйреніңіз.</li> <li>2. Орындықта жүру дағдылары мен дағдыларын жетілдіру.</li> <li>3. Еңбекқорлыққа, өзара көмекке тәрбиелеу.</li> </ol> <p><b>Сабақтың түрі:</b> іскерлік пен дағдыны меңгеру;</p> <p><b>Оқыту әдістері:</b> ақпараттық-танымдық; түсіндірме; нұсқаушы; ынталандыру; ынталандыру;</p> <p><b>Оқыту әдістері:</b> орындау; репродуктивті; практикалық; ішінара іздеу; іздеу;</p>				
<b>3-апта</b> <b>15.03. 2024 жыл</b>	<p><b>Мотивациялық және ынталандыру .</b></p> <p>Сапқа тұру. «Назар аударыңыз!», «Еркін!» пәрмендерін орындау, бір-бірден бағанға қалыптастыру. Бағанада бір-бірден серуендеу. Аяқ ұшымен жүру, жоғары жамбаспен жүру, саусақпен жүгіру, жүйелі жүгіру, жүру. Қозғалыс кезінде жолдарды ауыстырыңыз. по три.</p>	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Қолымызды белімізге қойып, басымызды оңға және солға 4 рет айналдырамыз.</li> <li>2. Қолымызды иығымызға қойып, алдығы артқа кезектесіп 2 рет айналдырамыз.</li> <li>3. Қолымызды белімізге қойып айналдырамыз.</li> <li>4. Аяқты алшақ ұстап, екі қолымызды алға созамыз және қайшылаймыз.</li> <li>5. Екі қолымызды тіземізге қойым ішке және сыртқа айналдырамыз</li> <li>6. Тепетендік сақтау үшін «қарлығаш» жаттығуын жасаймыз.</li> </ol>	<p><b>Ұйымдастырылған іс-әрекет</b></p> <p>Ұсақ және кең қадамдармен үздіксіз жүгіру, бағытты өзгерту, тоқтау, жүгіруді жалғастыру. Гимнастикалық орындықта жүру: бүйірмен, бүйірлік қадаммен, ортаға отыру, тұру. Допты қашықтыққа лақтыру: кеудеден, бастың артынан. Жүп ретінде шеңбер арқылы өтеміз.</p>	<p><b>Қозғалмалы ойын.</b></p> <p>«Құрса соғу»</p> <p>Максаты: балалардың жылдамдықты, ауызша сигналдарға реакциясын дамыту, зейінін дамыту</p>	<p><b>Рефлексиялы қ-түзетушілік</b></p> <p>Заттар арасында бір-бірден бағанада жүру</p>

### Оқу процесінің циклограммасы

Мектепке дейінгі ұйым «Алақай» балабақшасы.

Топ: «Гүлдер»

Жас: Мектеп алды даярлық.

Жоспар қай кезеңге жасалады (апта күндерін, айын, жылын көрсетіңіз) 18-20.03.2024жыл

<b>Күні</b>	<b>Мектеп алды даярлық тобы «Гүлдер»</b>				
4-апта 19.03.2024 жыл	<p><b>Тақырыбы:</b> Допты баспен итеріп 4-5 м жүгіру. Шағын және кең қадамдармен үздіксіз жүгіру, бағытты өзгерту, тоқтау, жүгіруді жалғастыру. Гимнастикалық орындықта жүру: бүйірмен, бүйірлік қадаммен, ортаға отыру, тұру.</p> <p><b>Мақсаты:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Қозғалыстарды үйлестіруді қалыптастыру.</li> <li>2. Кіші және кең қадамдармен жүгіру кезінде дағдылар мен дағдыларды жетілдіру.</li> <li>3. Дене тәрбиесіне сүйіспеншілікке тәрбиелеу.</li> </ol> <p><b>Сабактың түрі:</b> іскерлік пен дағдыны меңгеру;</p> <p><b>Оқыту әдістері:</b> акпараттық-танымдық; түсіндірме; нұсқаушы; ынталандыру; ынталандыру;</p> <p><b>Оқыту әдістері:</b> орындау; репродуктивті; практикалық; ішінара іздеу; іздеу;</p>				
	<p><b>Мотивациялық және ынталандыру .</b></p> <p>Сапқа тұру. «Назар аударыңыз!», «Еркін!» пәрмендерін орындау, бір-бірден бағанға қалыптастыру. Бағанада бір-бірден серуендеу. Аяқ ұшымен жүру, жоғары жамбаспен жүру, саусақпен жүгіру, жүйелі жүгіру, жүру. Қозғалыс кезінде жолдарды ауыстырыңыз. по три.</p>	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Қолымызды белімізге қойып,басымызды оңға және солға 4 рет айналдырамыз.</li> <li>2. Қолымызды иығымызға қойып,алдығы артқа кезектесіп 2 рет айналдырамыз.</li> <li>3. Қолымызды белімізге қойып айналдырамыз.</li> <li>4. Аяқты алшақ ұстап,екі қолымызды алға созамыз және қайшылаймыз.</li> <li>5. Екі қолымызды тіземізге қойым ішке және сыртқа айналдырамыз</li> <li>6. Телетендік сақтау үшін «қарлығаш» жаттығуын жасаймыз.</li> </ol>	<p><b>Ұйымдастырылған іс-әрекет</b></p> <p>Допты баспен итеріп 4-5 м жүгіру. Шағын және кең қадамдармен үздіксіз жүгіру, бағытты өзгерту, тоқтау, жүгіруді жалғастыру. Гимнастикалық орындықта жүру: бүйірмен, бүйірлік қадаммен, ортаға отыру, тұру.</p>	<p><b>Қозғалмалы ойын.</b></p> <p>«Көңілді жарыс»</p> <p>Максаты: Жылдамдық, күш, төзімділік Өзара көмек көрсету</p>	<p><b>Рефлексиялық-түзетушілік</b></p> <p>Бағанада, бір-бірден, объектілер арасында «жылан» үлгісінде жүру.</p>

**Оқу процесінің циклограммасы**

Мектепке дейінгі ұйым «Алақай» балабақшасы.

Топ: «Гүлдер»

Жас: Мектеп алды даярлық.

Жоспар қай кезеңге жасалады (апта күндерін, айын, жылын көрсетіңіз) 26-29.03.2024жыл

<b>Күні</b>	<b>Мектеп алды даярлық тобы «Гүлдер»</b>				
<b>5-апта</b> <b>26.03.2024 жыл</b>	<p><b>Тақырыбы:</b> Басына дорба киген текшелер, кегельдер үстінен өту.Допты баспен итеріп 4-5 м жүгіру. Шағын және кең қадамдармен үздіксіз жүгіру, бағытты өзгерту, тоқтау, жүгіруді жалғастыру.</p> <p><b>Мақсаты:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Текшелерді басып өту дағдыларын дамыту.</li> <li>2. Үздіксіз жүгіру кезінде қозғалыстарды үйлестіруді дамыту.</li> <li>3. Төзімділікті, жылдамдықты, ептілікті дамыту.</li> </ol> <p><b>Сабақтың түрі:</b> іскерлік пен дағдыны меңгеру;</p> <p><b>Оқыту әдістері:</b> ақпараттық-танымдық; түсіндірме; нұсқаушы; ынталандыру; ынталандыру;</p> <p><b>Оқыту әдістері:</b> орындау; репродуктивті; практикалық; ішінара іздеу; іздеу;</p>				
	<p><b>Мотивациялық және ынталандыру .</b></p> <p>Сапқа тұру. «Назар аударыңыз!», «Еркін!» пәрмендерін орындау, бір-бірден бағанға қалыптастыру. Бағананада бір-бірден серуендеу. Аяқ ұшымен жүру, жоғары жамбаспен жүру, саусақпен жүгіру, жүйелі жүгіру, жүру. Қозғалыс кезінде жолдарды ауыстырыңыз. по три.</p>	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Қолымызды белімізге қойып,басымызды оңға және солға 4 рет айналдырамыз.</li> <li>2. Қолымызды иығымызға қойып,алдығы артқа кезектесіп 2 рет айналдырамыз.</li> <li>3. Қолымызды белімізге қойып айналдырамыз.</li> <li>4. Аяқты алшак ұстап,екі қолымызды алға созамыз және қайшылаймыз.</li> <li>5. Екі қолымызды тіземізге қойым ішке және сыртқа айналдырамыз</li> <li>6. Тепелендік сақтау үшін «қарлығаш» жаттығуын жасаймыз.</li> </ol>	<p><b>Ұйымдастырылған іс-әрекет</b></p> <p>Басына дорба киген текшелер, кегельдер үстінен өту.Допты баспен итеріп 4-5 м жүгіру. Шағын және кең қадамдармен үздіксіз жүгіру, бағытты өзгерту, тоқтау, жүгіруді жалғастыру.</p>	<p><b>Қозғалмалы ойын.:</b> «Көңілді жарыс»</p> <p>Мақсаты: Жылдамдық, күш, төзімділік Өзара көмек көрсету</p>	<p><b>Рефлексиялық-түзетушілік</b></p> <p>Бағананада, бір-бірден, объектілер арасында «жылан» үлгісінде жүру.</p>

Күні

Мектеп алды даярлық тобы «Гүлдер»

**Тақырыбы:** Тізені жоғары көтеріп, артқа бүгіп, аяқтың ұшымен жүгіру. Басына дорба киген текшелер, кегльдер үстінен өту. Допты баспен итеріп 4-5 м жүгіру

**Цель:**

- 1.Формировать навыки бега на носках, высоко поднимая колени.
- 2.Развивать координацию движений и быстроту реакции.
- 3.Воспитывать упорство и трудолюбие.

**Сабақтың түрі:** іскерлік пен дағдыны меңгеру;

**Оқыту әдістері:** ақпараттық-танымдық; түсіндірме; нұсқаушы; ынталандыру; ынталандыру;

**Оқыту әдістері:** орындау; репродуктивті; практикалық; ішінара іздеу; іздеу;

5-апта  
28.03.2024 жыл

**Мотивациялық және ынталандыру .**

Сапқа тұру. «Назар аударыңыз!», «Еркін!» пәрмендерін орындау, бір-бірден бағанға қалыптастыру. Бағананда бір-бірден серуендеу. Аяқ ұшымен жүру, жоғары жамбаспен жүру, саусақпен жүгіру, жүйелі жүгіру, жүру. Қозғалыс кезінде жолдарды ауыстырыңыз. по три.

**Жалпы дамыту жаттығулары**

1. Қолымызды белімізге қойып,басымызды оңға және солға 4 рет айналдырамыз.
2. Қолымызды иығымызға қойып,алдығы артқа кезектесіп 2 рет айналдырамыз.
3. Қолымызды белімізге қойып айналдырамыз.
4. Аяқты алшак ұстап,екі қолымызды алға созамыз және қайшылаймыз.
5. Екі қолымызды тіземізге қойым ішке және сыртқа айналдырамыз
6. Төпетендік сақтау үшін «қарлығаш» жаттығуын жасаймыз.

**Ұйымдастырылған іс-әрекет**

Тізені жоғары көтеріп, артқа бүгіп, аяқтың ұшымен жүгіру. Басына дорба киген текшелер, кегльдер үстінен өту.Допты баспен итеріп 4-5 м жүгіру

**Қозғалмалы ойын.**  
«Ақсерек-көксерек»  
Мақсат: Ойынның ережелерін үйренеміз.

**Рефлексиялық-түзетушілік**

Бағананда, бір-бірден, объектілер арасында «жылан» үлгісінде жүру.

Күні

Мектеп алды даярлық тобы «Гүлдер»

**Тақырыбы:** Допты оң қолмен еденге соғу, алға жылжу, допты бір қолмен лақтыру және қағып алу (кем дегенде 8-10 рет.) Аяқ саусақтарымен жүгіру, тізелерді жоғары көтеріп, артқа иілу. Басыңызда сөмке бар текшелер мен кегльдердің үстінен өтіңіз.

**Мақсат:**

1. Саусақпен жүгіру, тізені жоғары көтеру дағдыларын дамыту.
2. Қозғалыс координациясын және реакция жылдамдығын дамыту.
3. Табандылыққа, еңбексүйгіштікке тәрбиелеу.

**Сабақтың түрі:** іскерлік пен дағдыны меңгеру;

**Оқыту әдістері:** ақпараттық-танымдық; түсіндірме; нұсқаушы; ынталандыру; ынталандыру;

**Оқыту әдістері:** орындау; репродуктивті; практикалық; ішінара іздеу; іздеу;

5-апта  
29.03.2024 жыл

**Мотивациялық және ынталандыру .**

Сапқа тұру. «Назар аударыңыз!», «Еркін!» пәрмендерін орындау, бір-бірден бағанға қалыптастыру. Бағананда бір-бірден серуендеу. Аяқ ұшымен жүру, жоғары жамбаспен жүру, саусақпен жүгіру, жүйелі жүгіру, жүру. Қозғалыс кезінде жолдарды ауыстырыңыз. по три.

**Жалпы дамыту жаттығулары**

1. Қолымызды белімізге қойып, басымызды оңға және солға 4 рет айналдырамыз.
2. Қолымызды иығымызға қойып, алдығы артқа кезектесіп 2 рет айналдырамыз.
3. Қолымызды белімізге қойып айналдырамыз.
4. Аяқты алшак ұстап, екі қолымызды алға созамыз және қайшылаймыз.
5. Екі қолымызды тіземізге қойып ішке және сыртқа айналдырамыз
6. Телетендік сақтау үшін «қарлығаш» жаттығуын жасаймыз.

**Ұйымдастырылған іс-әрекет**

Допты оң қолмен еденге соғу, алға жылжу, допты бір қолмен лақтыру және қағып алу (кем дегенде 8-10 рет.) Аяқ саусақтарымен жүгіру, тізелерді жоғары көтеріп, артқа иілу. Басыңызда сөмке бар текшелер мен кегльдердің үстінен өтіңіз.

**Қозғалмалы ойын.**

«Асықы»

**Мақсат:**

Ептілік, көз, координацияны дамыту дағдылар

**Рефлексиялық-түзетушілік**

Бағананда, бір-бірден, объектілер арасында «жылан» үлгісінде жүру.