

**Тәрбиелеу- білім беру процессінің циклограммасы
«Балапан», «Қошақан»
мектепалды топтары
5 жас**

Би жетекшісі: Аулых Ламия

2024-2025 жыл

Қыркүйек айы 2024жыл 1 апта

| Сейсенбі 04.09.2024 ж | Сәрсенбі 06.09.2024 ж | Бейсенбі 08.09.2024 ж |
|--|--|---|
| «Балапан» тобы 15.30 | «Балапан» тобы 15.30 | «Қошақан» тобы 15.30 |
| <p>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</p> | <p>Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау</p> | <p>Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка Қорытынды: аяқ алыс, дене қимылы, қайталау</p> |
| «Балапан» тобы 15.50 | «Қошақан» тобы 15.50 | «Балапан» тобы 15.50 |
| <p>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</p> | <p>Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау «Сәулетай» тобы 16.10</p> | <p>Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка Қорытынды: аяқ алыс, дене қимылы, қайталау</p> |

| | | |
|---|--|--|
| <p>Қорытынды: көрсетілген позицияларды қайталау</p> | <p>Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау</p> | <p>«Қошақан» тобы 16.10 Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка</p> |
| <p>«Балапан» тобы 16.10 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</p> | <p>«Қошақан» тобы 16.30 Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау</p> | <p>«Балапан» тобы 16.50 Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка</p> |
| | <p>Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау</p> | |

Қыркүйек айы 2024жыл 2апта

| Сейсенбі 11.09.2024 ж | Сәрсенбі 13.09.2024 ж | Бейсенбі 15.09.2024 ж |
|--|---|---|
| «Қошақан» тобы 15.30 | «Балапн» тобы 15.30 | «Қошақан» тобы 15.30 |
| <p>Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға, солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету</p> | <p>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</p> | <p>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</p> |
| «Балапн» тобы 15.50 | «Қошақан» тобы 15.50 | «Балапан» тобы 15.50 |
| <p>Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға, солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету</p> | <p>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</p> | <p>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</p> |
| <p>Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға,</p> | <p>Тақырыбы: Ронд жан портэ Аяқтың ұшы, 1 қалып, 3 қалып Жаттығу: Аяқтың ұшымен, өкшемен,</p> | <p>Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: қол комбинациясы, деми</p> |

| | | |
|---|---|---|
| <p>солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету</p> | <p>табандап жүру Қорытынды: Аяқ ұшы, өкше, табан жүрісті ажырата білуді түсіндіру</p> | <p>плие оңға, солға; деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әдемі ұстап, би ырғағына сай қозғалта білу</p> |
| <p>«Балапни» 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</p> | <p>«Қошақан» тобы 16.30 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</p> | <p>«Балапни» 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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«Балапни» тобы 16.50 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</p> | <p>«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</p> |

Қыркүектік айы 2024 жыл 3 апта

| Сейсенбі 18.09.2024 ж | Сәрсенбі 20.09.2024 ж | Бейсенбі 22.09.2024 ж |
|--|---|---|
| <p>«Балапан» тобы 15.30</p> <p>Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер.</p> <p>Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру, қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру</p> <p>Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу</p> | <p>«Қошақан» тобы 15.30</p> <p>Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик</p> <p>Жаттығу: би ырғағындағы пор де бра Релеве 1-5 калып</p> <p>Қорытынды: бидегі әсем иілу, қолды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру</p> | <p>«Балапан» тобы 15.30</p> <p>Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу</p> <p>Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру</p> <p>Қорытынды: экзерсис калпының күрделі элементтерін қайталап үйрену</p> |
| <p>«Балапан» тобы 15.50</p> <p>Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер.</p> <p>Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру, қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру</p> <p>Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу</p> | <p>«Қошақан» тобы 15.50</p> <p>Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик</p> <p>Жаттығу: би ырғағындағы пор де бра Релеве 1-5 калып</p> <p>Қорытынды: бидегі әсем иілу, қолды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру</p> | <p>«Балапан» тобы 15.50</p> <p>Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу</p> <p>Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру</p> <p>Қорытынды: экзерсис калпының күрделі элементтерін қайталап үйрену</p> |
| <p>Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер.</p> <p>Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру,</p> | <p>Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик</p> | <p>Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу</p> |

| | | |
|---|--|--|
| <p>қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу</p> | <p>Жаттығу: би ырғағындағы пор де бра Релеве 1-5 қалып Қорытынды: бидегі әсем иілу, қолды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру</p> | <p>Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру Қорытынды: экзерсис қалпының күрделі элементтерін қайталап үйрену</p> |
| <p>«Балапан» 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</p> | <p>«Қошақан» тобы 16.30 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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«Қошақан» тобы 16.50 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</p> | <p>«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</p> |

Қыркүйек айы 2024 жыл 4 апта

| Сейсенбі 25.09.2024 ж | Сәрсенбі 27.09.2024 ж | Бейсенбі 29.09.2024 ж |
|---|---|---|
| «Балапан» тобы 15.30 | «Қошақан» тобы 15.30 | «Балапан» тобы 15.30 |
| <p>Тақырыбы: Пикке. 3-қалыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға</p> <p>Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға</p> <p>Аяқты ажырату, екі аяқты соғу</p> <p>Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру</p> | <p>Тақырыбы: Күзгі қойма.</p> <p>Жемістер әлемі. Жұппен билеу</p> <p>Жаттығу: қолдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу, жемістер бағында саяхаттау</p> <p>Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі қимылдармен билеп үйрену</p> | <p>Тақырыбы: «Ақ тиін» биі</p> <p>Жаттығу: секірулер, оңға солға би қимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю</p> <p>Қорытынды: бидегі күрделі қалыпты үйрену</p> |
| «Қошақан» тобы 15.50 | «Балапан» тобы 15.50 | «Балапан» тобы 15.50 |
| <p>Тақырыбы: Пикке. 3-қалыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға</p> <p>Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға</p> <p>Аяқты ажырату, екі аяқты соғу</p> <p>Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру</p> | <p>Тақырыбы: Күзгі қойма.</p> <p>Жемістер әлемі. Жұппен билеу</p> <p>Жаттығу: қолдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу, жемістер бағында саяхаттау</p> <p>Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі қимылдармен билеп үйрену</p> | <p>Тақырыбы: «Ақ тиін» биі</p> <p>Жаттығу: секірулер, оңға солға би қимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю</p> <p>Қорытынды: бидегі күрделі қалыпты үйрену</p> |
| <p>Тақырыбы: Пикке. 3-қалыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға</p> <p>Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың</p> | <p>Тақырыбы: Күзгі қойма.</p> <p>Жемістер әлемі. Жұппен билеу</p> <p>Жаттығу: қолдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу,</p> | <p>Тақырыбы: «Ақ тиін» биі</p> <p>Жаттығу: секірулер, оңға солға би қимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90,</p> |

Қазан айы 2024жыл 1апта

| Сейсенбі 02.10.2024 ж | Сәрсенбі 04.10.2024 ж | Бейсенбі 06.10.2024 ж |
|---|--|---|
| <p>«Балапан» тобы 15.30</p> <p>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.</p> | <p>«Қошақан» тобы 15.30</p> <p>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.</p> | <p>«Балапан» тобы 15.30</p> <p>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</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 15.50</p> <p>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</p> | <p>«Балапан» тобы 15.50</p> <p>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.</p> | <p>«Қошақан» тобы 15.50</p> <p>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</p> |

| | | |
|--|---|---|
| <p>жаттығу.</p> | | |
| <p>«Балапан» тобы 16.10 Тақырыбы: «Шөжелерім» биі Айналу, қатармен жүру, шахматқа келіп тұру әдістері Жаттығу: «Шөжелерім» биіндегі жұппен айналу, қол шапалақ, бөрте көтеру, су ішу, жемді шоку элементтері. Аяқ алысы, қол қимылдары, дене қалпы, ерекше көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу.</p> | <p>«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.</p> | <p>«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</p> |
| <p>Тақырыбы: «Шөжелерім» биі Айналу, қатармен жүру, шахматқа келіп тұру әдістері Жаттығу: «Шөжелерім» биіндегі жұппен айналу, қол шапалақ, бөрте көтеру, су ішу, жемді шоку элементтері. Аяқ алысы, қол қимылдары, дене қалпы, ерекше көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері</p> | <p>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.</p> | <p>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</p> |

| | | |
|--|---|--|
| <p>жаттығу.</p> | | |
| <p>«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.</p> | <p>«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.</p> | <p>«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</p> |

Қазан айы 2023жыл 2апта

| Сейсенбі 09.10.2024 ж | Сәрсенбі 11.10.2024 ж | Бейсенбі 13.10.2024 ж |
|--|---|---|
| «Балапан» тобы 15.30 | «Қошақан» тобы 15.30 | «Балапан» тобы 15.30 |
| <p>Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб</p> <p>Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра кимылы, әртүрлі секіру әдісі, қол қалыптары, присядка. Күрделі элементтер.</p> <p>Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді қайталау</p> | <p>Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диаганальда экзерсис жасау, әртүрлі би қимылдарымен би ырғақтары.</p> <p>Жаттығу: аяқ қол қимылдары</p> <p>Қорытынды: барлық көрсетілген би қимылдарын қайталау</p> | <p>Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау</p> <p>Жаттығу: баяу ырғақта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу, топпен айналу.</p> <p>Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 15.50</p> <p>Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу.</p> <p>Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб</p> <p>Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра кимылы, әртүрлі секіру әдісі, қол қалыптары, присядка. Күрделі элементтер.</p> <p>Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді қайталау</p> | <p>«Балапан» тобы 15.50</p> <p>Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диоганальда экзерсис жасау, әртүрлі би қимылдарымен би ырғақтары.</p> <p>Жаттығу: аяқ қол қимылдары</p> <p>Қорытынды: барлық көрсетілген би қимылдарын қайталау</p> | <p>«Балапан» тобы 15.50</p> <p>Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау</p> <p>Жаттығу: баяу ырғақта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу, топпен айналу.</p> <p>Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.</p> |

| | | |
|---|--|--|
| <p>«Қошақан» тобы 16.10 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</p> | <p>«Балапан» тобы 16.10 Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диагональда экзерсис жасау, әртүрлі би кимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол кимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би кимылдарын қайталау</p> | <p>«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.</p> |
| <p>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</p> | <p>Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диагональда экзерсис жасау, әртүрлі би кимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол кимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би кимылдарын қайталау</p> | <p>Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау Жаттығу: баяу ырғақта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу, топпен айналу. Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.</p> |
| <p>«Балапан» тобы 16.50 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</p> | <p>«Қошақан» тобы 16.50 Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диагональда экзерсис жасау, әртүрлі би кимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол кимылдары</p> | <p>«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.</p> |

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

Қазан айы 2024жыл Запта

| Сейсенбі 16.10.2024 ж | Сәрсенбі 18.10.2024 ж | Бейсенбі 20.10.2024 ж |
|---|--|--|
| <p>«Балапан» тобы 15.30</p> <p>Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю</p> <p>Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғақ.</p> <p>Қорытынды: бидегі ырғақтарды темп жанрымен күрделендіріп жасай білу.</p> | <p>«Қошақана» тобы 15.30</p> <p>Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғақтағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі.</p> <p>Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, адымдап жүру. Помарше.</p> <p>Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау</p> | <p>«Балапан» тобы 15.30</p> <p>Тақырыбы: «Кұстар» биі. Диагональдағы көрініс.</p> <p>Жаттығу: Қол қимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу қалпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру.</p> <p>Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шеңбер жүрісті қайталау.</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 15.50</p> <p>Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю</p> <p>Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғақ.</p> <p>Қорытынды: бидегі ырғақтарды темп жанрымен күрделендіріп жасай</p> | <p>«Балапан» тобы 15.50</p> <p>Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғақтағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі.</p> <p>Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, адымдап жүру. Помарше.</p> <p>Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау</p> | <p>«Балапан» тобы 15.50</p> <p>Тақырыбы: «Кұстар» биі. Диагональдағы көрініс.</p> <p>Жаттығу: Қол қимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу қалпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру.</p> <p>Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шеңбер жүрісті қайталау.</p> |

| | | |
|--|---|--|
| білу. | | |
| <p>«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.</p> | <p>«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</p> | <p>«Қошақан» тобы 16.10 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.</p> |
| <p>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</p> | <p>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</p> | <p>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.</p> |

| | | |
|--|---|---|
| білу. | | |
| <p>«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.</p> | <p>«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</p> | <p>«Қошақан» тобы 16.50 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, шеңбер жүрісті қайталау.</p> |

Қазан айы 2024 жыл 4 апта

| Сейсенбі 23.10.2024 ж «Балапан» тобы 15.30 | Сәрсенбі 25.10.2024 ж «Қошақан» тобы 15.30 | Бейсенбі 27.10.2024 ж «Балапан» тобы 15.30 |
|--|---|---|
| <p>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</p> | <p>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</p> | <p>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</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 15.50 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</p> | <p>«Балапан» тобы 15.50 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</p> | <p>«Қошақан» тобы 15.50 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</p> |
| <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,</p> | <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> | <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі</p> |

| | | |
|---|---|--|
| <p>отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| <p>«Балапан» 16.30 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</p> | <p>«Қошақан» тобы 16.30 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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«Балапан» тобы 16.50 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</p> | <p>«Қошақан» тобы 16.50 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</p> | <p>«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</p> |

Әдіскер... *З.М. Захаирова Н.Н.*

Би жетекшісі... *А.А. Аулых Ламия*

Музыкалық би орындаушы маманы

Қараша айы 1 апта 2024 апта

| Сейсенбі 05.11-2024 | Сәрсенбі 06.11-2024 | Бейсенбі 07.11-2024 |
|--|--|---|
| «Қошақан» тобы 11.00 | «Балапан» тобы 11.00 | «Қошақан» тобы 11.00 |
| <p>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</p> | <p>Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау</p> | <p>Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка Қорытынды: аяқ алыс, дене қимылы, қайталау</p> |
| <p>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</p> | <p>«Балапан » тобы 11.00 Тақырыбы: Жау жаңбыр би қимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау «Балапан» тобы 11.00</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00 Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка Қорытынды: аяқ алыс, дене қимылы, қайталау</p> |

| | | |
|--|--|---|
| | <p>Тақырыбы: Жау жаңбыр би кимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау</p> | <p>«Қошақан» тобы 11.00 Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка</p> |
| <p>«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</p> | <p>«Балапан» тобы 11,00 Тақырыбы: Жау жаңбыр би кимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00 Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка</p> |
| | <p>«Қошақан» тобы 11.00 Тақырыбы: Жау жаңбыр би кимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау</p> | |

Әдіскер. *З.М. Захаирова*. Н.Н

Би жетекшісі... *М.А.*... Аулых Л.

Ұсыныстар

*Күрші сәт та ызақшына
қиретің*

Қараша айы 2024 жыл 2 апта

| Сейсенбі 12.11.2024 | Сәрсенбі 13.11.2024 | Бейсенбі 14.11.2024 |
|---|--|--|
| <p>«Қошақан» тобы 11.00</p> <p>Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға, солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00</p> <p>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</p> | <p>«Қошақан» тобы 11.00</p> <p>Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: қол комбинациясы, деми плие оңға, солға; деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әдемі ұстап, би ыргағына сай қозғалта білу</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 11.00</p> <p>Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға, солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00</p> <p>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</p> | <p>«Балапан» тобы 11,00</p> <p>Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: қол комбинациясы, деми плие оңға, солға; деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әдемі ұстап, би ыргағына сай қозғалта білу</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 11.00</p> <p>Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға,</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00</p> <p>Тақырыбы: Ронд жан портэ Аяқтың ұшы, 1 қалып, 3 қалып Жаттығу: Аяқтың ұшымен, өкшемен,</p> | <p>«Қошақан» тобы 11.00</p> <p>Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: қол комбинациясы, деми</p> |

| | | |
|---|---|---|
| <p>солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету</p> | <p>табандап жүру Қорытынды: Аяқ ұшы, өкше, табан жүрісті ажырата білуді түсіндіру</p> | <p>плие оңға, солға; деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әдемі ұстап, би ыргағына сай қозғалта білу</p> |
| <p>«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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00 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</p> | <p>«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 ыргағына сай қозғалта білу</p> |
| <p>«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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00 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</p> | <p>«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 ыргағына сай қозғалта білу</p> |

Қараша айы 2024 жыл 3 апта

| Сейсенбі 19.11.2024 | Сәрсенбі 20.11.2024 | Бейсенбі 21.11.2024 |
|---|--|---|
| <p>«Қошақан тобы 11.00</p> <p>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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00</p> <p>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</p> | <p>«Қошақан» тобы 11.00</p> <p>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</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 11.00</p> <p>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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00</p> <p>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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00</p> <p>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</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 11.00</p> <p>Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер. Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру,</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00</p> <p>Тақырыбы: Релеве, пор де бра Оңға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00</p> <p>Тақырыбы: Экзерсис Оңға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу</p> |

| | | |
|---|--|--|
| <p>кайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу</p> | <p>Жаттығу: би ырғағындағы пор де бра Релеве 1-5 қалып Қорытынды: бидегі әсем иілу, қолды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру</p> | <p>Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру Қорытынды: экзерсис қалпының күрделі элементтерін қайталап үйрену</p> |
| <p>«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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00 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</p> | <p>«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 қалпының күрделі элементтерін қайталап үйрену</p> |
| <p>«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</p> | <p>«балапан» тобы 11.00 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</p> | <p>«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 қалпының күрделі элементтерін қайталап үйрену</p> |

Қараша айы 2024 жыл 4 апта

| Сейсенбі 26.11.2024 | Сәрсенбі 27.11.2024 | Бейсенбі 28.11.2024 |
|--|--|--|
| <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Пикке. 3-қалыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Күзгі қойма. Жемістер әлемі. Жұппен билеу Жаттығу: қолдарын ұстасып айналу,</p> | <p>«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: «Ақ тиін» биі Жаттығу: секірулер, оңға солға би</p> |

| | | |
|---|---|---|
| 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 | кимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі қалыпты үйрену |
| «Қошақан» 11.00.11.25 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 11.00.11.25 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 11.00.11.25 Тақырыбы: «Ақ тиін» биі Жаттығу: секірулер, оңға солға би кимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі қалыпты үйрену |
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 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 11.00.11.25 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 10.15.10.40 Тақырыбы: «Ақ тиін» биі Жаттығу: секірулер, оңға солға би кимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі қалыпты үйрену |

Әліскер- Зухра Захирова.Н.Н.

Би жетекшісі Аулых Л.

*Мұрағаттау жұмысы мен күнделікті би бағамдауына
үлесіне қосылуы*

Желтоқсан айы 2024 жыл 1 апта

| Сейсенбі 03.12.2024 | Сәрсенбі 04.12.2024 | Бейсенбі 05.12.2024 |
|--|---|---|
| <p>«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.</p> | <p>«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.</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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.</p> | <p>«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</p> |

| | | |
|--|--|---|
| <p>қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу.</p> | | |
| <p>«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.</p> | <p>«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.</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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.</p> | <p>«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</p> |

| | | |
|--|---|---|
| <p>кайта көрсету. Әр кимылдарды өздері жаттығу.</p> | | |
| <p>«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 кимылдары, дене қалпы, ерекше көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр кимылдарды өздері жаттығу.</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: «Санырауқұлақ» биі. Ормандағы санырауқұлақтар. Санырауқұлақтар кимылдары. Жаттығу: бидегі отырыс, тұру, жүру кимылдары. Жұппен айналу. Аяқ серпу әдістері. Фраппе. Қол шапалақ. Қолды белге ұстап айналу әдістері. Қорытынды: бидегі анық ашу, балаларға жетік түсіндіру, қайталау.</p> | <p>«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Фандю. Қол шатырмен билеу. Бидегі фандю кимылдары. 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</p> |

Әдіскер Захарова.Н.Н.

Ұсыныстар Әуелі ағарту аяғы

Би жетекшісі Аулых Л.

Желтоқсан айы 2024 жыл 2 апта

| Сейсенбі 10.12.2024 | Сәрсенбі 11.12.2024 | Бейсенбі 12.12.2024 |
|---|--|--|
| <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диаганальда экзерсис жасау, әртүрлі би қимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол қимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би қимылдарын қайталау</p> | <p>«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.</p> |
| <p>«Қошақан» 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 қайталау</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диоганальда экзерсис жасау, әртүрлі би қимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол қимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би қимылдарын қайталау</p> | <p>«Қошақан» 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.</p> |

| | | |
|---|--|--|
| <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диоганальда экзерсис жасау, әртүрлі би кимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол қимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би кимылдарын қайталау</p> | <p>«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.</p> |
| <p>«Балапан» 11.00.11.25 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</p> | <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диоганальда экзерсис жасау, әртүрлі би кимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол қимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би кимылдарын қайталау</p> | <p>«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.</p> |
| <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 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</p> | <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диоганальда экзерсис жасау, әртүрлі би кимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ қол қимылдары</p> | <p>«Балапан» 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.</p> |

| | | |
|---|---|---------|
| Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену | Қорытынды: осы қалыптарды музыка ыргақтарына сай билеп үйрету | жаттығу |
|---|---|---------|

Әдіскер- Захаирова.Н.Н.

Би жетекшісі Аулых Л.

Ұсыныстар Әрине иіі ои қимылдарына үйрену

Желтоқсан айы 2024 жыл 3 апта

| Сейсенбі 17.12.2024 | Сәрсенбі 18.12.2024 | Бейсенбі 19.12.2024 |
|---|---|---|
| <p>«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.</p> | <p>«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</p> | <p>«Қошақан» тобы 10.15.10.40 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.</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 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.</p> |

| | | |
|---|---|--|
| <p>темп жанрымен күрделендіріп жасай білу.</p> | | |
| <p>«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.</p> | <p>«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</p> | <p>«Қошақан» тобы 10.15.10.40 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.</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«Қошақан» тобы 11.00.11025 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.</p> |

| | | |
|---|---|--|
| білу. | | |
| <p>«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.</p> | <p>«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</p> | <p>«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: «Кұстар» 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.</p> |

Әдіскер- З.Т.М. Захарова.Н.Н.

Ұсыныстар жүзгі арқылы талпыттымыз.

Би жетекшісі М.А. Аулых Л.

Желтоқсан айы 2024 жыл 4 апта

| Сейсенбі 24.12.2024 | Сәрсенбі 25.12.2024 | Бейсенбі 26.12.2024 |
|---|--|--|
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> | <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі</p> |

| | | |
|---|---|--|
| <p>отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |

Әдіскер- ЗМН Захаирова.Н.Н.

Би жетекшісі АЛ Аулых Л.

Қаңтар айы 2025 жыл 1 апта

| Сейсенбі 31.01.2025 | Сәрсенбі 08.01.2025 | Бейсенбі 09.01.2025 |
|--|---|---|
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>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</p> | <p>Тақырыбы: Жау жаңбыр би кимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау</p> | <p>Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка Қорытынды: аяқ алыс, дене кимылы, қайталау</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Жау жаңбыр би кимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау «» тобы</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка Қорытынды: аяқ алыс, дене кимылы, қайталау</p> |

| | | |
|--|--|---|
| <p>Қорытынды: көрсетілген позицияларды қайталау</p> | <p>Тақырыбы: Жау жаңбыр би кимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау</p> | <p>«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Жау жаңбыр би кимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау</p> | <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Партерлік гимнастика Аяқты созу, серпу, қайшылау элементтері Жаттығу: ковырялочка, змейка, лодочка</p> |
| | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Жау жаңбыр би кимылдары Жаттығу: Батман тандю, Пикке, Диагональ Қорытынды: Бидің элементтері қорытындылау</p> | |

Қаңтар айы 2025 жыл 2апта

| Сейсенбі 01.14.2025 | Сәрсенбі 01.15.2025 | Бейсенбі 01.16.2025 |
|---|--|--|
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға, солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету</p> | <p>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</p> | <p>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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 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</p> | <p>«Қошақан» 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</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сылдырмақ Қолды оңға, солға шапалақ Жаттығу: Айналу, шапалақ оңға,</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ронд жан портэ Аяқтың ұшы, 1 қалып, 3 қалып Жаттығу: Аяқтың ұшымен, өкшемен,</p> | <p>«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Жапырақтар әлемі Деми плие Жаттығу: қол комбинациясы, деми</p> |

| | | |
|---|---|---|
| <p>солға. Қолды жоғары көтере шапалақтау. Ойындар: разминка, флеш моб Қорытынды: шапалақтау әдістерін нақты көрсету</p> | <p>табандап жүру Қорытынды: Аяқ ұшы, өкше, табан жүрісті ажырата білуді түсіндіру</p> | <p>плие оңға, солға; деми плие отырып тұру Қорытынды: жапырақтарды әдемі ұстап, би ырғағына сай қозғалта білу</p> |
| <p>«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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 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</p> | <p>«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</p> |

Қаңтар айы 2025 жыл Запта

| Сейсенбі 01.21.2025 | Сәрсенбі 01.22.2025 | Бейсенбі 01.23.2025 |
|---|--|--|
| «Қошакан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан тобы 11.00.11.25 | «Қошакан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер.</p> <p>Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру, қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру</p> <p>Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу</p> | <p>Тақырыбы: Релеве, пор де бра Онға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик</p> <p>Жаттығу: би ырғағындағы пор де бра Релеве 1-5 қалып</p> <p>Қорытынды: бидегі әсем иілу, қолды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру</p> | <p>Тақырыбы: Экзерсис Онға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу</p> <p>Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру</p> <p>Қорытынды: экзерсис қалпының күрделі элементтерін қайталап үйрену</p> |
| <p>«Қошакан» тобы 11.00.11.25</p> <p>Тақырыбы: Соте шажман, ишапе Секірулер.</p> <p>Жаттығу: Екі аяқты қосып секіру, қайшылап секіру, аяқты алға артқа секіру, ұшымен секіру, табандап секіру</p> <p>Қорытынды: секірулерді әдемі секіре білу</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25</p> <p>Тақырыбы: Релеве, пор де бра Онға, солға шалқаю, артқа шалқаю, мостик</p> <p>Жаттығу: би ырғағындағы пор де бра Релеве 1-5 қалып</p> <p>Қорытынды: бидегі әсем иілу, қолды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25</p> <p>Тақырыбы: Экзерсис Онға, солға бұрылу, артқа, алға бұрылу</p> <p>Жаттығу: ортадағы оң жүріс бұрылу, сол жүріс бұрылу, айнала жүру, артқа алға жүру</p> <p>Қорытынды: экзерсис қалпының күрделі элементтерін қайталап үйрену</p> |

| | | |
|--|---|---|
| <p>«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</p> | <p>«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, қолды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру</p> | <p>«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 қайталап үйрену</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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, қолды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық түсіндіру</p> | <p>«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 қайталап үйрену</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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, қолды дұрыс ұстау, шалқаю түрлерін қанық</p> | <p>«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</p> |

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

Әдіскер- ЗМН Захарова.Н.Н.

Ұсыныстар *Эр та тиз өз еркіндіктерін сел*
би бағамдағына жасоу

Би жетекшісі МЗ Аулых Л.

Қаңтар айы 2025 жыл 4апта

| Сейсенбі 01.28.2025 | Сәрсенбі 01.29.2025 | Бейсенбі 01.30.2025 |
|---|---|---|
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>Тақырыбы: Пикке. 3-қалыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға</p> <p>Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға</p> <p>Аяқты ажырату, екі аяқты соғу</p> <p>Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру</p> | <p>Тақырыбы: Күзгі қойма.</p> <p>Жемістер әлемі. Жұппен билеу</p> <p>Жаттығу: қолдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу, жемістер бағында саяхаттау</p> <p>Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі қимылдармен билеп үйрену</p> | <p>Тақырыбы: «Ақ тиін» биі</p> <p>Жаттығу: секірулер, оңға солға би қимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю</p> <p>Қорытынды: бидегі күрделі қалыпты үйрену</p> |
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 |
| <p>Тақырыбы: Пикке. 3-қалыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға</p> <p>Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға</p> <p>Аяқты ажырату, екі аяқты соғу</p> <p>Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру</p> | <p>Тақырыбы: Күзгі қойма.</p> <p>Жемістер әлемі. Жұппен билеу</p> <p>Жаттығу: қолдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу, жемістер бағында саяхаттау</p> <p>Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі қимылдармен билеп үйрену</p> | <p>Тақырыбы: «Ақ тиін» биі</p> <p>Жаттығу: секірулер, оңға солға би қимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90, 45 градус батман тандю</p> <p>Қорытынды: бидегі күрделі қалыпты үйрену</p> |
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>Тақырыбы: Пикке. 3-қалыптағы аяқты соғу, пикке оңға солға</p> <p>Жаттығу: Пикке, банман тандю, 4 соғу алға, артқа, оңға, солға. Аяқтың</p> | <p>Тақырыбы: Күзгі қойма.</p> <p>Жемістер әлемі. Жұппен билеу</p> <p>Жаттығу: қолдарын ұстасып айналу, жемістерді корзинаға ұстап билеу,</p> | <p>Тақырыбы: «Ақ тиін» биі</p> <p>Жаттығу: секірулер, оңға солға би қимылы, жұппен шапалақ. Аяқты 90,</p> |

| | | |
|--|--|--|
| <p>ұшымен соғу, 1,2,3,4 алға Аяқты ажырату, екі аяқты соғу Қорытынды: аяқты соғу тәсілдерін балаларға түсіндіру</p> | <p>жемістер бағында саяхаттау Қорытынды: жемістер биіндегі әртүрлі қимылдармен билеп үйрену</p> | <p>45 градус батман тандю Қорытынды: бидегі күрделі қалыпты үйрену</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 11.00,11.25 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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 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</p> | <p>«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</p> |

Ақпан айы 2025 жыл Іапта

| Сейсенбі 04.02.2025 | Сәрсенбі 05.02.2025 | Бейсенбі 06.02.2025 |
|--|---|--|
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>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.</p> | <p>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.</p> | <p>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</p> |
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 11.00.11.25 |
| <p>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</p> | <p>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.</p> | <p>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</p> |

| | | |
|--|---|---|
| <p>қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу.</p> | | |
| <p>«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.</p> | <p>«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.</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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.</p> | <p>«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</p> |

| | | |
|--|--|---|
| <p>қайта көрсету. Әр кимылдарды өздері жаттығу.</p> | | |
| <p>«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 кимылдары, дене қалпы, ерекше көрсету Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр кимылдарды өздері жаттығу.</p> | <p>«Балапна» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: «Саңырауқұлақ» биі. Ормандағы саңырауқұлақтар. Саңырауқұлақтар кимылдары. Жаттығу: бидегі отырыс, тұру, жүру кимылдары. Жұппен айналу. Аяқ серпу әдістері. Фраппе. Қол шапалақ. Қолды белге ұстап айналу әдістері. Қорытынды: бидегі анық ашу, балаларға жетік түсіндіру, қайталау.</p> | <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Фандю. Қол шатырмен билеу. Бидегі фандю кимылдары. 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</p> |

Әдіскер- З.Н. Захинова.Н.Н.

Ұсыныстар жүми сип би ұжымдарымен жүргізу

Би жетекшісі А.А. Аулых Л.

Ақпан айы 2025 жыл 2апта

| Сейсенбі 11.02.2025 | Сәрсенбі 12.02.2025 | Бейсенбі 13.02.2025 |
|--|---|---|
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб</p> <p>Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра қимылы, әртүрлі секіру әдісі, кол калыптары, присядка. Күрделі элементтер.</p> <p>Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді қайталау</p> | <p>Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диаганальда экзерсис жасау, әртүрлі би қимылдарымен би ырғақтары.</p> <p>Жаттығу: аяқ кол қимылдары</p> <p>Қорытынды: барлық көрсетілген би қимылдарын қайталау</p> | <p>Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау</p> <p>Жаттығу: баяу ырғақта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу, топпен айналу.</p> <p>Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.</p> |
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 |
| <p>Қорытынды: Бидегі элементтерді қайта көрсету. Әр қимылдарды өздері жаттығу.</p> <p>Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб</p> <p>Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра қимылы, әртүрлі секіру әдісі, кол калыптары, присядка. Күрделі элементтер.</p> <p>Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді қайталау</p> | <p>Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диоганальда экзерсис жасау, әртүрлі би қимылдарымен би ырғақтары.</p> <p>Жаттығу: аяқ кол қимылдары</p> <p>Қорытынды: барлық көрсетілген би қимылдарын қайталау</p> | <p>Тақырыбы: Шане. Диагональда тұрып шане жасау</p> <p>Жаттығу: баяу ырғақта айналу нүктесі, диагональда жұппен айналу, топпен айналу.</p> <p>Қорытынды: аяқтың айналу әдістерін көрсету. Табандап айналу.</p> |

| | | |
|---|--|--|
| <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра кимылы, әртүрлі секіру әдісі, кол калыптары, присядка. Күрделі элементтер. Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді қайталау</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диагональда экзерсис жасау, әртүрлі би кимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ кол кимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би кимылдарын қайталау</p> | <p>«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.</p> |
| <p>«Қошақан» 11.00.11.25 Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра кимылы, әртүрлі секіру әдісі, кол калыптары, присядка. Күрделі элементтер. Қорытынды: Бидегі күрделі элементтерді қайталау, секірулерді қайталау</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диагональда экзерсис жасау, әртүрлі би кимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ кол кимылдары Қорытынды: барлық көрсетілген би кимылдарын қайталау</p> | <p>«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.</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Қазіргі заманауи би түрлері. Флеш моб Жаттығу: Ортадағы көрініс, пор де бра кимылы, әртүрлі секіру әдісі, кол калыптары, присядка. Күрделі элементтер. Қорытынды: Бидегі күрделі</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Шассе. Подскоки. Галоп. Аяқты тізені жоғары көтере серпу, тізерлеп отыру, диагональда экзерсис жасау, әртүрлі би кимылдарымен би ырғақтары. Жаттығу: аяқ кол кимылдары</p> | <p>«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.</p> |

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

Әдіскер- ЗНН Захарова.Н.Н.

Би жетекшісі АЛ Аулых Л.

Ұсыныстар әлсіз арақша жолы ермеу

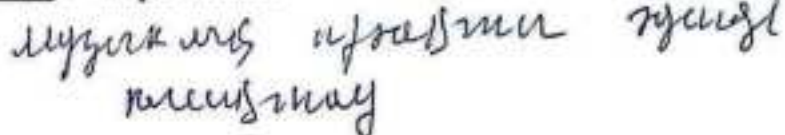
Ақпан айы 2025 жыл 3 апта

| Сейсенбі 18.02.2025 | Сәрсенбі 19.02.2025 | Бейсенбі 20.02.2025 |
|--|--|---|
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 11.00.11.25 |
| <p>Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю</p> <p>Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғақ.</p> <p>Қорытынды: бидегі ырғақтарды темп жанрымен күрделендіріп жасай білу.</p> | <p>Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғақтағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі.</p> <p>Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, адымдап жүру. Помарше.</p> <p>Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау</p> | <p>Тақырыбы: «Құстар» биі. Диагональдағы көрініс.</p> <p>Жаттығу: Қол қимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу калпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру.</p> <p>Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шеңбер жүрісті қайталау.</p> |
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>Тақырыбы: Батман тандю, батман финдю. Бидегі дене қозғалысы. Қатты секірулер, музыка ырғағымен үйлестіріп секіру, ритм қозғалысы. Батман тандю</p> <p>Жаттығу: бір орындағы дробь, оңға солға айланып келіп тұру, қолды жоғары төмен серпу, қолды айдандыра жүгірту, белсенді ырғақ.</p> <p>Қорытынды: бидегі ырғақтарды</p> | <p>Тақырыбы: Жүрістер. Баяу би жүрісі, тез ырғақтағы жүріс, секіру жүрістері, жұппен жүру жүрісі, топпен жүру жүрісі.</p> <p>Жаттығу: Вальс ырғағы, аяқты қою ырғағы, адымдап жүру. Помарше.</p> <p>Қорытынды: Жүріс түрлерін әдемі көрсету, қайталау</p> | <p>Тақырыбы: «Құстар» биі. Диагональдағы көрініс.</p> <p>Жаттығу: Қол қимылдары, қолдың пластикасы, дененің ұсталу калпы, бидегі айналма жүріс, келіп шахматта отыру.</p> <p>Қорытынды: бидегі актерлік шеберлікті көрсете білуді үйрету. Бидегі қатар жүріс, шеңбер жүрісті қайталау.</p> |

| | | |
|---|---|--|
| <p>темп жанрымен күрделендіріп жасай білу.</p> | | |
| <p>«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.</p> | <p>«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</p> | <p>«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, шеңбер жүрісті қайталау.</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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, шеңбер жүрісті қайталау.</p> |

| | | |
|--|---|---|
| білу | | |
| <p>«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.</p> | <p>«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</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 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.</p> |

Әдіскер-  Захарова.Н.Н.

Ұсыныстар 

Би жетекшісі  Аулыx Л.

Ақпан айы 2025 ж 4апта

| Сейсенбі 25.02.2025 | Сәрсенбі 26.02.2025 | Бейсенбі 27.02.2025 |
|---|--|--|
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар.</p> <p>Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер</p> <p>Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> <p>Жаттығу: түрлі қадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру</p> <p>Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы.</p> <p>Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру.</p> <p>Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25</p> <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар.</p> <p>Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер</p> <p>Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25</p> <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> <p>Жаттығу: түрлі қадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру</p> <p>Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25</p> <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы.</p> <p>Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру.</p> <p>Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |

| | | |
|---|--|--|
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |

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

Әдіскер- ЗМЖ Захарова.Н.Н.

Би жетекшісі МЖ Лулых Л.

Ұсыныстар Би Башинициуми то алд жасау.

Наурыз айы 2025 жыл 1апта

| Сейсенбі 04.03.2025 | Сәрсенбі 05.03.2025 | Бейсенбі 06.03.2025 |
|--|---|---|
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>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</p> | <p>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</p> | <p>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</p> |
| <p align="center">«Қошақан» тобы 11.00.11.25</p> <p>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</p> | <p align="center">«Балапан» тобы 11.00.11.25</p> <p>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</p> | <p align="center">«Балапан» тобы 11.00.11.25</p> <p>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</p> |
| <p align="center">«Қошақан» тобы 11.00.11.25</p> <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар.</p> | <p align="center">«Балапан» тобы 11.00.11.25</p> <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм,</p> | <p align="center">«Балапан» тобы 11.00.11.25</p> <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын</p> |

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

Наурыз айы 2025 жыл 2апта

| Сейсенбі 11.03.2025 | Сәрсенбі 12.03.2025 | Бейсенбі 13.03.2025 |
|--|--|--|
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«Қошақанк» 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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі</p> |

| | | |
|---|--|--|
| <p>отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| <p>«Қошақан» 09.30 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</p> | <p>«Балапан» тобы 09.30 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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |

Наурыз айы 2024 жыл Занға

| Сейсенбі 18.03.2025 | Сәрсенбі 19.03.2025 | Бейсенбі 20.03.2025 |
|---|--|--|
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> | <p>«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі</p> |

| | | |
|---|---|--|
| <p>отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |

Әдіскер- Захаирова.Н.Н.

Ұсыныстар

Түпнұсқа оқу құжатының негізінде

Би жетекшісі Аулых Л.

Наурыз айы 2025 жыл 4 апта

| Сейсенбі 25.03.2025 (демалыс) | Сәрсенбі 26.03.2025 | Бейсенбі 27. 03. 2025 |
|--|---|---|
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар.</p> <p>Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер</p> <p>Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> <p>Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру</p> <p>Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы.</p> <p>Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру.</p> <p>Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар.</p> <p>Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер</p> <p>Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> <p>Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру</p> <p>Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы.</p> <p>Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру.</p> <p>Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |

| | | |
|---|--|--|
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |

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

Әдіскер- З.Н.Н. Захинова.Н.Н.

Ұсыныстар би бағамындағы көп оқу

Би жетекшісі Л.А. Аулых Л.

Сәуір айы 2025 жыл Іапта

| Сейсенбі 01.04.2025 ж | Сәрсенбі 02.04.2025 ж | Бейсенбі 02.04.,2025 ж |
|---|--|--|
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>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</p> | <p>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</p> | <p>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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,</p> | <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> | <p>«Балапан тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі</p> |

| | | |
|--|---|--|
| <p>отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |

Сәуір айы 2025 жыл 2апта

| Сейсенбі 07.04.2025 ж | Сәрсенбі 08.04.2025 ж | Бейсенбі 09.04.2025 ж |
|--|---|---|
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар.</p> <p>Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер</p> <p>Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> <p>Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру</p> <p>Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы.</p> <p>Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру.</p> <p>Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| <p align="center">«Қошақан» тобы 11.00.11.25</p> <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар.</p> <p>Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер</p> <p>Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p align="center">«Балапан» тобы 11.00.11.25</p> <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> <p>Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру</p> <p>Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p align="center">«Балапан» тобы 11.00.11.25</p> <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы.</p> <p>Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру.</p> <p>Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| <p align="center">«Қошақан» тобы 11.00.11.25</p> <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ.</p> | <p align="center">«Балапан» тобы</p> <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра</p> | <p align="center">«Қошақан» тобы 10.15.10.40</p> <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы.</p> |

| | | |
|---|--|--|
| <p>Негізгі полька билеріндегі кимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>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</p> | <p>Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |

Сәуір айы 2024 жыл Запта

| Сейсенбі 14.04.2025 ж | Сәрсенбі 15.04.2025 ж | Бейсенбі 16.04.2025 ж |
|---|--|--|
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,</p> | <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> | <p>«Қошақан» тобы 10.15.10.40 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі</p> |

| | | |
|---|---|--|
| <p>отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Жаттығу: түрлі қадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |

Сәуір айы 2025 жыл 4 апта

| Сейсенбі 21.04.2025ж | Сәрсенбі 22.04.2025 ж | Бейсенбі 23.04.,2025 ж |
|---|--|--|
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«Қошақан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> | <p>«Балапан» тобы 11.00.11.25 Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі</p> |

| | | |
|---|--|--|
| <p>отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |

Әдіскер- ЗНУ Захаирова.Н.Н.

Би жетекшісі Аулых Л.

Ұсыныстар Би бағамдарына ишн орың еселеу

Сәуір айы 2025 жыл 5апта

| Сейсенбі 28.04.2025ж | Сәрсенбі 29.04.2025 ж | Бейсенбі 30.04.2025 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 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 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 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 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. | Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра | Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. |

| | | |
|---|---|---|
| <p>Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм Жаттығу: түрлі қаламдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |

Мамыр айы 2025 жыл Іапта

| Сейсенбі 0.5.05.2025 ж | Сәрсенбі 0.6.05.2025 ж | Бейсенбі 07.05.2025ж (демалыс) |
|--|---|---|
| «қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.1510.40 |
| <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар.</p> <p>Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер</p> <p>Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> <p>Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру</p> <p>Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы.</p> <p>Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру.</p> <p>Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 11.00.11.25 |
| <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар.</p> <p>Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер</p> <p>Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> <p>Жаттығу: түрлі қадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру</p> <p>Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы.</p> <p>Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру.</p> <p>Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар.</p> | <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм,</p> | <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы.</p> <p>Жаттығу: шеңберде дене грациясын</p> |

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

Мамыр айы 2025 жыл Запта

| Сейсенбі 12.05.2025 ж | Сәрсенбі 13.05.2025 ж | Бейсенбі 14.05.2025 ж |
|--|---|---|
| «қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар.</p> <p>Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер</p> <p>Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> <p>Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру</p> <p>Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы.</p> <p>Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру.</p> <p>Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 11.00.11.25 |
| <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар.</p> <p>Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер</p> <p>Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> <p>Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру</p> <p>Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы.</p> <p>Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру.</p> <p>Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар.</p> <p>Жаттығу: секіріп шапалақтау,</p> | <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> | <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы.</p> <p>Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі</p> |

| | | |
|---|--|--|
| <p>отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке кайталап жаттығу</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |

Мамыр айы 2025 жыл Запта

| Сейсенбі 19.05.2025 ж | Сәрсенбі 20.05.2025 ж | Бейсенбі 21.04.2025 ж |
|--|---|---|
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.1510.40 |
| <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар.</p> <p>Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер</p> <p>Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> <p>Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру</p> <p>Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы.</p> <p>Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру.</p> <p>Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 11.00.11.25 |
| <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар.</p> <p>Жаттығу: секіріп шапалақтау, отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер</p> <p>Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> <p>Жаттығу: түрлі кадамдар, кимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру</p> <p>Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы.</p> <p>Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі күлу, әдемі тұру, жүру.</p> <p>Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі кимылдар.</p> <p>Жаттығу: секіріп шапалақтау,</p> | <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> | <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы.</p> <p>Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі</p> |

| | | |
|--|--|--|
| <p>отырып шапалақтау, жұппен шапалақ тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |

Мамыр айы 2025 жыл 4 апта

| Сейсенбі 27.05.2025 ж | Сәрсенбі 28.05.2025 ж | Бейсенбі 29.05.2025 ж |
|--|---|---|
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>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</p> | <p>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</p> | <p>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</p> |
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 11.00.11.25 |
| <p>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</p> | <p>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</p> | <p>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</p> |
| «Қошақан» тобы 11.00.11.25 | «Балапан» тобы 11.00.11.25 | «Қошақан» тобы 10.15.10.40 |
| <p>Тақырыбы: Ырғақпен қол соғу әдістері. Оңға солға секіру шапалақ. Негізгі полька билеріндегі қимылдар. Жаттығу: секіріп шапалақтау,</p> | <p>Тақырыбы: Айзерсис, Демигранд, Плие, Релеве, Пор де бра комбинациялары , қарқындық ритм, классикалық ритм, халықтық ритм</p> | <p>Тақырыбы: Сахна мәдениеті, әдемі күлу, әдемі жүру, дене грациясы. Жаттығу: шеңберде дене грациясын жүріп үйрену. Бидегі сахналық әдемі</p> |

| | | |
|---|---|--|
| <p>отырып шапалақтау, жұппен шапалақ, тізелеп шапалақтау. Полька биіндегі әртүрлі элементтер Қорытынды: көрсетілген би әлеміндегі шапалақтап соғуды үйрену</p> | <p>Жаттығу: түрлі кадамдар, қимылдар жасау, қозғалыс, секіртпе, серпіліс музыка ырғағымен үйлестіру Қорытынды: осы қалыптарды музыка ырғақтарына сай билеп үйрету</p> | <p>күлу, әдемі тұру, жүру. Қорытынды: барлық көрсетілген би элементтерін жеке жеке қайталап жаттығу</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |
| <p>«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</p> | <p>«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</p> | <p>«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</p> |

Әдіскер- ЗМ Захаирова.Н.Н.

Би жетекшісі АМ Аулых Л.

Ұсыныстар Әр топқа мұқиятпен үйрету