



«Ботақан», «Күншуақ», «Құлыншақ», «Өркен» ересек топтарының
2024-2025 оқу жылына арналған
циклограммасы

Дене нұсқаушы: И.Қабиев

2024-2025 оқу жылы

Тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы**Білім беру ұйымы: №4 «Балбөбек» бөбекжай –балабақшасы МҚКҚ****Топ: «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан», «Күншуақ» ересек топтар****Балалардың жасы: 4 жас****Жоспардың құрылу кезеңі: 02.09.-06.09.2024ж****Тексерілді:**

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңертеңгілік жаттығулар	Таңертеңгі жаттығуларды музыка сүйемелдеуімен, би қимылдарымен жасау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	Дене шынықтыру залын желдету, іс-әрекетіне арналған көрнекілік құралдарын дайындау. Ұйымдастырылған іс-әрекеттің барысына қажет құралдарды, көрнекіліктер дайындау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекеттер	«Күншуақ» тобы Негізгі қимылдар: Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр). Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, "жыланша", шашырап	«Күншуақ», «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан» топтар Негізгі қимылдар: Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр). Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура,	«Ботақан» тобы Негізгі қимылдар: Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру. Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, "жыланша", шашырап жүгіру; белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; қарқынды	«Құлыншақ», «Өркен» топтар Негізгі қимылдар: Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру. Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, "жыланша", шашырап жүгіру; белгілі бір тапсырмаларды	

	жүгіру; белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Қ/о: “Кептерді қуып жет” Мақсаты: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін	шеңбер бойымен, "жыланша", шашырап жүгіру; белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. Еңбектеу, өрмелеу. 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу. Секіру. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып, құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру, 15-20 сантиметр биіктіктен секіру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпы дамытушы жаттығулар.	өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. Еңбектеу, өрмелеу. 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу. Секіру. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып, құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру.	орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. Еңбектеу, өрмелеу. 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу. Секіру. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып, құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпы дамытушы жаттығулар.	
--	--	---	---	---	--

	жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Балаларды ұжымда ойнай алуға тәрбиелеу. Ойынның шарты: Ойынды 15-20 бала ойнайды. жерге шеңбер сызылады. Ортаға тәрбиеші таңдаған баламысық тұрады, ал қалған балалар шеңберді айнала кептерлер болып тұрады, мысық ұйықтайды. Кептерлер шеңберді айналып жүріп, дэндерді шоқиды, мысық оянып кептерлерді қуады. Қай кептерді ұстап алса, сол бала айыппұл ретінде өлең –тақпақ айтады.	Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы Қ/о: «Күш сынаспақ» Ойын шарты: Бұл ойын стол үстінде екі баланың білек сынасуымен орындалады. 2 бала шынтактарын столға тірек қол бастарын айқстырады. Кім білекті столға жықса сол бала жеңіске жетеді. Ағаш аттың үстінде аттың басын ұстап тұрып 2-ші қашан білектен тартысып сынасуға да болады. Бірақ баланың қауіпсіздігі қатаң бақыланады.	Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Қ/о: “Жапалақтар ” Мақсаты: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Күн мен түн мерзімдерін ажырата алуға тәрбиелеу. Ойынның шарты: Балалар екі топқа бөлінеді. Жапалақтар күндіз ұйықтайды, ал түнде керісінше оянады. Тышқандар күндіз жапалақтар ұйықтағанда үйлеріне жету керек. Тәрбиеші түн болды дегенде жапалақтар үйіне жете алмаған	Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Қ/о: “Жапалақтар ” Мақсаты: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын,	
--	---	--	--	--	--

			тышқандарды қуады.	белсенділіктерін арттыру. Күн мен түн мерзімдерін ажырата алуға тәрбиелеу. Ойынның шарты: Балалар екі топқа бөлінеді. Жапалақтар күндіз ұйықтайды, ал түнде керісінше оянады. Тышқандар күндіз жапалақтар ұйықтағанда үйлеріне жету керек. Тәрбиеші түн болды дегенде жапалақтар үйіне жете алмаған тышқандарды қуады.	
--	--	--	--------------------	---	--

Тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы**Білім беру ұйымы: №4 «Балбөбек» бөбекжай –балабақшасы МҚКҚ****Дене шынықтыру нұсқаушысы: Қабиев Исламғазы Темирғалиұлы****Топ: «Құлыншак», «Өркен», «Ботақан», «Күншуақ» ересек топтар****Балалардың жасы: 4 жас****Жоспардың құрылу кезеңі: 09.09.-13.09.2024ж****Тексерілді:**

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңертеңгілік жаттығулар	Таңертеңгі жаттығуларды музыка сүйемелдеуімен, би қимылдарымен жасау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	Дене шынықтыру залын желдету, іс-әрекетіне арналған көрнекілік құралдарын дайындау. Ұйымдастырылған іс-әрекеттің барысына қажет құралдарды, көрнекіліктер дайындау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекеттер	«Күншуақ» тобы Негізгі қимылдар: Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, жұппен жүру. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 см) Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, "жыланша", шашырап жүгіру.	«Күншуақ», «Құлыншак», «Өркен», «Ботақан» топтар Негізгі қимылдар: Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, жұппен жүру. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 см) Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен,	«Ботақан» тобы Негізгі қимылдар: Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, жұппен жүру. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 см) Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, "жыланша", шашырап жүгіру.	«Құлыншак», «Өркен» топтар Негізгі қимылдар: Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, жұппен жүру. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 см) Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр	

	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Қ/о: “Поезд” Мақсаты: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Балаларды салауатты өмір салтына тәрбиелеу. Ойынның шарты: Нұсқаушы	"жыланша", шашырап жүгіру. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы Ойын: «Тауық күрес». Ойын шарты: Балалар екі топқа бөлінеді.Осы екі топтан екі бала шығып ,кәдімгідей күреседі.Оның ең қызығыда,басқаша күрестен айырмасы да – тек жалғыз аяғымен ақсаңдай жүріп,иықтарын қағып күресуінде.Бұл күрес балалардың нық басып,орнықты жүруін	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Қ/о: “Аттар” Мақсаты: Балалардың қимыл қозғалыстарын дамыту, балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. «Ер қанаты –ат » деген ұғымды қалыптастыру. Жарыса ойнауға, ұлттық дәстүрді тәрбиелеу. Ойынның шарты: Балалар алаңда екі топқа бөлінеді. Үлкен шеңбер сызып, ортасында жалауша болады. Осы жалаушаны екі топ жарысып, белгіленген	түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, "жыланша", шашырап жүгіру. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Қ/о: “Құстар мен мысық” Мақсаты: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-	
--	--	---	---	--	--

	балаларға поезд болып ойнайық, мен паравоз боламын, ал сендер вагонсыңдар, пуп-пуп-пуп. Паравоз белгі бергенде поезд ақырындайды, содан кейін қатты, яғни тез жүреді.	жетілдіреді.Күрестің 1 аяғын тізесін бүгіп,мата белбеуін байлап тастайды.Қайсысы сүрініп жығылса ,сол ұтылады.	жерге жеткізу керек. Қай топ бірінші жеткізеді сол топ жеңіске жетеді.	күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Балаларды салауатты өмір салтына тәрбиелеу. Ойынның шарты: Балалар құстар болып ұшып жүреді. Бір бала мысық болады. Мысық ұйықтап жатады. Құстар мысықтың жанына келеді. Мысық оянып құстарды қуады.	
--	---	--	--	---	--

Тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы**Білім беру ұйымы: №4 «Балбөбек» бөбекжай –балабақшасы МҚКҚ****Дене шынықтыру нұсқаушысы: Қабиев Исламғазы Темирғалиұлы****Топ: «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан», «Күншуақ» ересек топтар****Балалардың жасы: 4 жас****Жоспардың құрылу кезеңі: 16.09.-20.09.2024ж****Тексерілді:**

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңертеңгілік жаттығулар	Таңертеңгі жаттығуларды музыка сүйемелдеуімен, би қимылдарымен жасау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	Дене шынықтыру залын желдету, іс-әрекетіне арналған көрнекілік құралдарын дайындау. Ұйымдастырылған іс-әрекеттің барысына қажет құралдарды, көрнекіліктер дайындау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекеттер	«Күншуақ» тобы Негізгі қимылдар: Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, жұппен жүру. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 см) Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, "жыланша", шашырап жүгіру.	«Күншуақ», «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан» топтар Негізгі қимылдар: Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, жұппен жүру. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 см) Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен,	«Ботақан» тобы Негізгі қимылдар: Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, жұппен жүру. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 см) Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, "жыланша", шашырап жүгіру.	«Құлыншақ», «Өркен» топтар Негізгі қимылдар: Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, жұппен жүру. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 см) Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр	

	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Қ/о: “Құстардың ұшып келуі” Мақсаты: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Балаларды салауатты өмір салтына тәрбиелеу. Ойынның	"жыланша", шашырап жүгіру. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы Ойын: Хан «алшы» Ойын шарты: Бүкіл ойынға 5 немесе 10 бала қатыса алады.Көп асықтың ең ірісін қызыл түске бояп қояды.Бұл асық «хан» асығы. Асықтар тізіліп қойылады да бастаушы хан асығымен оларды көздеп құлатады. Құлаған асықтарды жинап алады. Егер хан асығы бүк, шік, тайқы-қалыптарымен түссе,	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Қ/о: “Қарғалар” Мақсаты: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Балаларды салауатты өмір салтына тәрбиелеу. Ойынның шарты: Балалар	түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, "жыланша", шашырап жүгіру. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Қ/о: “Қояндар” Мақсаты: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру.	
--	---	---	--	---	--

	шарты: Балалар (құстар) қанаттарын жайып, алаңның барлық жеріне ұшады. “Боран” деген белгі бойынша құстар ағаштарға тығылады. Тәрбиеші “Боран тынышталды” деген кезде ағаштардан түседі де ұша береді.	бастаушы жақын құлаған асықтарды ата береді. Егер бастаушы асықтарды қолымен құлатып алса немесе басқа асықтарымен атса, онда ойынды келесі бала жалғастырады. Ең соңында хан асығы кімнің қасында қалса, сол бала жеңіске жетеді. Келесі ойынды жеңіске жеткен бала жалғастырады.	“қарғалар” болып жемдерін жеп жүреді. Тәрбиеші белгі бергенде яғни “боран”(жел) деген белгі бойынша “қарғалар” ағаштарға тығылады. “Боран тынышталды” деген кезде “қарғалар” жерден жемдерін жеп жүреді.	Ептілікке, шапшандыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Балаларды салауатты өмір салтына тәрбиелеу. Ойынның шарты: Барлық балалар қояндар болып, шеңбер жасап тұрады. Өздерінің әндерін айтып, қояндарша секіріп, билеп жүреді. Ақ қоян-ау, ақ қоян Орныңнан тұршы, Шашыңды тарашы. Бетінді жушы Әйбат көйлек кисеңші Біреудің қолын үзеңші Осы кезде бір сыбдыр естіліп, қояндар қашып тығыла бастайды. Тыныштық болғанда ойнап, секіреді.	
--	--	---	---	---	--

Тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы**Білім беру ұйымы: №4 «Балбөбек» бөбекжай –балабақшасы МҚКҚ****Дене шынықтыру нұсқаушысы: Қабиев Исламғазы Темирғалиұлы****Топ: «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан», «Күншуақ» ересек топтар****Балалардың жасы: 4 жас****Жоспардың құрылу кезеңі: 23.09.-27.09.2024ж****Тексерілді:**

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңертеңгілік жаттығулар	Таңертеңгі жаттығуларды музыка сүйемелдеуімен, би қимылдарымен жасау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	Дене шынықтыру залын желдету, іс-әрекетіне арналған көрнекілік құралдарын дайындау. Ұйымдастырылған іс-әрекеттің барысына қажет құралдарды, көрнекіліктер дайындау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекеттер	«Күншуақ» тобы Негізгі қимылдар: Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, жұппен жүру. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 см) Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, "жыланша", шашырап жүгіру.	«Күншуақ», «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан» топтар Негізгі қимылдар: Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, жұппен жүру. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 см) Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен,	«Ботақан» тобы Негізгі қимылдар: Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, жұппен жүру. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 см) Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, "жыланша", шашырап жүгіру.	«Құлыншақ», «Өркен» топтар Негізгі қимылдар: Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, жұппен жүру. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 см) Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр	

	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Қ/о: “Көжектер” Мақсаты: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Балаларды салауатты салтына тәрбиелеу. Ойынның шарты: Балалар шеңбер	"жыланша", шашырап жүгіру. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы Ойын: «Орамал тастамақ» Ойын шарты: Балалар шеңбер жасап тұрады. Бастаушы(тәрбиеші) балаларды айнала жүріп бір баланың артына орамал тастап кетеді. Артына орамалды тастағанын сезген бала менің артамда деп жауап береді. Артына орамалдың тасталғанын сезбесе ол өлең,тақпақ айтып немесе билеп	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Қ/о: “Қоймадағы тышқандар” Мақсаты: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Ұжымда ойнауға тәрбиелеу. Ойынның шарты:	түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, "жыланша", шашырап жүгіру. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Қ/о: “Кім көп таспа жинайды? ” Мақсаты: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-	
--	--	--	--	---	--

	жасап тұрады. Бір бала “түлкі” болады. Қалғандары көжектер секіріп билеп жүреді. Түлкі сыбдырды естіп көжектерді қуады. Қаша алмай қалған көжектерді түлкі ұстап алады, ойын осылай қайталана береді.	беруі керек. Балалар шеңбер бойында көздерін жұмып тұруы керек. Ойын осылай жалғаса береді.	Алаңның ортасына 8-10 см ара қашықтықта екі бірдей сызық сызылады. Алаңның шеттерінде 1-2 адым қашықтықта мысықтың үйі сызылады. Ойыншылар мысықты таңдап алады. Қалғандары тышқандар болады. Тышқандар қоймадығы дәндерді жинауға келе жатады. Ал мысық осы кезде оларды ұстауға тырысады. Ұстап алған тышқанды “мысық” үйіне апарады.	күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Жылдам қимылдауға тәрбиелеу. Ойынның шарты: Балалар шашылып қалған таспаларды арнайы ыдысқа жинайды. Таспаны ең көп жинаған бала жеңіске жетеді.	
--	--	--	--	---	--

Тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы**Білім беру ұйымы: №4 «Балбөбек» бөбекжай –балабақшасы МҚКҚ****Дене шынықтыру нұсқаушысы: Қабиев Исламғазы Темиргалиұлы****Топ: «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан», «Күншуақ» ересек топтар****Балалардың жасы: 4 жас****Жоспардың құрылу кезеңі: 30.09.-04.10.2024ж****Тексерілді:**

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңертеңгілік жаттығулар	Таңертеңгі жаттығуларды музыка сүйемелдеуімен, би қимылдарымен жасау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	Дене шынықтыру залын желдету, іс-әрекетіне арналған көрнекілік құралдарын дайындау. Ұйымдастырылған іс-әрекеттің барысына қажет құралдарды, көрнекіліктер дайындау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекеттер	«Күншуақ» тобы Негізгі қимылдар: Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, жұппен жүру. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 см) Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, "жыланша", шашырап жүгіру. Жалпы дамытушы	«Күншуақ», «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан» топтар Негізгі қимылдар: Жүру. әртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, "жыланша", шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып арқан бойымен жүру, тура жолмен, бір-бірінен 10 сантиметр жүру. Жүгіру. Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр	«Ботақан» тобы Негізгі қимылдар: Жүру: қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүру, еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып арқан бойымен жүру, тура жолмен, бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың, қырлы тақтайдың бойымен жүру. Жүгіру. Домалату,	«Құлыншақ», «Өркен» топтар Негізгі қимылдар: Жүру: қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүру, еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу. Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып арқан бойымен жүру, тура жолмен, бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан	

	жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Спорттық жаттығулар. Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.	қашықтық). Еңбектеу, өрмелеу. Еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40 см). Секіру. Ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіру, сызықтан секіру, тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау. Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу. Аяққа арналған жаттығулар: қолдарды алға созып, жартылай	лақтыру, қағып алу. Төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру. Еңбектеу, өрмелеу. Еденге қойылған тақтай бойымен, көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы еңбектеу; саты бойымен өрмелеу, Секіру. Ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіру. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол және ашу. Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға)	тақтайшалардың, қырлы тақтайдың бойымен жүру. Жүгіру. Домалату, лақтыру, қағып алу. Төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру. Еңбектеу, өрмелеу. Еденге қойылған тақтай бойымен, көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы еңбектеу; саты бойымен өрмелеу, Секіру. Ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіру. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол	
--	---	---	--	---	--

		отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру Бір тұтас тәрбие бағдарламасы Ойын: «Ақсерек-көксерек». Бұл ойынды ойнау үшін балалар екі топқа бөлінеді, қолдарынан ұстап тұрады. Ара қашықтық 20-30 қадам. 1-ші топ. Ойынды бастайды Ақсерек-ау ақ серек Бізден сізге кім керек. 2-ші Ақсерек –ау ақ серек Жаман-жаман бала аты (бала аты) керек. Аты аталған бала келесі топқа дейін жүгіріп барып ортасынан ұстасқан қолдарды ажыратып кету керек. Егер өтіп кетсе сол топтан бір баланы тобына алып қайтады, өте алмаса сол топта қалады. Ойын осылай жалғаса береді.	бұрылу. Аяққа арналған жаттығулар: қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру Қ/о: «Кім тез» Мақсаты: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын, бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Спорттық ойындарды ойнай алуға тәрбиелеу.	саусақтарын жұму және ашу. Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу. Аяққа арналған жаттығулар: қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру. Қ/о: «Кеглиді соқ» Мақсаты: Балалардың спорттық ойынға деген қызығушылығын арттыру. Ойынды жарыса ойнау арқылы жылдамдыққа баулу. Спорттық ойындарды белсене ойнауға тәрбиелеу. Ойынның шарты: Балалар ойынды кезектесіп ойнайды. Балалардан 20-30 метрдей қашықтықта	
--	--	---	---	---	--

				кеглилер тізіліп қойылады, ал балаларға кішкене доптар таратылады. Доппен кеглиді соғып, құлатулары керек. Кеглиді көбірек құлатқан баланы жеңімпаз дейді.	
--	--	--	--	--	--

Тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы**Білім беру ұйымы: №4 «Балбөбек» бөбекжай –балабақшасы МҚКҚ****Дене шынықтыру нұсқаушысы: Қабиев Исламғазы Темиргалиұлы****Топ: «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан», «Күншуақ» ересек топтар****Балалардың жасы: 4 жас****Жоспардың құрылу кезеңі: 07.10.-11.10.2024ж****Тексерілді:**

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңертеңгілік жаттығулар	Таңертеңгі жаттығуларды музыка сүйемелдеуімен, би қимылдарымен жасау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	Дене шынықтыру залын желдету, іс-әрекетіне арналған көрнекілік құралдарын дайындау. Ұйымдастырылған іс-әрекеттің барысына қажет құралдарды, көрнекіліктер дайындау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекеттер	«Күншуақ» тобы Негізгі қимылдар: Жүру. аяқтың сыртқы қырымен жүру. 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу. Жүгіру. тізені жоғары көтеріп жүргізу. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеріп тұрған қалыпта алға еңкейіп қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолдарын	«Күншуақ», «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан» топтар Негізгі қимылдар: Жүру. 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Еңбектеу, өрмелеу. 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап	«Ботақан» тобы Негізгі қимылдар: Жүру. аяқтың сыртқы қырымен жүру. 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу. Жүгіру. тізені жоғары көтеріп жүргізу. Жалпы дамытушы жаттығулар. Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеріп тұрған қалыпта алға еңкейіп қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолдарын	«Құлыншақ», «Өркен» топтар Негізгі қимылдар: Жүру. 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Еңбектеу, өрмелеу. 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай	

	айналдыра қимылдауды орындау. Аяққа арналған жаттығулар: Отырып аяқтың ұшын созу, табанды бүгу. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Дербес қимыл белсенділігі: Балалардың доптармен ойындарын жетілдіру. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді,	еңбектеу. Секіру. 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру Жалпы дамытушы жаттығулар. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылғанда екі қолды екі жаққа жайып жіберу. Екі қол белде оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею, қолдың ұшын аяқтың ұшына жеткізу. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы «Арқан тарту» Мақсаты: Балаларды топтасып жұмыс істеп, бір-біріне көмектесуге үйретеді.	айналдыра қимылдауды орындау. Аяққа арналған жаттығулар: Отырып аяқтың ұшын созу, табанды бүгу. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Дербес қимыл белсенділігі: Балалардың доптармен ойындарын жетілдіру. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді,	бойымен төрттағандап еңбектеу. Секіру. 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру Жалпы дамытушы жаттығулар. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылғанда екі қолды екі жаққа жайып жіберу. Екі қол белде оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею, қолдың ұшын аяқтың ұшына жеткізу. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы «Арқан тарту»	
--	---	--	---	---	--

	тісін тазалауды жетілдіру.	Шарты: Ойыншылар екі топқа бөлінеді. Ортасында арқан алынады. Тәрбиешінің дабыл бойынша әр топ өз жағына арқанды тартады. Белгіленген сызықтан арқанды тартып алған топ жеңеді.	тісін тазалауды жетілдіру. Қ/о: «Жаяу көкпар» Мақсаты: балаларды шапшандыққа үйрету, өзара достық қарым-қатынаста болуға тәрбиелеу. Ойын шарты: Бақылаушы таңдалады, ол ойын ережесінің дұрыс жүрілуін бақылайды және ойын барысында тәртіп бұзбауын қадағалайды; ол ойыншыларды бір сапқа тұрғызады, сыйлықтан 30 қадам жерде финиш анықталады.	Мақсаты: Балаларды топтасып жұмыс істеп, бір-біріне көмектесуге үйретеді. Шарты: Ойыншылар екі топқа бөлінеді. Ортасында арқан алынады. Тәрбиешінің дабыл бойынша әр топ өз жағына арқанды тартады. Белгіленген сызықтан арқанды тартып алған топ жеңеді.	
--	----------------------------	---	---	---	--

Тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы**Білім беру ұйымы: №4 «Балбөбек» бөбекжай –балабақшасы МҚКҚ****Дене шынықтыру нұсқаушысы: Қабиев Исламғазы Темирғалиұлы****Топ: «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан», «Күншуақ» ересек топтар****Балалардың жасы: 4 жас****Жоспардың құрылу кезеңі: 14.10.-18.10.2024ж****Тексерілді:**

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңертеңгілік жаттығулар	Таңертеңгі жаттығуларды музыка сүйемелдеуімен, би қимылдарымен жасау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	Дене шынықтыру залын желдету, іс-әрекетіне арналған көрнекілік құралдарын дайындау. Ұйымдастырылған іс-әрекеттің барысына қажет құралдарды, көрнекіліктер дайындау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекеттер	«Күншуақ» тобы Негізгі қимылдар: Жүру: 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ	«Күншуақ», «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан» топтар Негізгі қимылдар: Жүру: заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі тұсқа көтеріп,	«Ботақан» тобы Негізгі қимылдар: Жүру: 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ	«Құлыншақ», «Өркен» топтар Негізгі қимылдар: Негізгі қимылдар: Жүру: заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Екі қол	

	пен екі тұсқа көтеріп, қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Дербес қимыл белсенділігі: Балалардың доптармен ойындарын жетілдіру. Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Мәдени-гигиеналық	қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру; Отырып аяқтың ұшын созу, табанды бүгу. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Дербес қимыл белсенділігі: Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру.	пен екі тұсқа көтеріп, қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Дербес қимыл белсенділігі: Балалардың доптармен ойындарын жетілдіру. Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Мәдени-гигиеналық	белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі тұсқа көтеріп, қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру; Отырып аяқтың ұшын созу, табанды бүгу. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы	
--	---	---	---	--	--

	дағдыларды жетілдіру. Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю.	Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүру. Тыныс алу жолдарын шынықтыру. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы «Көкпар» ойыны Мақсаты: Балаларды ұлттық ойын арқылы татулыққа, адамгершілікке баулу. Бір - біріне деген сыйластығын, достық қарым қатынасын нығайту. Ұлттық ойын арқылы салт - дәстүрлерді сақтай білуге тәрбиелеу. Бір - біріне деген шынайы достықты сезіне білу	дағдыларды жетілдіру. Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан Қ/о: Автомобильдер» Мақсаты: балаларды ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Ойын шарты: Қатысушылардың қолдарында әр түрлі түсті рөлдер бар. Тәрбиешінің берілген дабылы бойынша әр түрлі түсті таяқшалармен балалар өзін жүргізуші ретінде	түсінік беру. Дербес қимыл белсенділігі: Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүру. Тыныс алу	
--	--	--	---	---	--

		дағдысын дамыту. Барысы: Бұрындары мал баққан көшпелі қазақ көк бөріні соғып алғанда, өлігін ат үстінде сүйреп, бірінен бірі ала қашып, өздерінше ойынның бір түрін ойлап тапқан. Уақыт өте келе көкпар ұлттық ойынға айналған. Екі топ болып бөлініп, көкпарды бір-бірінен алып қашып, қазандыққы салу. Қай топтың жігіттері шапшаңдық көрсетіп, қазандыққа көкпарды салу ұпайлары көп болса, сол топ жеңіске жетеді. Келесі топ жеңіліске ұшырайды.	санап, өз дабылы бойынша қимылдайды.	жолдарын шынықтыру. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы «Киіз үй» Мақсаты: балалардың есте сақтау қабілетін дамыта отырып, шапшаңдыққа үйрету. Ойын шарты: Төрт орындықты қояды. Әрбір орындықтың үстінде орамал жатады. Балалар орындықты айнала жүгіріп, тәрбиешінің дабылы бойынша «киіз үй» құрады: орамалдың бұрышынан ұстап жоғары көтереді.	
--	--	--	---	---	--

Тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: №4 «Балбөбек» бөбекжай –балабақшасы МҚКҚ

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Қабиев Исламғазы Темирғалиұлы

Топ: «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан», «Күншуақ» ересек топтар

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 21.10.-25.10.2024ж

Тексерілді:



Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңертеңгілік жаттығулар	Таңертеңгі жаттығуларды музыка сүйемелдеуімен, би қимылдарымен жасау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	Дене шынықтыру залын желдету, іс-әрекетіне арналған көрнекілік құралдарын дайындау. Ұйымдастырылған іс-әрекеттің барысына қажет құралдарды, көрнекіліктер дайындау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекеттер	«Күншуақ» тобы Негізгі қимылдар: Жүру: 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі тұсқа көтеріп,	«Күншуақ», «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан» топтар Негізгі қимылдар: Жүру: заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі тұсқа көтеріп, қатарынан (4–5 рет)	«Ботақан» тобы Негізгі қимылдар: Жүру: 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі тұсқа көтеріп,	«Құлыншақ», «Өркен» топтар Негізгі қимылдар: Жүру: заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі	

	қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Дербес қимыл белсенділігі: Балалардың доптармен ойындарын жетілдіру. Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру.	жүрелеп отыру; Отырып аяқтың ұшын созу, табанды бұгу. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Дербес қимыл белсенділігі: Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Тамақтанар алдында,	қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Дербес қимыл белсенділігі: Балалардың доптармен ойындарын жетілдіру. Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру.	тұсқа көтеріп, қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру; Отырып аяқтың ұшын созу, табанды бұгу. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Дербес қимыл	
--	--	--	--	--	--

	Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Қ/О: «Қарлығаш» Мақсаты: балаларды шапшаңдыққа әрі шыдамдыққа, ұйымшылдыққа үйрету. Ойын шарты: Бұл ойынды өткізу үшін міндетті түрде дөңгелек қажет. Одан кейін «қарлығашты» және «күзетшіні» тандайды, қарлығаш дөңгелек	дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүру. Тыныс алу жолдарын шынықтыру. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы «Түйе-түйе» Мақсаты: балаларды ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Барысы: Ойыншылар екі топқа бөлінеді. 1-топтың адамдары — адамдары — бірі інген де, қалғандары боталар. 2-топтың ойыншылары ойын жүргізушісінің әмірімен жан-жаққа бытырайды да, інгеннің боталарын бір-бірлеп ұрлайды. Барлық	Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан Қ/о: Автомобильдер» Мақсаты: балаларды ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Ойын шарты: Қатысушылардың қолдарында әр түрлі түсті рөлдер бар. Тәрбиешінің берілген дабылы бойынша әр түрлі түсті таяқшалармен балалар өзін жүргізуші ретінде	белсенділігі: Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүру. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.	
--	---	---	--	---	--

	ортасында отырады, ал күзетші басқа ойыншылардың шабуылынан қорғап жүреді. «Күзетші» шабуылдың біреуін ұстап алуға тырысады. Егер ол тырысып, ойыншының біреуін ұстап алса, ол «күзетші» атанады.	ботадан айрылған інген боздап, қайғылы, зарлы да мұңды ән шырқайды, сөйтіп, “қарақшы” топқа тап болады. Осы кезде ойыншылардың барлығы бір жерге жиналады. Ботасын ұрлаған “қарақшылар” қалай қарсы алғандығына қарай інген оларға жаза қолданады. Бұдан кейін інген мен боталардың орнына өзге адамдар шығады да, ойын жалғаса береді.	санап, өз дабылы бойынша қимылдайды.	Бір тұтас тәрбие бағдарламасы «Теңге ілу» Мақсаты: Бір - біріне деген сыйластығын, достық қарым қатынасын нығайту. Ұлттық ойын арқылы салт - дәстүрлерді сақтай білуге тәрбиелеу. Бір - біріне деген шынайы достықты сезіне білу дағдысын дамыту. к/к: аттар макеты.	
--	--	--	---	--	--

Тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы**Білім беру ұйымы: №4 «Балбөбек» бөбекжай –балабақшасы МҚКҚ****Дене шынықтыру нұсқаушысы: Қабиев Исламғазы Темиргалиұлы****Топ: «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан», «Күншуақ» ересек топтар****Балалардың жасы: 4 жас****Жоспардың құрылу кезеңі: 28.10.-01.11.2024ж****Тексерілді:**

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңертеңгілік жаттығулар	Таңертеңгі жаттығуларды музыка сүйемелдеуімен, би қимылдарымен жасау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	Дене шынықтыру залын желдету, іс-әрекетіне арналған көрнекілік құралдарын дайындау. Ұйымдастырылған іс-әрекеттің барысына қажет құралдарды, көрнекіліктер дайындау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекеттер	«Күншуақ» тобы Негізгі қимылдар: аяқтың сыртқы қырымен жүру; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі тұсқа көтеріп, қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру; Отырып аяқтың ұшын созу, табанды бұту. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен	«Күншуақ», «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан» топтар Негізгі қимылдар: Еңбектеу, өрмелеу: гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5метр). Секіру: Сапқа тұру, қайта сапқа тұру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Жалпы дамытушы жаттығулар: Аяққа	«Ботақан» тобы Негізгі қимылдар: Жүру: 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі тұсқа көтеріп,	«Құлыншақ», «Өркен» топтар Негізгі қимылдар: Жүру: заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі	

	сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Дербес қимыл белсенділігі:. Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Тамақтану әдебін сақтау. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Тыныс алу жолдарын шынықтыру	арналған жаттығулар: отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау, таяқтың, білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен жүру. Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарды ойнату Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы «Көкпар» ойыны Мақсаты: Балаларды	қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Дербес қимыл белсенділігі: Балалардың доптармен ойындарын жетілдіру. Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру.	тұсқа көтеріп, қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру; Отырып аяқтың ұшын созу, табанды бұгу. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Дербес қимыл	
--	---	---	---	---	--

	Қ/о: «Жаяу көкпар» Мақсаты: балаларды шапшандыққа үйрету, өзара достық қарым-қатынаста болуға тәрбиелеу. Ойын шарты: Бақылаушы таңдалады, ол ойын ережесінің дұрыс жүрілуін бақылайды және ойын барысында тәртіп бұзбауын қадағалайды; ол ойыншыларды бір сапқа тұрғызады, сыйлықтан 30 қадам жерде финиш анықталады. Саптағы әр ойыншының міндеті қалған ойыншыларды жығып, сыйлыққа дейін жүгіріп жетіп, оны ұстап алып, онымен бірге финишке жету керек.	ұлттық ойын арқылы татулыққа, адамгершілікке баулу. Бір - біріне деген сыйластығын, достық қарым қатынасын нығайту. Ұлттық ойын арқылы салт - дәстүрлерді сақтай білуге тәрбиелеу. Бір - біріне деген шынайы достықты сезіне білу дағдысын дамыту. Барысы: Бұрындары мал баққан көшпелі қазақ көк бөріні соғып алғанда, өлігін ат үстінде сүйреп, бірінен бірі ала қашып, өздерінше ойынның бір түрін ойлап тапқан. Уақыт өте келе көкпар ұлттық ойынға айналған. Екі топ болып бөлініп, көкпарды бір-бірінен алып қашып, қазандыққы салу. Қай топтың жігіттері шапшаңдық көрсетіп, қазандыққа көкпарды салу ұпайлары көп болса, сол топ жеңіске жетеді. Келесі топ жеңіліске ұшырайды.	Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан Қ/о: «Көлеңке» Мақсаты: балалардың қимыл-қозғалыс, ойлау қабілетін дамыту Ойын шарты: Көлбең-көлбең көлеңкем, Көлбеңдеген көлеңкем. Аю қалай жүреді, Кім көрсете біледі? Айнұр шығып сен көрсет.	белсенділігі: Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Тыныс алу жолдарын шынықтыру. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы Хан «алшы» Мақсаты: ұлттық ойындар арқылы	
--	---	--	--	---	--

				балалардың бойындағы ұлттық қасиеттерін, ойлау қабілетін дамыту, адамгершілікке, шапшаңдылыққа, мұқияттылыққа тәрбиелеу. К/к: асықтар Барысы:Бүкіл ойынға 5 немесе 10 бала қатыса алады. Көп асықтың ең ірісін қызыл түске бояп қояды. Бұл асық «хан» асығы. Асықтар тізіліп қойылады да бастаушы хан асығымен оларды көздеп құлатады.Құлаған асықтарды жинап алады.Егер хан асығы бүк,шік,тайқы-қалыптарымен түссе,бастаушы жақын құлаған асықтарды ата береді. Егер бастаушы асықтарды қолымен құлатып алса немесе басқа асықтарымен атса,онда ойынды	
--	--	--	--	--	--

				келесі бала жалғастырады.Ең соңында хан асығы кімнің қасында қалса,сол бала жеңіске жетеді.Келесі ойынды жеңіске жеткен бала жалғастырады.	
--	--	--	--	---	--

Тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: №4 «Балбөбек» бөбекжай –балабақшасы МҚКҚ

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Қабиев Исламғазы Темиргалиұлы

Топ: «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан», «Күншуақ» ересек топтар

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 04.11.-08.11.2024ж

Тексерілді:



Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңертеңгілік жаттығулар	Таңертеңгі жаттығуларды музыка сүйемелдеуімен, би қимылдарымен жасау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	Дене шынықтыру залын желдету, іс-әрекетіне арналған көрнекілік құралдарын дайындау. Ұйымдастырылған іс-әрекеттің барысына қажет құралдарды, көрнекіліктер дайындау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекеттер	«Күншуақ» тобы Негізгі қимылдар: аяқтың сыртқы қырымен жүру; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі тұсқа көтеріп, қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру; Отырып аяқтың ұшын созу, табанды бұту. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен	«Күншуақ», «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан» топтар Негізгі қимылдар: Еңбектеу, өрмелеу: гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5метр). Секіру: Сапқа тұру, қайта сапқа тұру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Жалпы дамытушы жаттығулар: Аяққа	«Ботақан» тобы Негізгі қимылдар: Жүру: 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі тұсқа көтеріп,	«Құлыншақ», «Өркен» топтар Негізгі қимылдар: Жүру: заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі	

	сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Дербес қимыл белсенділігі:. Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Тамақтану әдебін сақтау. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Тыныс алу жолдарын шынықтыру	арналған жаттығулар: отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау, таяқтың, білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен жүру. Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарды ойнату Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы Қ/о: «Күш сынаспақ» Ойын шарты: Бұл ойын	қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Дербес қимыл белсенділігі: Балалардың доптармен ойындарын жетілдіру. Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру.	тұсқа көтеріп, қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру; Отырып аяқтың ұшын созу, табанды бұгу. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Дербес қимыл	
--	---	--	---	---	--

	Қ/о: “Жапалақтар ” Мақсаты: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Күн мен түн мерзімдерін ажырата алуға тәрбиелеу. Ойынның шарты: Балалар екі топқа бөлінеді. Жапалақтар күндіз ұйықтайды, ал түнде керісінше оянады. Тышқандар күндіз жапалақтар ұйықтағанда үйлеріне жету керек. Тәрбиеші түн болды дегенде жапалақтар үйіне жете алмаған тышқандарды қуады.	стол үстінде екі баланың білек сынасуымен орындалады. 2 бала шынтактарын столға тірек қол бастарын айқстырады. Кім білекті столға жықса сол бала жеңіске жетеді. Ағаш аттың үстінде аттың басын ұстап тұрып 2-ші қашан білектен тартысып сынасуға да болады. Бірақ баланың қауіпсіздігі қатаң бақыланады.	Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан Қ/о: «Көлеңке» Мақсаты: балалардың қимыл-қозғалыс, ойлау қабілетін дамыту Ойын шарты: Көлбең-көлбең көлеңкем, Көлбеңдеген көлеңкем. Аю қалай жүреді, Кім көрсете біледі? Айнұр шығып сен көрсет.	белсенділігі: Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Тыныс алу жолдарын шынықтыру. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы «Тауық күрес». Ойын шарты: Балалар екі топқа	
--	---	--	--	--	--

				бөлінеді.Осы екі топтан екі бала шығып ,кәдімгідей күреседі.Оның ең қызығыда,басқаша күрестен айырмасы да –тек жалғыз аяғымен ақсаңдай жүріп,иықтарын қағып күресуінде.Бұл күрес балалардың нық басып,орнықты жүруін жетілдіреді.Күрестің 1 аяғн тізесін бүгіп,мата белбеуін байлап тастайды.Қайсысы сүрініп жығылса ,сол ұтылады.	
--	--	--	--	---	--

Тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы**Білім беру ұйымы: №4 «Балбөбек» бөбекжай –балабақшасы МҚКҚ****Дене шынықтыру нұсқаушысы: Қабиев Исламғазы Темирғалиұлы****Топ: «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан», «Күншуақ» ересек топтар****Балалардың жасы: 4 жас****Жоспардың құрылу кезеңі: 11.11.-15.11.2024ж****Тексерілді:**

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңертеңгілік жаттығулар	Таңертеңгі жаттығуларды музыка сүйемелдеуімен, би қимылдарымен жасау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	Дене шынықтыру залын желдету, іс-әрекетіне арналған көрнекілік құралдарын дайындау. Ұйымдастырылған іс-әрекеттің барысына қажет құралдарды, көрнекіліктер дайындау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекеттер	«Күншуақ» тобы Негізгі қимылдар: аяқтың сыртқы қырымен жүру; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Отырып аяқтың ұшын созу, табанды бүгу. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау	«Күншуақ», «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан» топтар Негізгі қимылдар: Еңбектеу, өрмелеу: гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5метр). Секіру: Сапқа тұру, қайта сапқа тұру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау	«Ботақан» тобы Негізгі қимылдар: Жүру: 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Екі қол белде,	«Құлыншақ», «Өркен» топтар Негізгі қимылдар: Жүру: заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Екі қол	

	Қимылды ойындар. Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Дербес қимыл белсенділігі:. балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Тамақтану әдебін сақтау. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Тыныс алу жолдарын шынықтыру Қ/о: “Кептерді қуып жет” Мақсаты: Балалардың денсаулыққа, ойынға	Жалпы дамытушы жаттығулар: Аяққа арналған жаттығулар: отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау, таяқтың, білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен жүру. Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарды ойнату Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы	екі қолды алдыңғы жақ пен екі тұсқа көтеріп, қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Дербес қимыл белсенділігі: Балалардың доптармен ойындарын жетілдіру. Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату	белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі тұсқа көтеріп, қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру; Отырып аяқтың ұшын созу, табанды бүгу. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы	
--	---	---	---	---	--

	деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Балаларды ұжымда ойнай алуға тәрбиелеу. Ойынның шарты: Ойынды 15-20 бала ойнайды. жерге шеңбер сызылады. Ортаға тәрбиеші таңдаған бала-мысық тұрады, ал қалған балалар шеңберді айнала кептерлер болып тұрады, мысық ұйықтайды. Кептерлер шеңберді айналып жүріп, дөңдерді шоқиды, мысық оянып кептерлерді қуады. Қай кептерді ұстап алса, сол бала айыппұл ретінде өлең –тақпақ айтады.	«Тақия тастамақ» Мақсаты: балалардың зейінің дамыта отырып,жылдамдыққа үйрету. Ойын шарты: Тәрбиеші балаларды шеңбер бойына тұрғызады ,әуен ойнап тұрады. Тәрбиеші тақияны алып балалардың артында жүреді.Әуен тоқтағанда екі баланың ортасына тастайды.Балалар орнынан тұрып,шеңбер бойымен бір-біріне қарама-қарсы жүгіреді.Тақияны кім алса,сол жеңімпаз.	Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан Қ/о: “Поезд” Мақсаты: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға	түсінік беру. Дербес қимыл белсенділігі: Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы «Аксерек-көксерек» ойыны. Мақсаты: Балалар ептілікке, бірлікке, тобы үшін намыстанып, жеңіске	
--	---	--	---	---	--

			ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Балаларды салауатты өмір салтына тәрбиелеу. Ойынның шарты: Тәрбиеші балаларға поезд болып ойнайық, мен паравоз боламын, ал сендер вагонсыңдар, пуп-пуп-пуп. Паравоз белгі бергенде поезд ақырындайды, содан кейін қатты, яғни тез жүреді.	талпынуға үйренеді. Барысы: Балалар екі топқа бөлініп, араларын жиырма қадамдай ашып, тізіліп, қол ұстасып тұрады. Бірінші топ: Ақсерек, көксерек, Шауып алдым битере. Ақсерек, көксерек, Бізден сізге кім керек? – деп хормен сұрайды. Келесі топ жауап береді: Ақсерек, көксерек, Сізден бізге ... (баланың аты) керек. Аты аталған бала жүгірген күйі қарсы топтың ұстасып тұрған қолдарын үзіп өтуі керек. Үзсе, сол топтың бір баласын өзімен ала келеді, ал үзе алмаса, сол топта қалай береді. Қай топта бала көп болса, сол топ жеңеді.	
--	--	--	--	---	--

Тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: №4 «Балбөбек» бөбекжай –балабақшасы МҚКҚ

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Қабиев Исламғазы Темиргалиұлы

Топ: «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан», «Күншуақ» ересек топтар

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 18.11.-22.11.2024ж

Тексерілді:



Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңертеңгілік жаттығулар	Таңертеңгі жаттығуларды музыка сүйемелдеуімен, би қимылдарымен жасау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	Дене шынықтыру залын желдету, іс-әрекетіне арналған көрнекілік құралдарын дайындау. Ұйымдастырылған іс-әрекеттің барысына қажет құралдарды, көрнекіліктер дайындау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекеттер	«Күншуақ» тобы Негізгі қимылдар: бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес). Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және	«Күншуақ», «Құлыншақ», «Өркен», «Ботақан» топтар Негізгі қимылдар: тақтайдың бойымен тепе-теңдікті сақтап бойымен жүру бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: үш дөңгелекті велосипед	«Ботақан» тобы Негізгі қимылдар: бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес). Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және	«Құлыншақ», «Өркен» топтар Негізгі қимылдар: тақтайдың бойымен тепе-теңдікті сақтап бойымен жүру бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Спорттық жаттығулар:	

қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Дербес қимыл белсенділігі: Балалардың доптармен, қозғалатын ойыншықтармен, құрсаулармен ойындарын қолдау Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру Қ/о: «Көлеңке» Мақсаты: балалардың қимыл-қозғалыс, ойлау қабілетін дамыту Ойын шарты: Көлбең-көлбең көлеңкем,	тебу; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойындар. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. «Денсаулық - зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын- алуға болатынын түсіну. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдарменжалаң аяқ жүру. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы Қ/о: «Күш сынаспақ» Ойын шарты: Бұл ойын стол үстінде екі баланың білек сынасуымен орындалады. 2 бала шынтактарын столға тірек қол бастарын айқстырады. Кім білекті столға жықса сол бала	қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Дербес қимыл белсенділігі: Балалардың доптармен, қозғалатын ойыншықтармен, құрсаулармен ойындарын қолдау Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру Қ/о: «Көлеңке» Мақсаты: балалардың қимыл-қозғалыс, ойлау қабілетін дамыту Ойын шарты: Көлбең-көлбең көлеңкем,	Велосипед тебу: үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойындар. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. «Денсаулық - зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын- алуға болатынын түсіну. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдарменжалаң аяқ жүру. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы Қ/о: «Күш сынаспақ»
---	---	---	---

	Көлбеңдеген көлеңкем. Аю қалай жүреді, Кім көрсете біледі? Айнұр шығып сен көрсет. Тәрбиеші балаларды кезектеп атап, ортаға шығарып түрлі жануарлардың жүрісін салып көрсетуді сұрайды.	жеңіске жетеді. Ағаш аттың үстінде аттың басын ұстап тұрып 2-ші қашан білектен тартысып сынасуға да болады. Бірақ баланың қауіпсіздігі қатаң бақыланады.	Көлбеңдеген көлеңкем. Аю қалай жүреді, Кім көрсете біледі? Айнұр шығып сен көрсет. Тәрбиеші балаларды кезектеп атап, ортаға шығарып түрлі жануарлардың жүрісін салып көрсетуді сұрайды.	Ойын шарты: Бұл ойын стол үстінде екі баланың білек сынасуымен орындалады. 2 бала шынтақтарын столға тірек қол бастарын айқстырады. Кім білекті столға жықса сол бала жеңіске жетеді. Ағаш аттың үстінде аттың басын ұстап тұрып 2-ші қашан білектен тартысып сынасуға да болады. Бірақ баланың қауіпсіздігі қатаң бақыланады.	
--	--	---	--	--	--

Тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы**Білім беру ұйымы: №4 «Балбөбек» бөбекжай –балабақшасы МҚКҚ****Дене шынықтыру нұсқаушысы: Қабиев Исламғазы Темирғалиұлы****Топ: «Құлыншак», «Өркен», «Ботақан», «Күншуақ» ересек топтар****Балалардың жасы: 4 жас****Жоспардың құрылу кезеңі: 25.11.-29.11.2024ж****Тексерілді:**

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңертеңгілік жаттығулар	Таңертеңгі жаттығуларды музыка сүйемелдеуімен, би қимылдарымен жасау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	Дене шынықтыру залын желдету, іс-әрекетіне арналған көрнекілік құралдарын дайындау. Ұйымдастырылған іс-әрекеттің барысына қажет құралдарды, көрнекіліктер дайындау.				
Ұйымдастырылған іс-әрекеттер	«Күншуақ» тобы Негізгі қимылдар: бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес). Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және	«Күншуақ», «Құлыншак», «Өркен», «Ботақан» топтар Негізгі қимылдар: тақтайдың бойымен тепе-теңдікті сақтап бойымен жүру бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: үш дөңгелекті велосипед	«Ботақан» тобы Негізгі қимылдар: бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес). Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және	«Құлыншак», «Өркен» топтар Негізгі қимылдар: тақтайдың бойымен тепе-теңдікті сақтап бойымен жүру бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Спорттық жаттығулар:	

	қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Дербес қимыл белсенділігі: Балалардың доптармен, қозғалатын ойыншықтармен, құрсаулармен ойындарын қолдау Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру Қ/о: “Кептерді қуып жет” Мақсаты: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын ,	тебу; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойындар. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. «Денсаулық - зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын- алуға болатынын түсіну. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдарменжалаң аяқ жүру. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы «Тауық күрес». Ойын шарты: Балалар екі топқа бөлінеді.Осы екі топтан екі бала шығып ,кәдімгідей күреседі.Оның ең қызығыда,басқаша күрестен айырмасы да – тек жалғыз аяғымен	қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Дербес қимыл белсенділігі: Балалардың доптармен, қозғалатын ойыншықтармен, құрсаулармен ойындарын қолдау Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға, тісін тазалауға үйрету. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру Қ/о: “Кептерді қуып жет” Мақсаты: Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын ,	Велосипед тебу: үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойындар. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. «Денсаулық - зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдарменжалаң аяқ жүру. Бір тұтас тәрбие бағдарламасы «Тауық күрес».
--	---	---	---	---

	бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Балаларды ұжымда ойнай алуға тәрбиелеу. Ойынның шарты: Ойынды 15-20 бала ойнайды. жерге шеңбер сызылады. Ортаға тәрбиеші таңдаған бала-мысық тұрады, ал қалған балалар шеңберді айнала кептерлер болып тұрады, мысық ұйықтайды. Кептерлер шеңберді айналып жүріп, дэндерді шоқиды, мысық оянып кептерлерді қуады. Қай кептерді ұстап алса, сол бала айыппұл ретінде өлең –тақпақ айтады.	ақсаңдай жүріп,иықтарын қағып күресуінде.Бұл күрес балалардың нық басып,орнықты жүруін жетілдіреді.Күрестің 1 аяғн тізесін бүгіп,мата белбеуін байлап тастайды.Қайсысы сүрініп жығылса ,сол ұтылады.	бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Балаларды ұжымда ойнай алуға тәрбиелеу. Ойынның шарты: Ойынды 15-20 бала ойнайды. жерге шеңбер сызылады. Ортаға тәрбиеші таңдаған бала-мысық тұрады, ал қалған балалар шеңберді айнала кептерлер болып тұрады, мысық ұйықтайды. Кептерлер шеңберді айналып жүріп, дэндерді шоқиды, мысық оянып кептерлерді қуады. Қай кептерді ұстап алса, сол бала айыппұл ретінде өлең –тақпақ айтады.	Ойын шарты: Балалар екі топқа бөлінеді.Осы екі топтан екі бала шығып ,кәдімгідей күреседі.Оның ең қызығыда,басқаша күрестен айырмасы да –тек жалғыз аяғымен ақсаңдай жүріп,иықтарын қағып күресуінде.Бұл күрес балалардың нық басып,орнықты жүруін жетілдіреді.Күрестің 1 аяғн тізесін бүгіп,мата белбеуін байлап тастайды.Қайсысы сүрініп жығылса ,сол ұтылады.	
--	---	---	---	--	--