

«Келісемін»

Балабақша әдіскері

Мүдә Л.Н.Жумабекова

«Бекітемін»  
Балабақша меңгерушісі  
Мүдә М.К.Байсултанова

### Оқу процесінің циклограммасы

Мектепке дейінгі ұйым «Алақай» балабақшасы.

Ортаңғы топтар: «Балауса», «Еркем-ай»

Жас: 3 жас.

Жоспар қай кезеңге жасалады (апта күндерін, айын, жылын көрсетіңіз): 02-03.05.2024ж

Күні	Орта топ «Балауса», «Еркемай»				
I-апта 02.05.2024 жыл	<b>Тақырыбы:</b> «Секіру» Бағанада бірінен соң бірі, бірінен соң бірі еркін жүру дағдыларын қалыптастыру. Допты бір-біріне беру. Екі аяқпен затқа бас тигізіп жоғары секіру.				
	<b>Мақсаты:</b> 1. Дене белсенділігі негізінде балалардың жеке тұлғасын қалыптастыру. 2. Қозғалыстарды үйлестіруді және допты бір-біріне беруді дамыту. 3. Дене тәрбиесіне деген сүйіспеншілікке тәрбиелеу. <b>Сабақтың түрі:</b> Сабақтың түрі: іскерлік пен дағдыны меңгеру; <b>Оқыту әдістері:</b> ақпараттық-танымдық; түсіндірме; нұсқаушы; ынталандыру; ынталандыру; <b>Оқыту әдістері:</b> орындау; репродуктивті; практикалық; ішінара іздеу; іздеу;				
	<b>Мотивациялық және ынталандыру.</b>  Сапқа тұру. «Назар аударыңыз!», «Жайсыз!» пәрмендерін орындау, бір-бірден бағанға қалыптастыру. Бағанада бір-бірден серуендеу. Аяқ ұшымен жүру, жоғары жамбаспен жүру, саусақпен жүгіру, жүйелі жүгіру, жүру. Қозғалыс кезінде үш бағанды жасаныз.	<b>Жалпы дамыту жаттығулары</b>  1) І. б.— негізгі позиция, қолды иыққа, 1—сол аяқты артқа саусақта, қолды екі жаққа; 2 - бастапқы позиция. Екінші аяқпен бірдей. 2) І. р. - тұру - аяқтар алшақ, қолдар екі жаққа, 1 - қолдар жоғары; 2—денені солға еңкейту, бастан жоғары шапалақтау; 3 - түзу, қолды жоғары көтеру; 4 — бастапқы позиция. Дәл сол жақта. 3) І. р. - тұру - аяқтар алшақ, қолдар бастың артында, 1 - қолдар екі жаққа; 2—алға еңкею, саусақтармен сол аяқтың саусақтарының рундарын тигізу; 3 - түзу, қолды екі жаққа; 4 - бастапқы позиция. Екінші аяқ үшін де солай. 4) І. б.—негізгі позиция, белде қол. 1—оң аяқпен алға ұмтылу* 2—бастапқы қалып. Екінші аяқпен де солай жасаймыз.	<b>Ұйымдастырылған іс-әрекет</b>  «Секіру» Бағанада бірінен соң бірі, бірінен соң бірі еркін жүру дағдыларын қалыптастыру. Допты бір-біріне беру. Екі аяқпен басын бір затқа тигізіп жоғары секіру.	<b>Қозғалмалы ойын</b> «Карусель» <b>Мақсаты:</b> балалардың қозғалыстағы тепе-теңдігін, жүгіру дағдыларын дамыту, эмоционалды қ тонусын арттыру.	<b>Рефлексиялық-түзетушілік</b> Тыныс алуды қалпына келтіре отырып, бір-бірден бағанада тыныш жүру

«Келісемін»

Балабақша әдіскері

Мурз Л.Н.Жумабекова



### Оқу процесінің циклограммасы

Мектепке дейінгі ұйым «Алақай» балабақшасы.

Ортаңғы топтар: «Балауса», «Еркем-ай»

Жас: 3 жас.

Жоспар қай кезеңге жасалады (апта күндерін, айын, жылын көрсетіңіз): 06-10.05.2024ж

Орта топ «Балауса», «Еркемай»

Күні	Орта топ «Балауса», «Еркемай»				
	<b>Тексеру.</b> Заттардың арасындағы 8 метрге дейінгі арақашықтықта түзу сызықта төрт аяқпен жорғалау.				
2-апта 07.05.2024 жыл	<b>Мақсаты:</b> 1. Төрт аяқпен жорғалау дағдылары мен дағдыларын дамыту. 2. Қозғалыстарды үйлестіруді, жылдамдық пен күшті дамыту. 3. Балалардың үйлесімді дамуына тәрбиелеу.  Сабақтың түрі: Сабақтың түрі: іскерлік пен дағдыны меңгеру; Оқыту әдістері: ақпараттық-танымдық; түсіндірме; нұсқаушы; ынталандыру; ынталандыру; Оқыту әдістері: орындау; репродуктивті; практикалық; ішінара іздеу; іздеу;	<b>Жалпы дамыту жаттығулары</b>  1) І. б.— негізгі позиция, қолды иыққа, 1—сол аяқты артқа саусақта, қолды екі жаққа; 2 - бастапқы позиция. Екінші аяқпен бірдей. 2) І. р. - тұру - аяқтар алшақ, қолдар екі жаққа, 1 - қолдар жоғары; 2—денені солға еңкейту, бастан жоғары шапалақтау; 3 - түзу, қолды жоғары көтеру; 4 — бастапқы позиция. Дәл сол жақта. 3) І. р. - тұру - аяқтар алшақ, қолдар бастың артында, 1 - қолдар екі жаққа; 2—алға еңкею, саусақтармен сол аяқтың саусақтарының рундарын тигізу; 3 - түзу, қолды екі жаққа; 4 - бастапқы позиция. Екінші аяқ үшін де солай.	<b>Ұйымдастырылған іс-әрекет</b>  Заттардың арасындағы 8 метрге дейінгі арақашықтықта түзу сызықта төрт аяқпен жорғалау.	<b>Қозғалмалы ойын</b> «Торғайлар мен көлік» Мақсаты: балаларды бір-біріне соқтығыспай әртүрлі бағытта жүруге, табуға үйрету	<b>Рефлексиялық-түзетушілік</b>  Бағанада бір-бірден, «жылан» үлгісінде объектілер арасында жүру.

Күні	Орта топ «Балауса», «Еркемай»				
2-апта 08.05.2024 жыл	<p><b>Тақырыбы: 1. Жүгіру. Тепе-теңдік. Қалыпты жүгіру; саусақтарыңызда. Жолдар арасында жүру (қашықтық 15 сантиметр)</b></p> <p><b>Мақсаты:</b></p> <p>1. Дене белсенділігі негізінде балалардың жеке тұлғасын қалыптастыру.</p> <p>2. Орнында секіру, шеңбер бойымен айналу арқылы қозғалыстарды үйлестіруді дамыту.</p> <p>3. Еңбекқорлыққа, өзара көмекке тәрбиелеу.</p> <p>Сабақтың түрі: 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!», «Жайсыз!» пәрмендерін орындау, бір-бірден бағанға қалыптастыру. Бағаннада бір-бірден серуендеу. Аяқ ұшымен жүру, жоғары жамбаспен жүру, саусақпен жүгіру, жүйелі жүгіру, жүру. Қозғалыс кезінде үш бағанды жасаңыз.</p>	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары</b></p> <p>1) І. б.— негізгі позиция, қолды иыққа, 1—сол аяқты артқа саусақта, қолды екі жаққа; 2 - бастапқы позиция. Екінші аяқпен бірдей.</p> <p>2) І. р. - тұру - аяқтар алшақ, қолдар екі жаққа, 1 - қолдар жоғары; 2—денені солға еңкейту, бастан жоғары шапалақтау; 3 - түзу, қолды жоғары көтеру; 4 — бастапқы позиция. Дәл сол жақта.</p> <p>3) І. р. - тұру - аяқтар алшақ, қолдар бастың артында, 1 - қолдар екі жаққа; 2—алға еңкею, саусақтармен сол аяқтың саусақтарының рундарын тигізу; 3 - түзу, қолды екі жаққа; 4 - бастапқы позиция. Екінші аяқ үшін де солай.</p>	<p><b>Ұйымдастырылған іс-әрекет</b></p> <p><b>Жүгіру. Тепе-теңдік. Қалыпты жүгіру; саусақтарыңызда. Жолдар арасында жүру (қашықтық 15 сантиметр)</b></p>	<p><b>Қозғалмалы ойын «Торғайлар мен көлік»</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> балаларды бір-біріне соқтығыспай әртүрлі бағытта жүруге, табуға үйрету</p>	<p><b>Рефлексиялық-түзетушілік</b></p> <p>Бағаннада бір-бірден, «жылан» үлгісінде объектілер арасында жүру.</p>

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Хасен Алия Ахатқызы

«Келісемін»

Балабақша әдіскері

Л.Н.Жумабекова



### Оқу процесінің циклограммасы

Мектепке дейінгі ұйым «Алақай» балабақшасы.

Ортаңғы топтар: «Балауса», «Еркем-ай»

Жас: 3 жас.

Жоспар қай кезеңге жасалады (апта күндерін, айын, жылын көрсетіңіз): 13-17.05.2024ж

Күні		Орта топ «Балауса», «Еркемай»			
3-апта 13.05.2024 жыл	<b>Тақырыбы:Секіру. Балдырған тебу. (таза ауада) 2 екі аяқпен 2-3 метр қашықтықта алға жылжу. Екі доңғалақты велосипедпен жүру.</b> <b>Мақсаты:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Дене белсенділігі арқылы балалардың жеке тұлғасын қалыптастыру.</li><li>• Алға қозғалу кезінде екі аяқпен жүгіруде қозғалыстарды үйлестіруді дамыту;</li><li>• Жүгіру кезінде төзімділікті қалыптастыру</li></ul> <b>Сабақтың түрі:</b> Сабақтың түрі: іскерлік пен дағдыны меңгеру; <b>Оқыту әдістері:</b> ақпараттық-танымдық; түсіндірме; нұсқаушы; ынталандыру; ынталандыру; <b>Оқыту әдістері:</b> орындау; репродуктивті; практикалық; ішінара іздеу; іздеу;				
	<b>Мотивациялық және ынталандыру.</b> Сапка тұру. «Назар аударыңыз!», «Жайсыз!» пәрмендерін орындау, бір-бірден бағанға қалыптастыру. Бағанада бір-бірден серуендеу. Аяқ ұшымен жүру, жоғары жамбаспен жүру, саусақпен жүгіру, жүйелі жүгіру, жүру. Қозғалыс кезінде үш бағанды жасаңыз.	<b>Жалпы дамыту жаттығулары</b> 1) I. б.— негізгі позиция, қолды иыққа, 1—сол аяқты артқа саусақта, қолды екі жаққа; 2 - бастапқы позиция. Екінші аяқпен бірдей. 2) I. р. - тұру - аяқтар алшақ, қолдар екі жаққа, 1 - қолдар жоғары; 2—денені солға еңкейту, бастан жоғары шапалақтау; 3 - тұзу, қолды жоғары көтеру; 4 — бастапқы позиция. Дәл сол жақта. 3) I. р. - тұру - аяқтар алшақ, қолдар бастың артында, 1 - қолдар екі жаққа; 2—алға еңкею, саусақтармен сол аяқтың саусақтарының рундарын тигізу; 3 - тұзу, қолды екі жаққа; 4 - бастапқы позиция. Екінші аяқ үшін де солай.	<b>Ұйымдастырылған іс-әрекет</b> Секіру. Балдырған тебу. (таза ауада) 2 екі аяққа 2-3 метр қашықтықта алға жылжу. Екі доңғалақты велосипедпен жүру.	<b>Қозғалмалы ойын</b> «Ұшақ» Мақсаты: Балалар бір-біріне соқтығыспай әр түрлі бағытта жүгіреді. Және сигнал бойымен қозғала бастаңыз.	<b>Рефлексиялық-түзетушілік</b> Бағанада бір-бірден, «жылан» үлгісінде объектілер арасында жүру.

Күні	<b>Орта топ «Балауса», «Еркемай»</b>			
<b>3-апта</b> <b>14.05 15.05.2024 жыл</b>	<p><b>Тақырыбы:</b> Кроулинг боулинг ойындары. Көлденең тақтада жорғалау. Допты лақтыру, дұрыс бастапқы қалып алу.</p> <p><b>Мақсаты:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дене белсенділігі негізінде балалардың жеке тұлғасын қалыптастыру.</li> <li>2. Көлденең тақтада жорғалау арқылы қозғалыстарды үйлестіруді дамыту.</li> <li>3. Табандылыққа, табандылыққа тәрбиелеу.</li> </ol> <p>Сабактың түрі: Сабактың 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>  Сапқа тұру. «Назар аударыңыз!», «Жайсыз!» пәрмендерін орындау, бір-бірден бағанға қалыптастыру. Бағанада бір-бірден серуендеу. Аяқ ұшымен жүру, жоғары жамбаспен жүру, саусақпен жүгіру, жүйелі жүгіру, жүру. Қозғалыс кезінде үш бағанды жасаңыз.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Жалпы дамыту жаттығулары</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) I. б.— негізгі позиция, қолды иыққа, 1—сол аяқты артқа саусақта, қолды екі жаққа; 2 - бастапқы позиция. Екінші аяқпен бірдей.</li> <li>2) I. р. - тұру - аяқтар алшақ, қолдар екі жаққа, 1 - қолдар жоғары; 2—денені солға еңкейту, бастан жоғары шапалақтау; 3 - түзу, қолды жоғары көтеру; 4 — бастапқы позиция. Дәл сол жақта.</li> <li>3) I. р. - тұру - аяқтар алшақ, қолдар бастың артында, 1 - қолдар екі жаққа; 2—алға еңкею, саусақтармен сол аяқтың саусақтарының рундарын тигізу; 3 - түзу, қолды екі жаққа; 4 - бастапқы позиция. Екінші аяқ үшін де солай.</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>Ұйымдастырылған іс-әрекет</b></p> <p>Кроулинг боулинг ойындары. Көлденең тақтада жорғалау. Допты лақтыру, дұрыс бастапқы қалып алу.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Қозғалмалы ойын «Ұшақ»</b></p> <p>Мақсаты: Балалар бір-біріне соқтығыспай әр түрлі бағытта жүгіреді. Және сигнал бойымен қозғала бастаңыз.</p>

Күні	<b>Орта топ «Балауса», «Еркемай»</b>				
<b>3-апта 16.05.2024 жыл</b>	<p><b>Тақырып:</b> Жүру, жүгіру. Жүгірумен алма-кезек бағанада жүру. Көлденең тақтада, орындықта.</p> <p><b>Мақсаты:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Колоннада жүру дағдыларын дамыту.</li> <li>2. Жылдамдық, күш, ептілікке тәрбиелеу.</li> <li>3. Еңбекқорлыққа, өзара көмекке тәрбиелеу.</li> </ol> <p><b>Сабақтың түрі:</b> Сабақтың түрі: 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> Сапқа тұру. «Назар аударыңыз!», «Жайсыз!» пәрмендерін орындау, бір-бірден бағанға қалыптастыру. Бағананда бір-бірден серуендеу. Аяқ ұшымен жүру, жоғары жамбаспен жүру, саусақпен жүгіру, жүйелі жүгіру, жүру. Қозғалыс кезінде үш бағанды жасаңыз.</p>	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) I. б.— негізгі позиция, қолды иыққа, 1—сол аяқты артқа саусақта, қолды екі жаққа; 2 - бастапқы позиция. Екінші аяқпен бірдей.</li> <li>2) I. р. - тұру - аяқтар алшақ, қолдар екі жаққа, 1 - қолдар жоғары; 2—денені солға еңкейту, бастан жоғары шапалақтау; 3 - түзу, қолды жоғары көтеру; 4 — бастапқы позиция. Дәл сол жақта.</li> <li>3) I. р. - тұру - аяқтар алшақ, қолдар бастың артында, 1 - қолдар екі жаққа; 2—алға еңкею, саусақтармен сол аяқтың саусақтарының рундарын тигізу; 3 - түзу, қолды екі жаққа; 4 - бастапқы позиция. Екінші аяқ үшін де солай.</li> </ol>	<p><b>Ұйымдастырылған іс-әрекет</b></p> <p>Жүру, жүгіру. Тексеру. Жүгірумен алма-кезек бағананда жүру. Көлденең тақтада, орындықта.</p>	<p><b>Қозғалмалы ойын «Көңілді бастаулар»</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Балалар бір-біріне соқтығыспай әр түрлі бағытта жүгіреді. Және сигнал бойымен қозғала бастаңыз.</p>	<p><b>Рефлексиялық-түзетушілік</b></p> <p>Бағананда бір-бірден, «жылан» үлгісінде объектілер арасында жүру.</p>

**Дене шынықтыру нұсқаушысы: Хасен Алия Ахатқызы**

«Келісемін»

Балабақша әдіскері

Л.Н.Жумабекова

«Бекітемін»

Балабақша меңгерушісі

И.К.Байсултанова



### Оқу процесінің циклограммасы

Мектепке дейінгі ұйым «Алақай» балабақшасы.

Ортаңғы топтар: «Балауса», «Еркем-ай»

Жас: 3 жас.

Жоспар қай кезеңге жасалады (апта күндерін, айын, жылын көрсетіңіз): 27-31.05.2024ж

Күні	Ортаңғы топ «Балауса», «Еркемай»				
5-апта 27.05.2024 жыл	<b>Жаяу жүру. Жүгіру. Секіру (сыртта).</b> Қалыпты қадаммен, саусақпен, қолдың әртүрлі позицияларымен айқас қадаммен жүру. Тыныш қарқынмен жүгіріңіз, тізенізді сәл бүгіңіз, өкшеден аяққа дейін жылжытыңыз. <b>Мақсаты:</b> 1. Дене белсенділігі негізінде балалардың жеке тұлғасын қалыптастыру. 2. Жүгіру кезінде қозғалыстарды үйлестіруді дамыту. 3. Жүгіру кезінде төзімділікті қалыптастыру. Сабақтың түрі:Сабақтың түрі: іскерлік пен дағдыны меңгеру; Оқыту әдістері: ақпараттық-танымдық; түсіндірме; нұсқаушы; ынталандыру; ынталандыру; Оқыту әдістері: орындау; репродуктивті; практикалық; ішінара іздеу; іздеу;				
	<b>Мотивациялық және ынталандыру.</b>  Сапқа тұру. «Назар аударыңыз!», «Жайсыз!» пәрмендерін орындау, бір-бірден бағанға қалыптастыру. Бағанада бір-бірден серуендеу. Аяқ ұшымен жүру, жоғары жамбаспен жүру, саусақпен жүгіру, жүйелі жүгіру, жүру. Қозғалыс кезінде үш бағанды жасаңыз.	<b>Жалпы дамыту жаттығулары</b>  1) І. б.— негізгі позиция, қолды иыққа, 1—сол аяқты артқа саусақта, қолды екі жаққа; 2 - бастапқы позиция. Екінші аяқпен бірдей. 2) І. р. - тұру - аяқтар алшақ, қолдар екі жаққа, 1 - қолдар жоғары; 2—денені солға еңкейту, бастан жоғары шапалақтау; 3 - түзу, қолды жоғары көтеру; 4 — бастапқы позиция. Дәл сол жақта. 3) І. р. - тұру - аяқтар алшақ, қолдар бастың артында, 1 - қолдар екі жаққа; 2—алға еңкею, саусақтармен сол аяқтың саусақтарының рундарын тигізу; 3 - түзу, қолды екі жаққа; 4 - бастапқы позиция. Екінші аяқ үшін де солай. 4) І. б.—негізгі позиция, белде қол. 1—оң аяқпен алға ұмтылу* 2—бастапқы қалып. Екінші аяқпен де солай жасаймыз.	<b>Ұйымдастырылған іс-әрекет</b> <b>Жаяу жүру. Жүгіру. Секіру (сыртта).</b> Қалыпты қадаммен, саусақпен, қолдың әртүрлі позицияларымен айқас қадаммен жүру. Тыныш қарқынмен жүгіріңіз, тізенізді сәл бүгіңіз, өкшеден аяққа дейін жылжытыңыз.	<b>Қозғалмалы ойын</b> «Карусель» <b>Мақсаты:</b> балалардың қозғалыстағы тепе-теңдігін, жүгіру дағдыларын дамыту, эмоционалдық тонусын арттыру.	<b>Рефлексивно-корректирующий</b>  Ходьба в колонне по одному между предметами «змейкой».

Күні

Ортаңғы топ «Балауса», «Еркемай»

**Допты домалату.**

Бағанада бірінен соң бірі, бірінен соң бірі еркін жүру дағдыларын қалыптастыру. 4–6 метр қашықтықта алға бағытта жорғалау дағдыларын қалыптастыру.

**Цель:**

1. Дене белсенділігі негізінде балалардың жеке тұлғасын қалыптастыру.
2. Бір-бірден колоннада еркін жүру кезінде қозғалыстарды үйлестіруді дамыту.
3. Төзімділікті, ептілікті және күшті қалыптастырыңыз.

Сабақтың түрі: Сабақтың түрі: іскерлік пен дағдыны меңгеру;

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

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

**Мотивациялық және ынталандыру.**

Сапқа тұру. «Назар аударыңыз!», «Жайсыз!» пәрмендерін орындау, бір-бірден бағанға қалыптастыру. Бағанада бір-бірден серуендеу. Аяқ ұшымен жүру, жоғары жамбаспен жүру, саусақпен жүгіру, жүйелі жүгіру, жүру. Қозғалыс кезінде үш бағанды жасаңыз.

**Жалпы дамыту жаттығулары**

- 1) І. б.— негізгі позиция, қолды иыққа, 1—сол аяқты артқа саусақта, қолды екі жаққа; 2 - бастапқы позиция. Екінші аяқпен бірдей.
- 2) І. р. - тұру - аяқтар алшақ, қолдар екі жаққа, 1 - қолдар жоғары; 2—денені солға еңкейту, бастан жоғары шапалақтау; 3 - түзу, қолды жоғары көтеру; 4 — бастапқы позиция. Дәл сол жақта.
- 3) І. р. - тұру - аяқтар алшақ, қолдар бастың артында, 1 - қолдар екі жаққа; 2—алға еңкею, саусақтармен сол аяқтың саусақтарының рундарын тигізу; 3 - түзу, қолды екі жаққа; 4 - бастапқы позиция. Екінші аяқ үшін де солай.
- 4) І. б.—негізгі позиция, белде қол. 1—оң аяқпен алға ұмтылу\* 2—бастапқы қалып. Екінші аяқпен де солай жасаймыз.

**Ұйымдастырылған іс-әрекет****Допты домалату.**

Бағанада бірінен соң бірі, бірінен соң бірі еркін жүру дағдыларын қалыптастыру. 4–6 метр қашықтықта алға бағытта жорғалау дағдыларын қалыптастыру.

**Қозғалмалы ойын «Карусель»**

Мақсаты: балалардың қозғалыстағы тепе-теңдігін, жүгіру дағдыларын дамыту, эмоционалды қ тонусын арттыру.

**Рефлексивно-корригирующий**

Бір-бірден бағанада жүру.

5-апта  
28.05 29.05.2024 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Хасен Алия

<b>Күні</b>	<b>Орта топ «Балауса», «Еркемай»</b>				
<b>5-апта 30.05.2024 жыл</b>	<p><b>Тема: Секіру (ашық ауада)</b> 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. Велосипедпен жүру дағдыларын дамыту.</li> <li>2. Қозғалысты үйлестіруді және екі аяқпен орнында секіруді дамыту.</li> <li>3. Дене тәрбиесіне сүйіспеншілікке тәрбиелеу.</li> </ol> <p>Сабақтың түрі: 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!», «Жайсыз!» пәрмендерін орындау, бір-бірден бағанға қалыптастыру. Бағананда бір-бірден серуендеу.</p> <p>Аяқ ұшымен жүру, жоғары жамбаспен жүру, саусақпен жүгіру, жүйелі жүгіру, жүру. Қозғалыс кезінде үш бағанды жасаңыз.</p>	<p><b>Жалпы дамыту жаттығулары</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) І. б.— негізгі позиция, қолды иыққа, 1—сол аяқты артқа саусақта, қолды екі жаққа; 2 - бастапқы позиция. Екінші аяқпен бірдей.</li> <li>2) І. р. - тұру - аяқтар алшақ, қолдар екі жаққа, 1 - қолдар жоғары; 2—денені солға еңкейту, бастан жоғары шапалақтау; 3 - түзу, қолды жоғары көтеру; 4 — бастапқы позиция. Дәл сол жақта.</li> <li>3) І. р. - тұру - аяқтар алшақ, қолдар бастың артында, 1 - қолдар екі жаққа; 2—алға еңкею, саусақтармен сол аяқтың саусақтарының рундарын тигізу; 3 - түзу, қолды екі жаққа; 4 - бастапқы позиция. Екінші аяқ үшін де солай.</li> </ol>	<p><b>Ұйымдастырылған іс-әрекет</b></p> <p>Секіру. Велосипед тебу (ашық ауада)</p> <p>1. Екі аяқпен орнында секіру (жүрумен кезектесіп 2-3 рет 10 секіру.</p>	<p><b>Қозғалмалы ойын</b></p> <p>«Торғайлар мен көлік»</p> <p>Мақсаты: балаларды бір-біріне соқтығыспай әртүрлі бағытта жүруге, өз орнын табуға үйрету</p>	<p><b>Рефлексиялық -түзетушілік</b></p> <p>Бағананда бір-бірден жүру</p>

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Хасен Алия Ахатқызы