
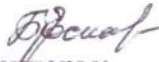


«Келісемін» 
Тәрбие ісінің орынбасары:
Досқалиева Г.К.
«Ақ» айының 2024ж



«Бекітемін» 
Мектеп директоры:
Есқалиева Б.М.
«Ақ» айының 2024ж

«Әдемі - ай»

хореография үйірмесінің жұмыс жоспары

Үйірме жетекшісі: Жеңісова А.Е.

2024-2025 оқу жылы

Түсінік хат

Би өнерімен айналысу оқушылардың жалпы денсаулығына жақсы әсер етеді. Нақты жеңіл қозғалыспен дұрыс жүріп тұруына, иілгіштік қабілетінің артуына, ауамен дұрыс демалуына, музыканың екпінін, буын ырғағын, мазмұнын ажырата білуге көмектеседі. Төменгі сынып оқушылары арнаулы қондырғысыз - ақ залдың ортасында бимен айналысуына болады. Ол үшін ойын түрінде берілетін нақты қимыл қозғалыс жаттығуларына көбірек көңіл бөлуі қажет. Олар қимыл қозғалыспен музыканы үйлестіру шеберлігін дамытады.

Мақсаттары:

Оқушылардың дене бітімін шынықтырып, күшейту. Музыканы есту және баулу қабілетін теория және практика жүзінде іске асыру. Биді түсіну және билеу қабілетін қалыптастыру. Өзін - өзі ұстай білуге тәрбиелеу.

Міндеттері:

Сезіну, есту қабілетін дамыту.

Қимыл - қозғалыс аппараттарының жүрек қан айналымын реттеп, жақсарту.

Дененің дұрыс бітімін қалыптастыру, дұрыс демалу, дер кезінде дұрыс қимылдарын жетілдіру.

Музыкалық шығармалардың буын - ырғағын, екпінін, мазмұнын дұрыс түсінуге дайындау.

Теория және практика жүзінде қозғалысын дұрыс сезіне білу.

Билеу кезінде би қозғалысы арқылы оның мәнерлілігін арттыру.

Би қозғалысы кезінде би үйрену дағдыларын қалыптастыру.

Күтілетін нәтиже:

Би өнерімен айналысқан қыз балалар денесінің сымбаттылығымен, әдемі жүріс - тұрысымен, музыкалық ырғақты ажырата білуімен ерекшеленеді. Би өнерімен айналысу шығармашылық шеберліктердің негізін қалап, өзін - өзі жетілдіруге деген қызығушылығын арттырады.

Күнтізбелік тақырыптық жоспар
Аптасына – 1 рет , 34 сағат

1-тоқсан (8 сағат)

№	Тақырыбы	Сағат саны	Мерзімі	Ескерту
1	Кіріспе. Сәлемдесу (Паклон). Би туралы мәліметтермен таныстыру.	1	2.09.2024	
2	Бастапқы қалып. Денені дұрыс ұстау. Тұрақтылыққа арналған жаттығулар	1	9.09	
3	Дене қыздыруға арналған сергіту жаттығу түрлері (разминка)	1	16.09	
4	Қол тұғырлары 1,2,3	1	23.09	
5	Аяқ тұғырлары 1,2,3,4,5,6	1	30.09	
6	Станок бойымен жасалатын жаттығу түрлері (растяжка)	1	7.10	
7	Диагональ бойымен жасалатын жүріс түрлері	1	14.10	
8	Қорытынды сабақ. Қайталау.	1	21.10	

2-тоқсан (8 сағат)

№	Тақырыбы	Сағат саны	Мерзімі	Ескерту
1	Қол тұғырлары 1,2,3 Аяқ тұғырлары 1,2,3,4,5,6	1	4.11	
2	Бастапқы қалып. Денені дұрыс ұстау. Тұрақтылыққа арналған жаттығулар	1	11.11	
3	Дене қыздыруға арналған сергіту жаттығу түрлері (разминка)	1	18.11	
4	Дене қыздыруға арналған сергіту жаттығу түрлері (разминка)	1	25.11	
5	«Айгөлек» биі 1 этап	1	2.12	
6	«Айгөлек» биі 2 этап	1	9.12	
7	«Айгөлек» биі 3 этап		16.12	
8	Қорытынды сабақ. Қайталау.	1	23.12	

3-тоқсан (10 сағат)

№	Тақырыбы	Сағат саны	Мерзімі	Ескерту
1	Бастапқы қалып. Денені дұрыс ұстау. Тұрақтылыққа арналған жаттығулар	1	13.01.2025	
2	Орыстың халық билерінің элементтерімен таныстыру	1	20.01	
3	Орыстың халық биі «Барынья» 1 этап	1	27.01	
4	Орыстың халық биі «Барынья» 2 этап	1	3.02	
5	Орыстың халық биі «Барынья» 3 этап	1	10.02	
6	Қазіргі заманғы билердің кимылдары	1	17.02	
7	Қазіргі заманғы билерді үйрету. «Жастар» биі 1 этап	1	24.02	
8	«Жастар» биі 2 этап	1	3.03	
9	«Жастар» биі 3 этап	1	10.03	
10	«Жастар» биі 4 этап	1	17.03	

4-тоқсан (8 сағат)

№	Тақырыбы	Сағат саны	Мерзімі	Ескерту
1	Бастапқы қалып. Денені дұрыс ұстау. Тұрақтылыққа арналған жаттығулар	1	7.04	
2	Дене қыздыруға арналған сергіту жаттығу түрлері (разминка)	1	14.04	
3	Станок бойымен жасалатын жаттығу түрлері (растяжка)	1	21.04	
4	Үнді биі «Мани-мани» 1 этап	1	28.04	
5	Үнді биі «Мани-мани» 2 этап	1	5.05	
6	Үнді биі «Мани-мани» 3 этап	1	12.05	
7	Үнді биі «Мани-мани» 4 этап	1	19.05	
8	Қорытынды сабақ. Өткенді қайталау	1		