

**Тәрбиелеу- білім беру процессінің циклограммасы
«Балапан» «Қошақан» Мектепалды топтары 5 ж**

2023-2024ж

Қараша айы 1 апта 2023 апта

Сейсенбі 05.11-2023	Сәрсенбі 06.11-2023	Бейсенбі 07.11-2023
«Қошақан» тобы 11.00	«Балапан» тобы 11.00	«Қошақан» тобы 11.00
Тақырыбы: Поклон Сәлем Шығармашылық әлемі II қалып (аяқ алыс, қол қою) Жаттығу: Аяқты қою Қол 1, 2, 3 қалып Ойындар: сауықтыру сәті Жеңіл ырғақты этюдтық би Қорытынды: көрсетілген позицияларды қайталау	Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау	Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка Қорытынды: аяқ алыс, дене қимылы, қайталау
Тақырыбы; ПоклонСәлем Шығармашылық әлемі II қалып (аяқ алыс, қол қою) Жаттығу: Аяқты қою Қол 1, 2, 3 Жеңіл ырғақты этюдтық би Қорытынды: көрсетілген позицияларды қайталау	«Балапан » тобы 11.00 Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау «Балапан» тобы 11.00	«Балапан» тобы 11.00 Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка Қорытынды: аяқ алыс, дене қимылы, қайталау

«Қошақан» тобы 11.00 Тақырыбы: Поклон Сәлем Шығармашылық әлемі II қалып (аяқ алыс, қол қою) Жаттығу: Аяқты қою Қол 1, 2, 3 қалып Ойындар: сауықтыру сәті Жеңіл ырғақты этюдтық би Қорытынды: көрсетілген позицияларды қайталау	Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау	«Қошақан» тобы 11.00 Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка
	«Балапан» тобы 11.00 Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау	«Балапан» тобы 11.00 Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка
	«Қошақан» тобы 11.00 Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау	

Ұсыныстар

Әдіскер  Өскенгүл.Н

Би жетекшісі: Тұрсынғалиева.Н 

Қараша айы 2023 жыл 2 апта

Сейсенбі 12.11.2023	Сәрсенбі 13.11.2023	Бейсенбі 14.11.2023
«Қошақан» тобы 11.00	«Балапан» тобы 11.00	«Қошақан» тобы 11.00
Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға, солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету	Тақырыбы: Ронд жан портэ Аяқтың ұшы, 1 қалып, 3 қалып Жаттығу: Аяқтың ұшымен, өкшемен, табандап жүру Қорытынды: Аяқ ұшы, өкше, табан жүрісті ажырата білуді түсіндіру	Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: кол комбинациясы, деми плие оңға, солға; деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әдемі ұстап, би ырғағына сай қозғалта білу
«Қошақан» тобы 11.00	«Балапан» тобы 11.00	«Балапан» тобы 11,00
Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға, солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету	Тақырыбы: Ронд жан портэ Аяқтың ұшы, 1 қалып, 3 қалып Жаттығу: Аяқтың ұшымен, өкшемен, табандап жүру Қорытынды: Аяқ ұшы, өкше, табан жүрісті ажырата білуді түсіндіру	Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: кол комбинациясы, деми плие оңға, солға; деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әдемі ұстап, би ырғағына сай қозғалта білу

«Қошақан» тобы 11.00 Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға, солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету	«Балапан» тобы 11.00 Тақырыбы: Ронд жан портэ Аяқтың ұшы, 1 калып, 3 калып Жаттығу: Аяқтың ұшымен, өкшемен, табандап жүру Қорытынды: Аяқ ұшы, өкше, табан жүрісті ажырата білуді түсіндіру	«Қошақан» тобы 11.00 Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: қол комбинациясы, деми плие оңға, солға; деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әдемі ұстап, би ырғағына сай қозғалта білу
«Қошақан» 11.00 Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға, солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету	«Балапан» тобы 11.00 Тақырыбы: Ронд жан портэ Аяқтың ұшы, 1 калып, 3 калып Жаттығу: Аяқтың ұшымен, өкшемен, табандап жүру Қорытынды: Аяқ ұшы, өкше, табан жүрісті ажырата білуді түсіндіру	«Балапан» тобы 11.00 Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: қол комбинациясы, деми плие оңға, солға; деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әдемі ұстап, би ырғағына сай қозғалта білу
«Қошақан» тобы 11.00 Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға, солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету	«Балапан» тобы 11.00 Тақырыбы: Ронд жан портэ Аяқтың ұшы, 1 калып, 3 калып Жаттығу: Аяқтың ұшымен, өкшемен, табандап жүру Қорытынды: Аяқ ұшы өкше, табан жүрісті ажырата білуді түсіндіру	«Балапан» тобы 11.00 Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: қол комбинациясы, деми плие оңға, солға; деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әдемі ұстап, би ырғағына сай қозғалта білу

Қараша айы 2023 жыл 3 апта

Сейсенбі 19.11.2023	Сәрсенбі 20.11.2023	Бейсенбі 21.11.2023
«Қошақан тобы 11.00 Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер. Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру, қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу	«Балапан» тобы 11.00 Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик Жаттығу: би ырғағындағы пор де бра Релеве 1-5 калып Қорытынды: бидегі әсем иілу, қолды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру	«Қошақан» тобы 11.00 Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру Қорытынды: экзерсис калпының күрделі элементтерін қайталап үйрену
«Қошақан» тобы 11.00 Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер. Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру, қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу	«Балапан» тобы 11.00 Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик Жаттығу: би ырғағындағы пор де бра Релеве 1-5 калып Қорытынды: бидегі әсем иілу, қолды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру	«Балапан» тобы 11.00 Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру Қорытынды: экзерсис калпының күрделі элементтерін қайталап үйрену

«Қошақан» тобы 11.00 Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер. Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру, қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу	«Балапан» тобы 11.00 Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик Жаттығу: би ырғағындағы пор де бра Релеве 1-5 калып Қорытынды: бидегі әсем иілу, колды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру	«Балапан» тобы 11.00 Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру Қорытынды: экзерсис калпының күрделі элементтерін қайталап үйрену
«Қошақан» 11.00 Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер. Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру, қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу	«Балапан» тобы 11.00 Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик Жаттығу: би ырғағындағы пор де бра Релеве 1-5 калып Қорытынды: бидегі әсем иілу, колды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру	«Қошақан» тобы 11.00 Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру Қорытынды: экзерсис калпының күрделі элементтерін қайталап үйрену
«Қошақан» тобы 11.00 Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер. Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру, қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру Қорытынды: секірулерді әдемі секіре	«балапан» тобы 11.00 Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик Жаттығу: би ырғағындағы пор де бра Релеве 1-5 калып Қорытынды: бидегі әсем иілу, колды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық	«Балапа» тобы 11.00 Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру Қорытынды: экзерсис калпының

білу	түсіндіру	күрделі элементтерін қайталап үйрену
------	-----------	--------------------------------------

Қараша айы 2023жыл 4 апта

Сейсенбі 26.11.2023	Сәрсенбі 27.11.2023	Бейсенбі 28.11.2023
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Пикке. 3-калыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға Аяқты ажырату, екі аяқты соғу Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру	Тақырыбы: Күзгі қойма. Жемістер әлемі. Жұппен билеу Жаттығу: колдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу, жемістер бағында саяхаттау Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі қимылдармен билеп үйрену	Тақырыбы: «Ақ тиін» биі Жаттығу: секірулер, оңға солға би қимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі калыпты үйрену
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Пикке. 3-калыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға Аяқты ажырату, екі аяқты соғу Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру	Тақырыбы: Күзгі қойма. Жемістер әлемі. Жұппен билеу Жаттығу: колдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу, жемістер бағында саяхаттау Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі қимылдармен билеп үйрену	Тақырыбы: «Ақ тиін» биі Жаттығу: секірулер, оңға солға би қимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі калыпты үйрену
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Пикке. 3-калыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4	Тақырыбы: Күзгі қойма. Жемістер әлемі. Жұппен билеу Жаттығу: колдарын ұстасып айналу,	Тақырыбы: «Ақ тиін» биі Жаттығу: секірулер, оңға солға би

соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға Аяқты ажырату, екі аяқты соғу Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру	жемістерді корзинаға ұстап билеу, жемістер бағында саяхаттау Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі қимылдармен билеп үйрену	қимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі қалыпты үйрену
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Пикке. 3-калыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға Аяқты ажырату, екі аяқты соғу Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Күзгі қойма. Жемістер әлемі. Жұппен билеу Жаттығу: колдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу, жемістер бағында саяхаттау Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі қимылдармен билеп үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: «Ақ тиін» биі Жаттығу: секірулер, оңға солға би қимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі қалыпты үйрену
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Пикке. 3-калыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға Аяқты ажырату, екі аяқты соғу Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Күзгі қойма. Жемістер әлемі. Жұппен билеу Жаттығу: колдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу, жемістер бағында саяхаттау Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі қимылдармен билеп үйрену	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: «Ақ тиін» биі Жаттығу: секірулер, оңға солға би қимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі қалыпты үйрену

Ұсыныстар

Әдіскер  Өскеңгүл.Н

Би жетекшісі: Тұрсынғалиева.Н 

Желтоқсан айы 2023 жыл 1 апта

Сейсенбі 03.12.2023	Сәрсенбі 04.12.2023	Бейсенбі 05.12.2023
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: «Шөжелерім» биі Айналу, қатармен жүру, шахматқа келіп тұру әдістері Жаттығу: «Шөжелерім» биіндегі жұппен айналу, қол шапалақ, бөрте көтеру, су ішу, жемді шоқу элементтері. Аяқ алысы, қол қимылдары, дене қалпы, ерекше көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу.	Тақырыбы: «Саңырауқұлақ» биі. Ормандағы саңырауқұлақтар. Саңырауқұлақтар қимылдары. Жаттығу: бидегі отырыс, тұру, жүру қимылдары. Жұппен айналу. Аяқ серпу әдістері. Фраппе. Қол шапалақ. Қолды белге ұстап айналу әдістері. Қорытынды: бидегі анық ашу, балаларға жетік түсіндіру, қайталау.	Тақырыбы: Фандю. Қол шатырмен билеу. Бидегі фандю қимылдары. Жаттығу: қолшатырды ұстау әдістері. Қолшатырмен секіру, секіртпе, аяқ алысы, өкше табан жүрісі. Қолшатырды көкке ұстау әдісі, айландыру. Қорытынды: балалардың қолшатырмен билеудегі күрделі элементтерін айқара ашып көрсету
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: «Шөжелерім» биі Айналу, қатармен жүру, шахматқа келіп тұру әдістері Жаттығу: «Шөжелерім» биіндегі жұппен айналу, қол шапалақ, бөрте көтеру, су ішу, жемді шоқу элементтері. Аяқ алысы, қол қимылдары, дене қалпы, ерекше көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді	Тақырыбы: «Саңырауқұлақ» биі. Ормандағы саңырауқұлақтар. Саңырауқұлақтар қимылдары. Жаттығу: бидегі отырыс, тұру, жүру қимылдары. Жұппен айналу. Аяқ серпу әдістері. Фраппе. Қол шапалақ. Қолды белге ұстап айналу әдістері. Қорытынды: бидегі анық ашу, балаларға жетік түсіндіру, қайталау.	Тақырыбы: Фандю. Қол шатырмен билеу. Бидегі фандю қимылдары. Жаттығу: қолшатырды ұстау әдістері. Қолшатырмен секіру, секіртпе, аяқ алысы, өкше табан жүрісі. Қолшатырды көкке ұстау әдісі, айландыру. Қорытынды: балалардың қолшатырмен билеудегі күрделі элементтерін айқара ашып көрсету

қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу.		
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: «Шөжелерім» биі Айналу, қатармен жүру, шахматқа келіп тұру әдістері Жаттығу: «Шөжелерім» биіндегі жұппен айналу, қол шапалақ, бөрте көтеру, су ішу, жемді шоқу элементтері. Аяқ алысы, қол қимылдары, дене қалпы, ерекше көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу.	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: «Саңырауқұлақ» биі. Ормандағы саңырауқұлақтар. Саңырауқұлақтар қимылдары. Жаттығу: бидегі отырыс, тұру, жүру қимылдары. Жұппен айналу. Аяқ серпу әдістері. Фраппе. Қол шапалақ. Қолды белге ұстап айналу әдістері. Қорытынды: бидегі анық ашу, балаларға жетік түсіндіру, қайталау.	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Фандю. Қол шатырмен билеу. Бидегі фандю қимылдары. Жаттығу: қолшатырды ұстау әдістері. Қолшатырмен секіру, секіртпе, аяқ алысы, өкше табан жүрісі. Қолшатырды көкке ұстау әдісі, айландыру. Қорытынды: балалардың қолшатырмен билеудегі күрделі элементтерін айқара ашып көрсету
«Қошақан» 11.00.11.25 Тақырыбы: «Шөжелерім» биі Айналу, қатармен жүру, шахматқа келіп тұру әдістері Жаттығу: «Шөжелерім» биіндегі жұппен айналу, қол шапалақ, бөрте көтеру, су ішу, жемді шоқу элементтері. Аяқ алысы, қол қимылдары, дене қалпы, ерекше көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: «Саңырауқұлақ» биі. Ормандағы саңырауқұлақтар. Саңырауқұлақтар қимылдары. Жаттығу: бидегі отырыс, тұру, жүру қимылдары. Жұппен айналу. Аяқ серпу әдістері. Фраппе. Қол шапалақ. Қолды белге ұстап айналу әдістері. Қорытынды: бидегі анық ашу, балаларға жетік түсіндіру, қайталау.	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Фандю. Қол шатырмен билеу. Бидегі фандю қимылдары. Жаттығу: қолшатырды ұстау әдістері. Қолшатырмен секіру, секіртпе, аяқ алысы, өкше табан жүрісі. Қолшатырды көкке ұстау әдісі, айландыру. Қорытынды: балалардың қолшатырмен билеудегі күрделі элементтерін айқара ашып көрсету

кайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу.		
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: «Шөжелерім» биі Айналу, қатармен жүру, шахматқа келіп тұру әдістері Жаттығу: «Шөжелерім» биіндегі жұппен айналу, қол шапалақ, бөрте көтеру, су ішу, жемді шоқу элементтері. Аяқ алысы, қол қимылдары, дене қалпы, ерекше көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу.	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: «Саңырауқұлақ» биі. Ормандағы саңырауқұлақтар. Саңырауқұлақтар қимылдары. Жаттығу: бидегі отырыс, тұру, жүру қимылдары. Жұппен айналу. Аяқ серпу әдістері. Фраппе. Қол шапалақ. Қолды белге ұстап айналу әдістері. Қорытынды: бидегі анық ашу, балаларға жетік түсіндіру, қайталау.	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Фандю. Қол шатырмен билеу. Бидегі фандю қимылдары. Жаттығу: қолшатырды ұстау әдістері. Қолшатырмен секіру, секіртпе, аяқ алысы, өкше табан жүрісі. Қолшатырды көкке ұстау әдісі, айландыру. Қорытынды: балалардың қолшатырмен билеудегі күрделі элементтерін айқара ашып көрсету

Желтоқсан айы 2023 жыл 2 апта

Сейсенбі 10.12.2023	Сәрсенбі 11.12.2023	Бейсенбі 12.12.2023
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра кимылы, әртүрлі секіру әдісі, қол калыптары, присядка. Күрделі элементтер. Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді қайталау	Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диаганальда экзерсис жасау, әртүрлі би кимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол кимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би кимылдарын қайталау	Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау Жаттығу: баяу ырғақта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу, топпен айналу. Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 11.00.11.25
Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр кимылдарды өздері жаттығу. Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра кимылы, әртүрлі секіру әдісі, қол калыптары, присядка. Күрделі элементтер. Қорытынды: Бидегі күрделі	Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диоганальда экзерсис жасау, әртүрлі би кимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол кимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би кимылдарын қайталау	Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау Жаттығу: баяу ырғақта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу, топпен айналу. Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.

элементтерді қайталау, секірулерді қайталау		
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра қимылы, әртүрлі секіру әдісі, қол калыптары, присядка. Күрделі элементтер. Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді қайталау	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диагональда экзерсис жасау, әртүрлі би қимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол қимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би қимылдарын қайталау	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау Жаттығу: баяу ырғақта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу, топпен айналу. Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.
«Балапан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра қимылы, әртүрлі секіру әдісі, қол калыптары, присядка. Күрделі элементтер. Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді қайталау	«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диагональда экзерсис жасау, әртүрлі би қимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол қимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би қимылдарын қайталау	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау Жаттығу: баяу ырғақта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу, топпен айналу. Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.
«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра қимылы, әртүрлі секіру әдісі, қол	«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диагональда экзерсис	«Балапан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау Жаттығу: баяу ырғақта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу,

калыптары, присядка. Күрделі элементтер. Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді қайталау	жасау, әртүрлі би қимылдарымен би ыргактары. Жаттығу: аяқ қол қимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би қимылдарын қайталау	топпен айналу. Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.
---	---	--

Желтоқсан айы 2023 жыл 3 апта

Сейсенбі 17.12.2023	Сәрсенбі 18.12.2023	Бейсенбі 19.12.2023
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғак. Қорытынды: бидегі ырғактарды темп жанрымен күрделендіріп жасай білу.	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғактағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі. Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, адымдап жүру. Помарше. Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: «Құстар» биі. Диагональдағы көрініс. Жаттығу: Қол кимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу калпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру. Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шеңбер жүрісті қайталау.
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғак. Қорытынды: бидегі ырғактарды	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғактағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі. Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, адымдап жүру. Помарше. Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: «Құстар» биі. Диагональдағы көрініс. Жаттығу: Қол кимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу калпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру. Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шеңбер жүрісті қайталау.

темп жанрымен күрделендіріп жасай білу.		
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғақ. Қорытынды: бидегі ырғақтарды темп жанрымен күрделендіріп жасай білу.	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғақтағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі. Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, адымдап жүру. Помарше. Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: «Құстар» биі. Диагональдағы көрініс. Жаттығу: Қол кимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу калпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру. Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шеңбер жүрісті қайталау.
«Қошақан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғақ. Қорытынды: бидегі ырғақтарды темп жанрымен күрделендіріп жасай	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғақтағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі. Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, адымдап жүру. Помарше. Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау	«Қошақан» тобы 11.00.11.025 Тақырыбы: «Құстар» биі. Диагональдағы көрініс. Жаттығу: Қол кимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу калпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру. Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шеңбер жүрісті қайталау.

білу.		
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғақ. Қорытынды: бидегі ырғақтарды темп жанрымен күрделендіріп жасай білу.	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғақтағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі. Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, адымдап жүру. Помарше. Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: «Құстар» биі. Диагональдағы көрініс. Жаттығу: Қол кимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу калпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру. Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шеңбер жүрісті қайталау.

Желтоқсан айы 2023жыл 4 апта

Сейсенбі 24.12.2023	Сәрсенбі 25.12.2023	Бейсенбі 26.12.2023
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі

отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу

Ұсыныстар

Әдіскер  Өскенгүл.Н

Би жетекшісі: Тұрсынғалиева.Н 

Қаңтар айы 2024 жыл 1 апта

Сейсенбі 31.01.2024	Сәрсенбі 08.01.2024	Бейсенбі 09.01.2024
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Поклон Сәлем Шығармашылық әлемі II қалып (аяқ алыс, қол қою) Жаттығу: Аяқты қою Қол I, 2, 3 қалып Ойындар: сауықтыру сәті Жеңіл ырғақты этюдтық би Қорытынды: көрсетілген позицияларды қайталау	Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау	Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка Қорытынды: аяқ алыс, дене қимылы, қайталау
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Поклон Сәлем Шығармашылық әлемі II қалып (аяқ алыс, қол қою) Жаттығу: Аяқты қою Қол I, 2, 3 қалып Ойындар: сауықтыру сәті Жеңіл ырғақты этюдтық би	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау «» тобы	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка Қорытынды: аяқ алыс, дене қимылы, қайталау

Қорытынды: көрсетілген позицияларды қайталау	Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, кайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Поклон Сәлем Шығармашылық әлемі II калып (аяқ алыс, қол қою) Жаттығу: Аяқты қою Қол 1, 2, 3 калып Ойындар: сауықтыру сәті Жеңіл ырғақты этюдтық би Қорытынды: көрсетілген позицияларды қайталау	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау	«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, кайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка
	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау	

Қаңтар айы 2024 жыл 2апта

Сейсенбі 01.14.2024	Сәрсенбі 01.15.2024	Бейсенбі 01.16.2024
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға, солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету	Тақырыбы: Ронд жан портэ Аяқтың ұшы, 1 қалып, 3 қалып Жаттығу: Аяқтың ұшымен, өкшемен, табандап жүру Қорытынды: Аяқ ұшы, өкше, табан жүрісті ажырата білуді түсіндіру	Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: кол комбинациясы, деми плие оңға, солға; деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әлемі ұстап, би ырғағына сай қозғалта білу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға, солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету	Тақырыбы: Ронд жан портэ Аяқтың ұшы, 1 қалып, 3 қалып Жаттығу: Аяқтың ұшымен, өкшемен, табандап жүру Қорытынды: Аяқ ұшы, өкше, табан жүрісті ажырата білуді түсіндіру	Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: кол комбинациясы, деми плие оңға, солға; деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әлемі ұстап, би ырғағына сай қозғалта білу

«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға, солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ронд жан портэ Аяқтың ұшы, 1 калып, 3 калып Жаттығу: Аяқтың ұшымен, өкшемен, табандап жүру Қорытынды: Аяқ ұшы, өкше, табан жүрісті ажырата білуді түсіндіру	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: қол комбинациясы, деми плие оңға, солға; деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әдемі ұстап, би ырғағына сай қозғалта білу
«Қошақан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға, солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ронд жан портэ Аяқтың ұшы, 1 калып, 3 калып Жаттығу: Аяқтың ұшымен, өкшемен, табандап жүру Қорытынды: Аяқ ұшы, өкше, табан жүрісті ажырата білуді түсіндіру	«Балапан тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: қол комбинациясы, деми плие оңға, солға; деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әдемі ұстап, би ырғағына сай қозғалта білу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға, солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ронд жан портэ Аяқтың ұшы, 1 калып, 3 калып Жаттығу: Аяқтың ұшымен, өкшемен, табандап жүру Қорытынды: Аяқ ұшы өкше, табан жүрісті ажырата білуді түсіндіру	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: қол комбинациясы, деми плие оңға, солға; деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әдемі ұстап, би ырғағына сай қозғалта білу

Қаңтар айы 2024 жыл Запта

Сейсенбі 01.21.2024	Сәрсенбі 01.22.2024	Бейсенбі 01.23.2024
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер. Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру, қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу	Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик Жаттығу: би ыргағындағы пор де бра Релеве 1-5 калып Қорытынды: бидегі әсем иілу, колды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру	Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру Қорытынды: экзерсис калпынын күрделі элементтерін қайталап үйрену
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер. Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру, қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик Жаттығу: би ыргағындағы пор де бра Релеве 1-5 калып Қорытынды: бидегі әсем иілу, колды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру Қорытынды: экзерсис калпынын күрделі элементтерін қайталап үйрену

«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер. Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру, қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик Жаттығу: би ырғағындағы пор де бра Релеве 1-5 қалып Қорытынды: бидегі әсем иілу, колды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру Қорытынды: экзерсис қалпының күрделі элементтерін кайталап үйрену
«Қошақан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер. Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру, қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик Жаттығу: би ырғағындағы пор де бра Релеве 1-5 қалып Қорытынды: бидегі әсем иілу, колды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру Қорытынды: экзерсис қалпының күрделі элементтерін кайталап үйрену
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер. Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру, қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру Қорытынды: секірулерді әдемі секіре	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик Жаттығу: би ырғағындағы пор де бра Релеве 1-5 қалып Қорытынды: бидегі әсем иілу, колды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру Қорытынды: экзерсис қалпының

білу	түсіндіру	күрделі элементтерін қайталап үйрену
------	-----------	--------------------------------------

Қаңтар айы 2024 жыл 4апта

Сейсенбі 01.28.2024	Сәрсенбі 01.29.2024	Бейсенбі 01.30.2024
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Пикке. 3-калыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру	Тақырыбы: Күзгі койма. Жемістер әлемі. Жұппен билеу Жаттығу: колдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу, жемістер бағында саяхаттау Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі кимылдармен билеп үйрену	Тақырыбы: «Ақ тиін» биі Жаттығу: секірулер, оңға солға би кимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі калыпты үйрену
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Пикке. 3-калыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру	Тақырыбы: Күзгі койма. Жемістер әлемі. Жұппен билеу Жаттығу: колдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу, жемістер бағында саяхаттау Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі кимылдармен билеп үйрену	Тақырыбы: «Ақ тиін» биі Жаттығу: секірулер, оңға солға би кимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі калыпты үйрену
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Пикке. 3-калыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың	Тақырыбы: Күзгі койма. Жемістер әлемі. Жұппен билеу Жаттығу: колдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу,	Тақырыбы: «Ақ тиін» биі Жаттығу: секірулер, оңға солға би кимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90,

ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға Аяқты ажырату, екі аяқты соғу Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру	жемістер бағында саяхаттау Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі қимылдармен билеп үйрену	45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі калыпты үйрену
«Қошақан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Пикке. 3-калыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға Аяқты ажырату, екі аяқты соғу Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Күзгі қойма. Жемістер әлемі. Жүппен билеу Жаттығу: колдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу, жемістер бағында саяхаттау Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі қимылдармен билеп үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25. Тақырыбы: «Ақ тиін» биі Жаттығу: секірулер, оңға солға би қимылы, жүппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі калыпты үйрену
«Қошақан» тобы 11.00,11.25 Тақырыбы: Пикке. 3-калыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға Аяқты ажырату, екі аяқты соғу Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Күзгі қойма. Жемістер әлемі. Жүппен билеу Жаттығу: колдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу, жемістер бағында саяхаттау Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі қимылдармен билеп үйрену	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: «Ақ тиін» биі Жаттығу: секірулер, оңға солға би қимылы, жүппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі калыпты үйрену

Ұсыныстар

Әдіскер ф.н.в. Өскенгүл.Н

Би жетекшісі: Тұрсынғалиева.Н 

Ақпан айы 2024 жыл 1апта

Сейсенбі 04.02.2024	Сәрсенбі 05.02.2024	Бейсенбі 06.02.2024
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: «Шөжелерім» биі Айналу, қатармен жүру, шахматқа келіп тұру әдістері Жаттығу: «Шөжелерім» биіндегі жұппен айналу, қол шапалақ, бөрте көтеру, су ішу, жемді шоқу элементтері. Аяқ алысы, қол қимылдары, дене қалпы, ерекше көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу.	Тақырыбы: «Саңырауқұлақ» биі. Ормандағы саңырауқұлақтар. Саңырауқұлақтар қимылдары. Жаттығу: бидегі отырыс, тұру, жүру қимылдары. Жұппен айналу. Аяқ серпу әдістері. Фраппе. Қол шапалақ. Қолды белге ұстап айналу әдістері. Қорытынды: бидегі анық ашу, балаларға жетік түсіндіру, қайталау.	Тақырыбы: Фандю. Қол шатырмен билеу. Бидегі фандю қимылдары. Жаттығу: қолшатырды ұстау әдістері. Қолшатырмен секіру, секіртпе, аяқ алысы, өкше табан жүрісі. Қолшатырды көкке ұстау әдісі, айландыру. Қорытынды: балалардың қолшатырмен билеудегі күрделі элементтерін айқара ашып көрсету
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: «Шөжелерім» биі Айналу, қатармен жүру, шахматқа келіп тұру әдістері Жаттығу: «Шөжелерім» биіндегі жұппен айналу, қол шапалақ, бөрте көтеру, су ішу, жемді шоқу элементтері. Аяқ алысы, қол қимылдары, дене қалпы, ерекше	Тақырыбы: «Саңырауқұлақ» биі. Ормандағы саңырауқұлақтар. Саңырауқұлақтар қимылдары. Жаттығу: бидегі отырыс, тұру, жүру қимылдары. Жұппен айналу. Аяқ серпу әдістері. Фраппе. Қол шапалақ. Қолды белге ұстап айналу әдістері. Қорытынды: бидегі анық ашу,	Тақырыбы: Фандю. Қол шатырмен билеу. Бидегі фандю қимылдары. Жаттығу: қолшатырды ұстау әдістері. Қолшатырмен секіру, секіртпе, аяқ алысы, өкше табан жүрісі. Қолшатырды көкке ұстау әдісі, айландыру. Қорытынды: балалардың

көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу.	балаларға жетік түсіндіру, қайталау.	қолшатырмен билеудегі күрделі элементтерін айқара ашып көрсету
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: «Шөжелерім» биі Айналу, қатармен жүру, шахматқа келіп тұру әдістері Жаттығу: «Шөжелерім» биіндегі жұппен айналу, қол шапалақ, бөрте көтеру, су ішу, жемді шоқу элементтері. Аяқ алысы, қол қимылдары, дене қалпы, ерекше көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу.	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: «Саңырауқұлақ» биі. Ормандағы саңырауқұлақтар. Саңырауқұлақтар қимылдары. Жаттығу: бидегі отырыс, тұру, жүру қимылдары. Жұппен айналу. Аяқ серпу әдістері. Фраппе. Қол шапалақ. Қолды белге ұстап айналу әдістері. Қорытынды: бидегі анық ашу, балаларға жетік түсіндіру, қайталау.	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Фандю. Қол шатырмен билеу. Бидегі фандю қимылдары. Жаттығу: қолшатырды ұстау әдістері. Қолшатырмен секіру, секіртпе, аяқ алысы, өкше табан жүрісі. Қолшатырды көкке ұстау әдісі, айландыру. Қорытынды: балалардың қолшатырмен билеудегі күрделі элементтерін айқара ашып көрсету
«Қошақан» 11.00.11.25 Тақырыбы: «Шөжелерім» биі Айналу, қатармен жүру, шахматқа келіп тұру әдістері Жаттығу: «Шөжелерім» биіндегі жұппен айналу, қол шапалақ, бөрте көтеру, су ішу, жемді шоқу элементтері. Аяқ алысы, қол қимылдары, дене қалпы, ерекше	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: «Саңырауқұлақ» биі. Ормандағы саңырауқұлақтар. Саңырауқұлақтар қимылдары. Жаттығу: бидегі отырыс, тұру, жүру қимылдары. Жұппен айналу. Аяқ серпу әдістері. Фраппе. Қол шапалақ. Қолды белге ұстап айналу әдістері. Қорытынды: бидегі анық ашу,	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Фандю. Қол шатырмен билеу. Бидегі фандю қимылдары. Жаттығу: қолшатырды ұстау әдістері. Қолшатырмен секіру, секіртпе, аяқ алысы, өкше табан жүрісі. Қолшатырды көкке ұстау әдісі, айландыру. Қорытынды: балалардың

көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу.	балаларға жетік түсіндіру, қайталау.	қолшатырмен билеудегі күрделі элементтерін айқара ашып көрсету
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: «Шөжелерім» биі Айналу, қатармен жүру, шахматқа келіп тұру әдістері Жаттығу: «Шөжелерім» биіндегі жұппен айналу, қол шапалақ, бөрте көтеру, су ішу, жемді шоқу элементтері. Аяқ алысы, қол қимылдары, дене қалпы, ерекше көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу.	«Балапна» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: «Саңырауқұлақ» биі. Ормандағы саңырауқұлақтар. Саңырауқұлақтар қимылдары. Жаттығу: бидегі отырыс, тұру, жүру қимылдары. Жұппен айналу. Аяқ серпу әдістері. Фраппе. Қол шапалақ. Қолды белге ұстап айналу әдістері. Қорытынды: бидегі анық ашу, балаларға жетік түсіндіру, қайталау.	«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Фандю. Қол шатырмен билеу. Бидегі фандю қимылдары. Жаттығу: қолшатырды ұстау әдістері. Қолшатырмен секіру, секіртпе, аяқ алысы, өкше табан жүрісі. Қолшатырды көкке ұстау әдісі, айландыру. Қорытынды: балалардың қолшатырмен билеудегі күрделі элементтерін айқара ашып көрсету

Ақпан айы 2025 жыл 2 апта

Сейсенбі 11.02.2024	Сәрсенбі 12.02.2024	Бейсенбі 13.02.2024
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра кимылы, әртүрлі секіру әдісі, қол қалыптары, присядка. Күрделі элементтер. Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді қайталау	Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диагональда экзерсис жасау, әртүрлі би қимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол қимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би қимылдарын қайталау	Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау Жаттығу: баяу ырғақта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу, топпен айналу. Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25
Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу. Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра кимылы, әртүрлі секіру әдісі, қол қалыптары, присядка. Күрделі элементтер. Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді	Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диагональда экзерсис жасау, әртүрлі би қимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол қимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би қимылдарын қайталау	Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау Жаттығу: баяу ырғақта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу, топпен айналу. Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.

кайталау		
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра қимылы, әртүрлі секіру әдісі, қол қалыптары, присядка. Күрделі элементтер. Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді қайталау	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диагональда экзерсис жасау, әртүрлі би қимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол қимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би қимылдарын қайталау	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау Жаттығу: баяу ырғақта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу, топпен айналу. Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.
«Қошақан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра қимылы, әртүрлі секіру әдісі, қол қалыптары, присядка. Күрделі элементтер. Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді қайталау	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диагональда экзерсис жасау, әртүрлі би қимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол қимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би қимылдарын қайталау	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау Жаттығу: баяу ырғақта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу, топпен айналу. Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра қимылы, әртүрлі секіру әдісі, қол	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диагональда экзерсис	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау Жаттығу: баяу ырғақта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу,

калыптары, присядка. Күрделі элементтер. Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді қайталау	жасау, әртүрлі би қимылдарымен би ыргактары. Жаттығу: аяқ қол қимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би қимылдарын қайталау	топпен айналу. Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.
---	---	--

Ақпан айы 2024 жыл 3 апта

Сейсенбі 18.02.2024	Сәрсенбі 19.02.2024	Бейсенбі 20.02.2024
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғақ. Қорытынды: бидегі ырғақтарды темп жанрымен күрделендіріп жасай білу.	Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғақтағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі. Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, адымдап жүру. Помарше. Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау	Тақырыбы: «Құстар» биі. Диагональдағы көрініс. Жаттығу: Қол кимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу қалпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру. Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шеңбер жүрісті қайталау.
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғақ. Қорытынды: бидегі ырғақтарды	Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғақтағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі. Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, адымдап жүру. Помарше. Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау	Тақырыбы: «Құстар» биі. Диагональдағы көрініс. Жаттығу: Қол кимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу қалпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру. Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шеңбер жүрісті қайталау.

темп жанрымен күрделендіріп жасай білу.		
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғақ. Қорытынды: бидегі ырғақтарды темп жанрымен күрделендіріп жасай білу.	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғақтағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі. Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, алымдап жүру. Помарше. Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: «Құстар» биі. Диагональдағы көрініс. Жаттығу: Қол қимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу калпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру. Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шенбер жүрісті қайталау.
«Қошақан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғақ. Қорытынды: бидегі ырғақтарды темп жанрымен күрделендіріп жасай	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғақтағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі. Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, алымдап жүру. Помарше. Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: «Құстар» биі. Диагональдағы көрініс. Жаттығу: Қол қимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу калпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру. Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шенбер жүрісті қайталау.

білу		
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғақ. Қорытынды: бидегі ырғақтарды темп жанрымен күрделендіріп жасай білу.	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғақтағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі. Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, адымдап жүру. Помарше. Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: «Құстар» биі. Диагональдағы көрініс. Жаттығу: Қол кимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу қалпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру. Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шенбер жүрісті қайталау.

Ақпан айы 2024 ж 4апта

Сейсенбі 25.02.2024	Сәрсенбі 26.02.2024	Бейсенбі 27.02.2024
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар.	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм,	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын

Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Польша биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы калыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Польша биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы калыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шенберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Польша биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы калыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шенберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу

Ұсыныстар *қайыңіздікті сақтамаңыз!*

Әдіскер *Аманжол* Өскенгүл.Н

Би жетекшісі: Тұрсынғалиева.Н *М*

Наурыз айы 2024 жыл 1апта

Сейсенбі 04.03.2024	Сәрсенбі 05.03.2024	Бейсенбі 06.03.2024
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы калыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы калыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу

«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы калыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы калыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап

Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	жағтығу
---	---	----------------

Наурыз айы 2024 жыл 2апта

Сейсенбі 11.03.2024	Сәрсенбі 12.03.2024	Бейсенбі 13.03.2024
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , карқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , карқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , карқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі

отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Жаттығу: түрлі қадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» 09.30 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 09.30 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі қадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі қадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу

Наурыз айы 2024 жыл Запта

Сейсенбі 18.03.2024	Сәрсенбі 19.03.2024	Бейсенбі 20.03.2024
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы калыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы калыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі

отырып шапалақтау, жұппен шапалак, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалак. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалак, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалак. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалак, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу

Ұсыныстар

Әдіскер dv Оскенгүл.Н

Би жетекшісі: Тұрсынғалиева.Н Н

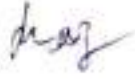
Наурыз айы 2024 жыл 4 апта

Сейсенбі 25.03.2024 (демалыс)	Сәрсенбі 26.03.2024	Бейсенбі 27. 03. 2024
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар.	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм.	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын

Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Польша биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Польша биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шенберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25. Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Польша биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шенберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу

Ұсыныстар

Әдіскер  Өскенгүл.Н

Би жетекшісі: Тұрсынғалиева.Н 

Сәуір айы 2024 жыл Іапта

Сейсенбі 01.04.2024 ж	Сәрсенбі 02.04.2024 ж	Бейсенбі 02.04.,2024 ж
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі кұлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі кұлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі кұлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі кұлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,	«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі кұлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі

отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Қошақан тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу

Сәуір айы 2024 жыл 2апта

Сейсенбі 07.04.2024 ж	Сәрсенбі 08.04.2024 ж	Бейсенбі 09.04.2024 ж
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ.	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы.

Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу

Сәуір айы 2024 жыл Запта

Сейсенбі 14.04.2024 ж	Сәрсенбі 15.04.2024 ж	Бейсенбі 16.04.2024 ж
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Онға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Онға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Онға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі

отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу

Сәуір айы 2024 жыл 4 апта

Сейсенбі 21.04.2024 ж	Сәрсенбі 22.04.2024 ж	Бейсенбі 23.04.2024 ж
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Онға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі кұлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі кұлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Онға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі кұлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі кұлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Онға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі кұлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі

отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі қадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу

Сәуір айы 2024 жыл 5апта

Сейсенбі 28.04.2024ж	Сәрсенбі 29.04.2024 ж	Бейсенбі 30.04.2024 ж
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі

отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Балапан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Балапан» тобы 11.00.11.40 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу

Ұсыныстар

Әдіскер А Оскенгүл.Н

Би жетекшісі: Тұрсынғалиева.Н А

Мамыр айы 2024 жыл Іапта

Сейсенбі 0.5.05.2024 ж	Сәрсенбі 0.6.05.2024 ж	Бейсенбі 07.05.2024ж (демалыс)
«қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар.	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм,	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын

Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Балапан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Балапан тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу

Мамыр айы 2024 жыл 2апта

Сейсенбі 12.05.2024 ж	Сәрсенбі 13.05.2024 ж	Бейсенбі 14.05.2024 ж
«қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі

отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Балапан тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу

Мамыр айы 2024 жыл Зантa

Сейсенбі 19.05.2024 ж	Сәрсенбі 20.05.2024ж	Бейсенбі 21.04.2025 ж
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі

отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Балапан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Балапан тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шенберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шенберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу

Мамыр айы 2024 жыл 4 апта

Сейсенбі 27.05.2024 ж	Сәрсенбі 28.05.2024 ж	Бейсенбі 29.05.2024 ж
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы калыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 11.00.11.25
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы калыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 11.00.11.25	«Балапан» тобы 11.00.11.25	«Қошақан» тобы 10.15.10.40
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі

отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Польша биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Балапан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Польша биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Балапан тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Польша биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу

Ұсыныстар

Әдіскер _____ Өскенгүл.Н

Би жетекшісі: Тұрсынғалиева.Н

Қыркүйек айы 2023жыл 1 апта

Сейсенбі 04.09.2023 ж	Сәрсенбі 06.09.2023 ж	Бейсенбі 08.09.2023 ж
«Балапан» тобы 15.30	«Балапан» тобы 15.30	«Қошакан» тобы 15.30
Тақырыбы: Поклон Сәлем Шығармашылық әлемі II қалып (аяқ алыс, қол қою) Жаттығу: Аяқты қою Қол 1, 2, 3 қалып Ойындар: сауықтыру сәті Жеңіл ырғақты этюдтық би Қорытынды: көрсетілген позицияларды қайталау	Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау	Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка Қорытынды: аяқ алыс, дене қимылы, қайталау
«Балапан» тобы 15.50	«Қошакан» тобы 15.50	«Балапан» тобы 15.50
Тақырыбы: Поклон Сәлем Шығармашылық әлемі II қалып (аяқ алыс, қол қою) Жаттығу: Аяқты қою Қол 1, 2, 3 қалып Ойындар: сауықтыру сәті Жеңіл ырғақты этюдтық би	Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау «Сәулетай» тобы 16.10	Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка Қорытынды: аяқ алыс, дене қимылы, қайталау

Қорытынды: көрсетілген позицияларды қайталау	Тақырыбы: Жау жаңбыр би кимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау	«Қошақан» тобы 16.10 Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка
«Балапан» тобы 16.10 Тақырыбы: Поклон Сәлем Шығармашылық әлемі II қалып (аяқ алыс, қол қою) Жаттығу: Аяқты қою Қол 1, 2, 3 қалып Ойындар: сауықтыру сәті Жеңіл ырғақты этюдтық би Қорытынды: көрсетілген позицияларды қайталау	«Қошақан» тобы 16.30 Тақырыбы: Жау жаңбыр би кимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау	«Балапан» тобы 16.50 Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка
	Тақырыбы: Жау жаңбыр би кимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау	

Қыркүйек айы 2023 жыл Зант

Сейсенбі 11.09.2023 ж «Қошакан» тобы 15.30	Сәрсенбі 13.09.2023 ж «Балапан» тобы 15.30	Бейсенбі 15.09.2023 ж «Қошакан» тобы 15.30
Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шатау Жаттығу: Айналту, шатау оңға, солға. Қолды жоғары көтере шатаулық. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шатаулық әдістерін нақты көрсету	Тақырыбы: Ронд жан портэ Аяқтың ұшы, 1 қалып, 3 қалып Жаттығу: Аяқтың ұшымен, өкшемен, табандап жүру Қорытынды: Аяқ ұшы, өкше, табан жүрісті ажырата білуді түсіндіру	Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: кол комбинациясы, деми плие оңға, солға, деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әлемі ұстап, би ырғағына сай қозғалта білу
«Балапан» тобы 15.50 Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шатау Жаттығу: Айналту, шатау оңға, солға. Қолды жоғары көтере шатаулық. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шатаулық әдістерін нақты көрсету	«Қошакан» тобы 15.50 Тақырыбы: Ронд жан портэ Аяқтың ұшы, 1 қалып, 3 қалып Жаттығу: Аяқтың ұшымен, өкшемен, табандап жүру Қорытынды: Аяқ ұшы, өкше, табан жүрісті ажырата білуді түсіндіру	«Балапан» тобы 15.50 Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: кол комбинациясы, деми плие оңға, солға, деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әлемі ұстап, би ырғағына сай қозғалта білу
Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шатау Жаттығу: Айналту, шатау оңға,	Тақырыбы: Ронд жан портэ Аяқтың ұшы, 1 қалып, 3 қалып Жаттығу: Аяқтың ұшымен, өкшемен,	Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: кол комбинациясы, деми

солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету	табандап жүру Қорытынды: Аяқ ұшы, өкше, табан жүрісті ажырата білуді түсіндіру	плие оңға, солға; деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әдемі ұстап, би ырғағына сай қозғалта білу
«Балапан» тобы 16.30 Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға, солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету	«Қошақан» тобы 16.30 Тақырыбы: Ронд жан портэ Аяқтың ұшы, 1 калып, 3 калып Жаттығу: Аяқтың ұшымен, өкшемен, табандап жүру Қорытынды: Аяқ ұшы, өкше, табан жүрісті ажырата білуді түсіндіру	«Балапан» тобы 16.30 Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: қол комбинациясы, деми плие оңға, солға; деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әдемі ұстап, би ырғағына сай қозғалта білу
«Қошақан» тобы 16.50 Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға, солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету	«Балапан» тобы 16.50 Тақырыбы: Ронд жан портэ Аяқтың ұшы, 1 калып, 3 калып Жаттығу: Аяқтың ұшымен, өкшемен, табандап жүру Қорытынды: Аяқ ұшы өкше, табан жүрісті ажырата білуді түсіндіру	«Балапан» тобы 16.50 Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: қол комбинациясы, деми плие оңға, солға; деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әдемі ұстап, би ырғағына сай қозғалта білу

Қыркүектік айы 2023жыл 3 апта

Сейсенбі 18.09.2023 ж	Сәрсенбі 20.09.2023 ж	Бейсенбі 22.09.2023 ж
«Балапан» тобы 15.30	«Қошақан» тобы 15.30	«Балапан» тобы 15.30
Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер. Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру, қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу	Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик Жаттығу: би ырғағындағы пор де бра Релеве 1-5 қалып Қорытынды: бидегі әсем иілу, қолды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру	Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру Қорытынды: экзерсис қалпының күрделі элементтерін қайталап үйрену
«Балапан» тобы 15.50	«Қошақан» тобы 15.50	«Балапан» тобы 15.50
Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер. Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру, қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу	Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик Жаттығу: би ырғағындағы пор де бра Релеве 1-5 қалып Қорытынды: бидегі әсем иілу, қолды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру	Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру Қорытынды: экзерсис қалпының күрделі элементтерін қайталап үйрену
Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер. Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру,	Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик	Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу

қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу	Жаттығу: би ыргағындағы пор де бра Релеве 1-5 қалып Қорытынды: бидегі әсем иілу, қолды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру	Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру Қорытынды: экзерсис қалпының күрделі элементтерін қайталап үйрену
«Балапан» тобы 16.30 Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер. Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру, қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу	«Қошақан» тобы 16.30 Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик Жаттығу: би ыргағындағы пор де бра Релеве 1-5 қалып Қорытынды: бидегі әсем иілу, қолды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру	«Қошақан» тобы 16.30 Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру Қорытынды: экзерсис қалпының күрделі элементтерін қайталап үйрену
«Балапан» тобы 16.50 Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер. Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру, қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу	«Қошақан» тобы 16.50 Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик Жаттығу: би ыргағындағы пор де бра Релеве 1-5 қалып Қорытынды: бидегі әсем иілу, қолды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру	«Балапан» тобы 16.50 Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру Қорытынды: экзерсис қалпының күрделі элементтерін қайталап үйрену

Қыркүйек айы 2023 жыл 4 апта

Сейсенбі 25.09.2023 ж	Сәрсенбі 27.09.2023 ж	Бейсенбі 29.09.2023 ж
«Балапан» тобы 15.30	«Қошақан» тобы 15.30	«Балапан» тобы 15.30
Тақырыбы: Пикке. 3-калыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға Аяқты ажырату, екі аяқты соғу Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру	Тақырыбы: Күзгі қойма. Жемістер әлемі. Жұппен билеу Жаттығу: қолдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу, жемістер бағында саяхаттау Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі қимылдармен билеп үйрену	Тақырыбы: «Ақ тиін» биі Жаттығу: секірулер, оңға солға би қимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі қалыпты үйрену
«Қошақан» тобы 15.50	«Балапан» тобы 15.50	«Балапан» тобы 15.50
Тақырыбы: Пикке. 3-калыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға Аяқты ажырату, екі аяқты соғу Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру	Тақырыбы: Күзгі қойма. Жемістер әлемі. Жұппен билеу Жаттығу: қолдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу, жемістер бағында саяхаттау Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі қимылдармен билеп үйрену	Тақырыбы: «Ақ тиін» биі Жаттығу: секірулер, оңға солға би қимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі қалыпты үйрену
Тақырыбы: Пикке. 3-калыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың	Тақырыбы: Күзгі қойма. Жемістер әлемі. Жұппен билеу Жаттығу: қолдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу,	Тақырыбы: «Ақ тиін» биі Жаттығу: секірулер, оңға солға би қимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90,

ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға Аяқты ажырату, екі аяқты соғу Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру	жемістер бағында саяхаттау Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі қимылдармен билеп үйрену	45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі қалыпты үйрену
«Балапан» 16.30 Тақырыбы: Пикке. 3-қалыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға Аяқты ажырату, екі аяқты соғу Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру	«Қошақан» тобы 16.30 Тақырыбы: Күзгі қойма. Жемістер әлемі. Жұппен билеу Жаттығу: қолдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу, жемістер бағында саяхаттау Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі қимылдармен билеп үйрену	«Балапан» тобы 16.30 Тақырыбы: «Ақ тиін» биі Жаттығу: секірулер, оңға солға би қимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі қалыпты үйрену
«Қошақан» тобы 16.50 Тақырыбы: Пикке. 3-қалыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға Аяқты ажырату, екі аяқты соғу Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру	«Балапан» тобы 16.50 Тақырыбы: Күзгі қойма. Жемістер әлемі. Жұппен билеу Жаттығу: қолдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу, жемістер бағында саяхаттау Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі қимылдармен билеп үйрену	«Қошақан» тобы 16.50 Тақырыбы: «Ақ тиін» биі Жаттығу: секірулер, оңға солға би қимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі қалыпты үйрену

Әдіскер.....Өскенгүл.Н

Би жетекшісі. *Handwritten signature*.....Тұрсынғалиева.Н

Ұсыныстар *балалардың киімдеріне назар аударыңыз!*

Қазан айы 2023жыл 1апта

Сейсенбі 02.10.2023 ж	Сәрсенбі 04.10.2023 ж	Бейсенбі 06.10.2023 ж
«Балапан» тобы 15.30	«Қошақан» тобы 15.30	«Балапан» тобы 15.30
Тақырыбы: «Шөжелерім» биі Айналу, қатармен жүру, шахматқа келіп тұру әдістері Жаттығу: «Шөжелерім» биіндегі жұппен айналу, қол шапалақ, бөрте көтеру, су ішу, жемді шоқу элементтері. Аяқ алысы, қол қимылдары, дене қалпы, ерекше көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу.	Тақырыбы: «Саңырауқұлақ» биі. Ормандағы саңырауқұлақтар. Саңырауқұлақтар қимылдары. Жаттығу: бидегі отырыс, тұру, жүру қимылдары. Жұппен айналу. Аяқ серпу әдістері. Фраппе. Қол шапалақ. Қолды белге ұстап айналу әдістері. Қорытынды: бидегі анық ашу, балаларға жетік түсіндіру, қайталау.	Тақырыбы: Фандю. Қол шатырмен билеу. Бидегі фандю қимылдары. Жаттығу: қолшатырды ұстау әдістері. Қолшатырмен секіру, секіртпе, аяқ алысы, өкше табан жүрісі. Қолшатырды көкке ұстау әдісі, айландыру. Қорытынды: балалардың қолшатырмен билеудегі күрделі элементтерін айқара ашып көрсету
«Қошақан» тобы 15.50	«Балапан» тобы 15.50	«Қошақан» тобы 15.50
Тақырыбы: «Шөжелерім» биі Айналу, қатармен жүру, шахматқа келіп тұру әдістері Жаттығу: «Шөжелерім» биіндегі жұппен айналу, қол шапалақ, бөрте көтеру, су ішу, жемді шоқу элементтері. Аяқ алысы, қол қимылдары, дене қалпы, ерекше көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері	Тақырыбы: «Саңырауқұлақ» биі. Ормандағы саңырауқұлақтар. Саңырауқұлақтар қимылдары. Жаттығу: бидегі отырыс, тұру, жүру қимылдары. Жұппен айналу. Аяқ серпу әдістері. Фраппе. Қол шапалақ. Қолды белге ұстап айналу әдістері. Қорытынды: бидегі анық ашу, балаларға жетік түсіндіру, қайталау.	Тақырыбы: Фандю. Қол шатырмен билеу. Бидегі фандю қимылдары. Жаттығу: қолшатырды ұстау әдістері. Қолшатырмен секіру, секіртпе, аяқ алысы, өкше табан жүрісі. Қолшатырды көкке ұстау әдісі, айландыру. Қорытынды: балалардың қолшатырмен билеудегі күрделі элементтерін айқара ашып көрсету

жаттығу.		
«Балапан» тобы 16.10 Тақырыбы: «Шөжелерім» биі Айналу, катармен жүру, шахматқа келіп тұру әдістері Жаттығу: «Шөжелерім» биіндегі жұппен айналу, қол шапалақ, бөрте көтеру, су ішу, жемді шоқу элементтері. Аяқ алысы, қол қимылдары, дене қалпы, ерекше көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу.	«Қошақан» тобы 16.10 Тақырыбы: «Саңырауқұлақ» биі. Ормандағы саңырауқұлақтар. Саңырауқұлақтар қимылдары. Жаттығу: бидегі отырыс, тұру, жүру қимылдары. Жұппен айналу. Аяқ серпу әдістері. Фраппе. Қол шапалақ. Қолды белге ұстап айналу әдістері. Қорытынды: бидегі анық ашу, балаларға жетік түсіндіру, қайталау.	«Балапан» тобы 16.10 Тақырыбы: Фандю. Қол шатырмен билеу. Бидегі фандю қимылдары. Жаттығу: қолшатырды ұстау әдістері. Қолшатырмен секіру, секіртпе, аяқ алысы, өкше табан жүрісі. Қолшатырды көкке ұстау әдісі, айландыру. Қорытынды: балалардың қолшатырмен билеудегі күрделі элементтерін айқара ашып көрсету
Тақырыбы: «Шөжелерім» биі Айналу, катармен жүру, шахматқа келіп тұру әдістері Жаттығу: «Шөжелерім» биіндегі жұппен айналу, қол шапалақ, бөрте көтеру, су ішу, жемді шоқу элементтері. Аяқ алысы, қол қимылдары, дене қалпы, ерекше көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері	Тақырыбы: «Саңырауқұлақ» биі. Ормандағы саңырауқұлақтар. Саңырауқұлақтар қимылдары. Жаттығу: бидегі отырыс, тұру, жүру қимылдары. Жұппен айналу. Аяқ серпу әдістері. Фраппе. Қол шапалақ. Қолды белге ұстап айналу әдістері. Қорытынды: бидегі анық ашу, балаларға жетік түсіндіру, қайталау.	Тақырыбы: Фандю. Қол шатырмен билеу. Бидегі фандю қимылдары. Жаттығу: қолшатырды ұстау әдістері. Қолшатырмен секіру, секіртпе, аяқ алысы, өкше табан жүрісі. Қолшатырды көкке ұстау әдісі, айландыру. Қорытынды: балалардың қолшатырмен билеудегі күрделі элементтерін айқара ашып көрсету

жаттығу.		
«Қошақан» тобы 16.50 Тақырыбы: «Шөжелерім» биі Айналу, қатармен жүру, шахматқа келіп тұру әдістері Жаттығу: «Шөжелерім» биіндегі жұппен айналу, қол шапалақ, бөрте көтеру, су ішу, жемді шоқу элементтері. Аяқ алысы, қол қимылдары, дене қалпы, ерекше көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу.	«Балапан» тобы 16.50 Тақырыбы: «Саңырауқұлақ» биі. Ормандағы саңырауқұлақтар. Саңырауқұлақтар қимылдары. Жаттығу: бидегі отырыс, тұру, жүру қимылдары. Жұппен айналу. Аяқ серпу әдістері. Фраппе. Қол шапалақ. Қолды белге ұстап айналу әдістері. Қорытынды: бидегі анық ашу, балаларға жетік түсіндіру, қайталау.	«Баллапан» тобы 16.50 Тақырыбы: Фандю. Қол шатырмен билеу. Бидегі фандю қимылдары. Жаттығу: қолшатырды ұстау әдістері. Қолшатырмен секіру, секіртпе, аяқ алысы, өкше табан жүрісі. Қолшатырды көкке ұстау әдісі, айландыру. Қорытынды: балалардың қолшатырмен билеудегі күрделі элементтерін айқара ашып көрсету

Қазан айы 2023жыл 2апта

Сейсенбі 09.10.2023 ж	Сәрсенбі 11.10.2023 ж	Бейсенбі 13.10.2023 ж
«Балапан» тобы 15.30	«Қошақан» тобы 15.30	«Балапан» тобы 15.30
Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра кимылы, әртүрлі секіру әдісі, кол қалыптары, присядка. Күрделі элементтер. Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді қайталау	Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диаганальда экзерсис жасау, әртүрлі би кимылдарымен би ыргактары. Жаттығу: аяқ кол кимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би кимылдарын қайталау	Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау Жаттығу: баяу ыргакта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу, топпен айналу. Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.
«Қошақан» тобы 15.50	«Балапан» тобы 15.50	«Балапан» тобы 15.50
Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр кимылдарды өздері жаттығу. Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра кимылы, әртүрлі секіру әдісі, кол қалыптары, присядка. Күрделі элементтер. Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді қайталау	Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диаганальда экзерсис жасау, әртүрлі би кимылдарымен би ыргактары. Жаттығу: аяқ кол кимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би кимылдарын қайталау	Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау Жаттығу: баяу ыргакта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу, топпен айналу. Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.

«Қошақан» тобы 16.10 Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра кимылы, әртүрлі секіру әдісі, қол қалыптары, присядка. Күрделі элементтер. Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді қайталау	«Балапан» тобы 16.10 Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диагональда экзерсис жасау, әртүрлі би қимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол қимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би қимылдарын қайталау	«Қошақан» тобы 16.10 Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау Жаттығу: баяу ырғақта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу, топпен айналу. Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.
Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра кимылы, әртүрлі секіру әдісі, қол қалыптары, присядка. Күрделі элементтер. Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді қайталау	Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диагональда экзерсис жасау, әртүрлі би қимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол қимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би қимылдарын қайталау	Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау Жаттығу: баяу ырғақта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу, топпен айналу. Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.
«Балапан» тобы 16.50 Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра кимылы, әртүрлі секіру әдісі, қол қалыптары, присядка. Күрделі элементтер. Қорытынды: Бидегі күрделі	«Қошақан» тобы 16.50 Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диагональда экзерсис жасау, әртүрлі би қимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол қимылдары	«Балапан» тобы 16.50 Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау Жаттығу: баяу ырғақта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу, топпен айналу. Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.

элементтерді қайталау, секірулерді қайталау	Қорытынды: барлық көрсетілген би қимылдарын қайталау	
---	---	--

Қазан айы 2023жыл Запта

Сейсенбі 16.10.2023 ж	Сәрсенбі 18.10.2023 ж	Бейсенбі 20.10.2023 ж
«Балапан» тобы 15.30	«Қошақана» тобы 15.30	«Балапан» тобы 15.30
Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғақ. Қорытынды: бидегі ырғақтарды темп жанрымен күрделендіріп жасай білу.	Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғақтағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі. Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, адымдап жүру. Помарше. Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау	Тақырыбы: «Құстар» биі. Диагональдағы көрініс. Жаттығу: Қол қимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу қалпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру. Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шеңбер жүрісті қайталау.
«Қошақан» тобы 15.50	«Балапан» тобы 15.50	«Балапан» тобы 15.50
Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғақ. Қорытынды: бидегі ырғақтарды темп жанрымен күрделендіріп жасай	Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғақтағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі. Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, адымдап жүру. Помарше. Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау	Тақырыбы: «Құстар» биі. Диагональдағы көрініс. Жаттығу: Қол қимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу қалпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру. Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шеңбер жүрісті қайталау.

білу.		
«Қошақан» тобы 16.10 Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғақ. Қорытынды: бидегі ырғақтарды темп жанрымен күрделендіріп жасай білу.	«Балапан» тобы 16.10 Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғақтағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі. Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, адымдап жүру. Помарше. Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау	«Қошақан» тобы 16.10 Тақырыбы: «Құстар» биі. Диагональдағы көрініс. Жаттығу: Қол кимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу қалпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру. Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шеңбер жүрісті қайталау.
Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғақ. Қорытынды: бидегі ырғақтарды темп жанрымен күрделендіріп жасай	Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғақтағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі. Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, адымдап жүру. Помарше. Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау	Тақырыбы: «Құстар» биі. Диагональдағы көрініс. Жаттығу: Қол кимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу қалпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру. Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шеңбер жүрісті қайталау.

білу.		
«Қошақан» тобы 16.50 Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғақ. Қорытынды: бидегі ырғақтарды темп жанрымен күрделендіріп жасай білу.	«Балапан» тобы 16.50 Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғақтағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі. Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, адымдап жүру. Помарше. Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау	«Қошақан» тобы 16.50 Тақырыбы: «Құстар» биі. Диагональдағы көрініс. Жаттығу: Қол кимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу калпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру. Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шеңбер жүрісті қайталау.

Қазан айы 2023 жыл 4 апта

Сейсенбі 23.10.2023 ж	Сәрсенбі 25.10.2023 ж	Бейсенбі 27.10.2023 ж
«Балапан» тобы 15.30	«Қошақан» тобы 15.30	«Балапан» тобы 15.30
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Қошақан» тобы 15.50	«Балапан» тобы 15.50	«Қошақан» тобы 15.50
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,	Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм	Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі

отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	Жаттығу: түрлі қадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Балапан» тобы 16.30 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Қошақан» тобы 16.30 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі қадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Балапан» тобы 16.30 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
«Балапан» тобы 16.50 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену	«Қошақан» тобы 16.50 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары, каркындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі қадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету	«Балапан» тобы 16.50 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу
Әдіскер.....Өскеңгүл.Н		
Би жетекшісі.....Тұрсынғалиева.Н		