

Қаралды :

Директордың тәрбие ісі

жөніндегі орынбасары: Д. Кенжина Кенжина Д.М

«20» қаңтар 2025 жыл

Бекітілді:

«Ақмола облысы білім басқармасының Зеренді

ауданы бойынша

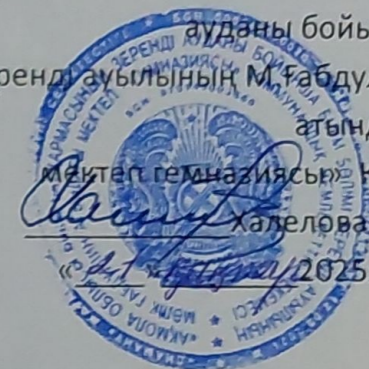
білім бөлімі Зеренді ауылының М. Рабдуллин

атындағы

«Мәртеп гимназиясы» КММ

Халелова Э.М

2025 жыл



«Классикалық, халықтық» би үйірмесі

2024-2025 ОҚУ ЖЫЛЫНА АРНАЛҒАН

ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖҰМЫС ЖОСПАРЫ

Қосымша білім беру педагогы: Н.С. Жанабаева

### *Түсініктеме хат*

Хореография -бұл қозғалыстың, дыбыстардың, жарық бояуларының, костюмдердің әдемілік әлемі, яғни бұл сиқырлы өнер әлемі. Өртүрлі жанрдағы билерді көркем орындау дағдыларын тәрбиелеп дамыту және сонымен қатар баланы сұлулық заңдарына үйрету. Балаларды әдетпен жүріс-тұрыс ережесіне машықтандыру.

Хореографиялық өнермен сабақ баланың дене дамуына себеп болады және оларды рухани азықтандырады. Өр түрлі жаттығулар балаларды да ата-аналарды да жақындатып қана қоймай ,оларды өнерге бірге баулуга көмектеседі .Тәртіптілік еңбек сүйгіштік және сабырлық- тек хореографиялық сабақта ғана емес, сонымен қатар тұрмыста да қажетті қасиеттер. Бұл қағидалар жыл бойы педагог- хореографтар мен тәрбиеленеді және көптеген жетістіктерге жеткізеді.Өмірде өте қажет жауапкершілік сезімі, би мен айналысатын балаларды алға жетелейді. Хореографиялық оқытудағы ұқыптылық, хореографиялық киімнің тазалығы балалардың ішкі дүниесіне де әсер етеді. Олар тек мүсімімен ғана емес,сәнді шашымен,қарапайым киімді сәнді етіп киюімен ерекшеленеді. Әдептің тәрбиеленуі хореография сабағының бір бөлігі болып саналады.

**Тақырыптың өзектілігі:** Қазіргі заманда мектеп оқушылар арасындағы жалпақ табандылық пен омыртқаның қисаюы сияқты түрлі аурулар кең тараған. Сондықтан да мектепте ең басты мақсаты оқу-тәрбие беру процесінде балалардың денсаулығын нығайту болып табылады. Балаларды түрлі аурулардың алдын алуда , күн сайын денелерін шынықтыру және сауықтыру шаралары жүзеге асырылу қажет. Ал, оның ішінде музыкалық ырғақты би сабағы осы өскелең ағзаның толық дұрыс дамуында көп ықпал тигізетіні анық. Яғни музыкалық ырғақты сабақтарда әсемдік пен қатар баланың бұлшық еттерінің дамуы мен дене сымбатының дұрыс өсуіне тигізер әсері мол.

Дені сау баланың көңіл-күйі де жақсы болатыны анық, яғни баланың өз-өзіне сенімділігімен ерекшелігін сезіну жеке тұлға ретінде қалыптасуына маңызды рөл атқарады.

**Би үйірмесінің мақсаты:** Музыкалық ырғақты би сабақтарында балалардың эстетикалық тәрбие мен шығармашылық қабілеттерін дамыта отыра, денсаулықтарын нығайту және артыру.

#### **Би үйірмесінің міндеттері:**

- 1.Би арқылы бұлшық ет күші мен илімділігін және төзімділік қабілеттерін жаттықтыру.
2. Әуенге сәйкес ырғақ пен қимыл үйлесімділігінің көркем де мәнерлі болуын жетілдіру.
3. Балалардың қимыл белсенділіктерін арттыру.
- 4.Әуенге сәйкес дербес би қозғалыстарын ойлау арқылы баланың ой - қиялын және елестету қабілеттерін дамыту.
- 5.Ырғақты би арқылы еркіндік, шығармашылық пен психологиялық жағымды эмоциясын арттыру.

#### **Мақсатқа жету жолдары:**

- 1.Ойын түрлерін жүйелеу
- 2.Жалпы дамыту жаттығу кешенін құрастыру
- 3.Би ырғақтарыніріктеу
- 4.Конкурстар мен байқауларға қатысу

## Педагог міндеті:

Баланың шығармашылық қызығушылығын арттыру.

Жеке тұлға дамуында заманауи инновациялық әдістерді қолдану.

Жалпы ережеге, тәртіпке бағына білуге тәрбиелеу.

## Ырғақты би сабағының негізгі құрылымы:

- Реверанс

- Қол ұстанымдары .

- Жалпы дамыту жаттығулары.

- Ойын ырғағы.

- Саптық жаттығулары.

- Би адымдары.

- Тыныс алу жаттығулары.

Мектептегі балалардың өміріндегі өте жауапкершілікті кезеңдердің бірі, яғни осы жас шамалық кезеңде баланың денсаулығының негізі, ақыл ойы, психо-физикалық дамуы қаланып, оның жеке тұлғасы қалыптасады. Дәлірек айтар болсақ, бала өсіп дамиды сонымен қатар әуенге сай ырғақты би қозғалыстарына деген қажеттіліктері ұлғаяды. Ал музыка әуеніне қозғалу бұл би. Ырғақты би - бала үшін қозғалыс арқылы өз - өздерін көрсетудің тәсілі болып табылады.

Ал қазіргі заманғы музыка әуені кең қозғалыстығымен көңілді динамикасымен балаларға жақын. Қазіргі заманғы балалар биін мектепте қолданудың тиімділігі ол, балаларды музыкалық, психо-физикалық және эстетикалық тәрбие жағынан әртүрлі әсерлі формаларды қолдана отырып, ырғақты би қозғалыстарын дамыту болып табылады. Ырғақты би қимылы арқылы бала тәрбиелік және білімділік қасиеттерді бойына сіңіреді. Ол баланың сезімдеріне тікелей әсер ете отырып, оның рухани бейнесін қалыптастырады. Ырғақты би қимылы тек ептілік әдемілік, шығармашылық мүсін ғана емес, баланы жігерлендіреді. Хореография сабағында тек қана би үйретіліп қана қоймай денсаулықтары нығайып, ой-өрістері дамиды. Бұлшық ет күштері жақсарып, икемділік, төзімділік қабілеттері дамиды және дене бітімдері түзеліп, сымбаттылыққа тәрбиеленеді, әдемілікке деген құштарлықтары артады, яғни ырғақты би қимылы баланың ішкі барлық ағзаларына әсер етеді. Мысалы ішкі рухани жағдайы өзгеріп, мазасыздықты басып, қандағы кортизол деңгейін жақсартып, жалпақ табандылық, омыртқа қисаю ауыруларын алдын алады сонымен қоса балалардың зияткерлік деңгейінің артуына, оның ойлау жылдамдығына ықпалын тигізе отыра есте сақтау қабілеттерін жақсартады. Ырғақты би балаларды эстетикалық құндылыққа тәрбиелейді, эмоцияналдық көңіл-күйін жақсартады. Өздеріңіз білетіндей біздің кішкентай бүлдіршіндеріміздің мінез-құлықтары әртүрлі ашық, шапшаң, белсенді болса ал кейбіреулері ұялшақ, қорқақ, ұяң балалар да болады. Дәл осындай балалармен ырғақты би сабағында балалардың тұйық мінезін ашып, көңіл-күйлерін жақсартып, өз-өздеріне «МЕН» деген сенімдерін арттыруға болады. Ырғақты би қимылын қабылдау ерекшелігін белгілі бір деңгейде, дайындық кезеңінде жас ерекшеліктеріне қарай анықтайды.

Бағдарламаның жаңалығы - ырғақты би үйрету дайындық кезеңінде базалық бағдарламаны жоғарлататын мазмұның бірте-бірте қиындауынан басталуында. Бағдарлама мектеп жастағы балаларды ырғақты би қимылға және әуендік оқытуға дәстүрлі тәжірибенің қолданылуына бағытталған. Бағдарлама мына принциптерді еске ала отырып өңделген: Жүйелілік пен психологиялық жайылылық, жас ерекшеліктері бойынша балалардың дамуына ғылыми әдістеменің есепке алуы отыра баланың жеке тұлға ретінде дамуына негізделуінде.

**Бағдарламаның әдістемесінің ерекшеліктері:** Оқытудың бастапқы кезеңі алдын ала жаттығу туралы мағлұмат көзқарас қалыптастыру мен сипатталады. Осы кезеңінде жаттығулар түсіндіріліп, көрсетіп беріледі және жаттығуларының атауы мен оның кейіпіне енуге, қалыптастыруға жағдай жасайды. Балаларға жаттығуларды немесе жеке қозғалыстарды жақсылап түсіндіріп көрсету, оқу үрдісіндегі маңызды буын болып табылады, себебі қозғалыстарды қабылдау көбінесе көру анализаторы мен байланысты. Жаттығуларды орындау техникасын түсіндіргеннен кейін бала жаттығуларды көрсеткенде алған ақпаратын толықтырады. Арнайы терминологияны қолдана отырып қысқа да нұсқа түсіндіру қажет, кейін билеген кезде балалар кейбір қозғалыстарды ұмытып қалған жағдайда, термин мен айтса олар ырғақты би қозғалыстарын көз адаларына елестетіп, естеріне түсіреді. Ең бастысы алғаш рет билеу кезіндегі сезімдері маңызды.

Жаттығуларды тереңдетіп үйрету кезеңінде оны орындау техникасының кейбір бөлшектерін анықтап, одан әрі жақсартумен сипатталады.

**Сабақ ұзақтығы:** Жас шамасына сәйкес стандарт негізінде сақталып жүргізіледі.

Бағдарламаны оқыту 1 жылға бөлінген, осы кезде дидактиканың негізгі принциптері мен әрбір топтың жас ерекшеліктері, физикалық мүмкіндіктері мен психологиялық ерекшеліктерін ескерілген. Сабақ аптасына бір рет өткізіледі.

Бағдарлама үш бөлімнен тұрады атап айтар болсақ олар:

Ойын ритмика: жаттығуларды үйрету кезеңі және жеке қозғалыстар.

Ойын гимнастика: жаттығуларды тереңдетіп үйрету кезеңі, ол би бейнесі.

Ойын би : Жаттығуларды бекіту және одан әрі жетілдіру кезеңі толық би.

### **Бағдарлама бөлімдерінің сипаттамасы**

**«Ойын ритмика» бөлімі:** Балалардың ритмді сезінуімен қозғалу қабілеттерінің дамуының негізі болып табылады. Яғни әуенге (музыкаға) оның құрылымдық ерекшеліктеріне, сипатына ритміне, темпке және басқа да музыкалық ерекшеліктеріне сәйкес ырғақты би кимылдарды еркін, әдемі және дұрыс орындап шығуына мүмкіндік береді. Бұл бөлімге музыкаға сай қозғалатын арнайы ырғақты би қозғалыстар, музыкалық тапсырмалар мен ойындар кіреді.

**«Ойын гимнастика» бөлімі:** Баланың әртүрлі қозғалыстарды меңгерудің негізі болып қызмет атқарады. Бұл бөлімге қатарға тұру, жалпы даму, сонымен қатар бұлшық еттерді жақсарту, дұрыс дем алу және тік отырып жүруді қалыптастыратын жаттығулар кіреді. «Ойын би» бөлімі. Баланың мәдениеттілігін жоғарлататын би қозғалыстарын қалыптастыруға бағытталған. Бидің тәрбиелі және эстетикалық маңызы зор. Бұл бөлімге би қадамдары, хореографиялық жаттығулармен би түрлерінің элементтері, тарихи тұрмыстық қазіргі заманғы және ритмикалық билер кіреді. «Ойын пластика» бөлімі Балалардың бұлшық ет күшінің дамуының дәстүрлі емес әдісіне негізделеді. Мұнда ойын түрінде орындалатын ежелгі гимнастикалық қозғалыстар мен стретчинг жаттығуларының элементтері қолданылады.

САБАҚ КЕСТЕСІ

	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
I топ «Балдырған» 1-3 сынып (4 сағат)	12.30-13.50		12.30-13.50	
II топ «Жұлдыз» 2-4 сынып (3 сағат)				10.20-11.40
III топ «Сезім» 3- сынып (2- сағат)		12.30-13.50		

I – топ	*		*		72
II- топ		*			38
III- топ				*	57

«Классикалық, халықтық» би үйірмесі

Оқытушы : Жанобаева Нургуль Сабыртаевна

Бағдарламаны іске асыру мерзімі –1 жыл .

Жыл бойы сағат саны :72 сағат аптасына -2 рет/4 сағат I-топ: «Балдырған» 1-сынып

№	Тақырып	Сағат саны	Мерзімі
1/2	Кіріспе. Амандасу түрін меңгерту .Қауіпсіздік ережесі.Жаттығу	2	21.01.25
3/4	Бидің шығу тарихымен танысу	2	23.01.25
5/6	Залдың ортасында қол ұстанымдарын үйрету.	2	28.01.25
7/8	Қазақша бидің қол қимылдарын үйрету	2	30.01.25
9/10	Бидің қол қимылдарын үйрету	2	04.02.25
11/12	Секіртпе,айналмалар үйрету	2	06.02.25
13/14	8 – наурыз мерекесіне дайындық	2	11.02.25
15/16	Қолды бір позицияға қою.Поза круазе	2	13.02.25
17/18	Әр түрлі іс- шаралар би қойымдыларын жасау	2	18.02.25
19/20	Әр түрлі іс- шаралар би қойымдыларын жасау	2	20.02.25
21/22	Классикалық биде қол ұстанымдарын үйрету	2	25.02.25
23/24	Биде қол ұстанымдарын үйрету	2	27.02.25
25/26	Аяқ ұстанымдарын үйрету	2	04.03.25
27/28	Шеңбер арқылы жаттығулар үйрену/	2	06.03.25
29/30	Оңға солға айналулар және секірулер	2	11.03.25
31/32	Би техникасында « Арқаны тік ұстау » терминің түсіндіру	2	13.03.25
33/34	Табанды қимыл арқылы жүрістер	2	18.03.25
35/36	Бет әлпетімен жұмыс жасау	2	20.03.25/25.03.25
37/38	Бет әліпетімен жұмыс жасау	2	
39/40	Қазақша бидегі «Сырға » , « Беташар» қимылдарды үйрету	2	27.03.25
41/42	Станок не екенін көрсетіп түсіндіру	2	01.04.25
43/44	Корпус не екенін ұғындыру	2	03.04.25

45/46	Тұрмыстық би дегеніміз не	2	08.04.25
47/48	Женіл адым	2	10.04.25
49/50	Pas degage – адымды үйрету көрсету	2	15.04.25
51/52	Полонез қадамын көрсету	2	17.04.25
53/54	Қарапайым адамын үйрету	2	22.04.25
55/56	Қазақ биің қол қимылдарын Жаттығу	2	24.04.25
57/58	Қазақ биің аяқ қимылдарын Жаттығу	2	29.04.25/01.05.25
59/60	Қазақ биің аяқ қимылдарын Жаттығу	2	
61/62	Ырғақ жаттығулары	2	06.05.25
63/64	Залдың ортасында арабекс	2	08.05.25
65/66	Бал биінің тарихымен таныстыру . Жаттығу	2	13.05.25
67/68	Бал билерінің қадамдарын көрсету	2	15.05.25
69/70	Жай жүрістен бастау	2	20.05.25
71/72	Эстадалық билердің шығу тарихымен таныстыру .Жаттығу	2	22.05.25

«Классикалы ,халықтық» би үйірмесі

Оқытушы : Жанабаяева Нургуль Сабыртаевна

Бағдарламаны іске асыру мерзімі –1 жыл

Жыл бойы сағат саны :38 аптасына -1 рет/ 3сағат

II-топ : «Жұлдыз»

2-4 сыныптар

№	Тақырып	Сағат саны	Мерзімі
1/2/3	Кіріспе. Амандасу түрін меңгерту .Қауіпсіздік ережесі.Жаттығу	3	24.01.25
4/5/6	Бидің шығу тарихымен танысу	3	31.01.25
7/8/9	Залдың ортасында қол ұстанымдарын үйрету.	3	07.02.25
10/11/12	Қазақша бидің қол қимылдарын үйрету	3	14.02.25
13/14/15	Бидің қол қимылдарын үйрету	3	21.02.25
16/17/18	Секіртпе,айналмалар үйрету	3	28.02.25
19/20/21	8 – наурыз мерекесіне дайындық	3	7.03
22/23/24	Қолды бір позицияға қою.Поза круазе	3	14.03
25/26/27	Әр түрлі іс- шаралар би қойымдыларын жасау	3	28.03.25 (21.03)
28/29/30	Әр түрлі іс- шаралар би қойымдыларын жасау	3	28.03.
31/32/33	Классикалық биде қол ұстанымдарын үйрету	3	4.04
34/35/36	Биде қол ұстанымдарын үйрету	3	11.04
37/38/39	Аяқ ұстанымдарын үйрету	3	18.04
40/41/42	Шеңбер арқылы жаттығулар үйрену/ Оңға солға айналулар және секірулер	3	25.04
43/44/45		3	2.05
46/47/48	Би техникасында « Арканы тік ұстау » терминің түсіндіру	3	2.05.(9.05)
49/50/51	Табанды қимыл арқылы жүрістер	3	16.05
52/53/54	Бет әлпетімен жұмыс жасау	3	23.05
55/56/57	Қазақша бидегі «Сырға » , « Беташар» қимылдарды үйрету	3	30.05



«Классикалық, халықтық» би үйірмесі

Оқытушы : Жанабаева Нургуль Сабыртаевна

Бағдарламаны іске асыру мерзімі –1 жыл

Жыл бойы сағат саны :38 сағат аптасына -1 рет/ 2 сағат

III-топ: «Сезім» 3 - сынып

№	Тақырып	Сағат саны	Мерзімі
1/2	I.Кіріспе сабақ. Қауіпсіздік ережесі	2	22.01.25
II.Қол ұстанымы қайталау (4сағат)			
3/4	1.Қолды бір позицияға қою . Поза круазе	2	29.01.25
5/6	2.Керме. Кермедегі жаттығуларды жасау	2	05.02.25
III.Аяқ ұстанымдары қайталау (6 сағат)			
7/8	1.Аяқ қимылдарын туралы түсінік беру.Залдың ортасында жаттығу жасау	2	05.02.25
9/10	2.Аяқ қимылдарын вертикальды сызықта жасалу жолын меңгерту,Жаттығу жасау.	2	12.02.25
11/12	3.Бет әлпетімен жұмыс жасау	2	19.02.25
IV.Қазақ биіндегі әйел биінің қол және аяқтың негізгі қойылымдарын жаттау 6 (сағат)			
13/14	1. Мүйіз қол қойылымында көрсету	2	26.02.25
15/16	2. Бота мойын қол ұстанымдарын көрсету	2	05.03.25
17/18	3. «Өрнек» қол ұстанымдарын көрсету	2	12.03.25
V.Постановка қоятын жұмыс (6 сағат)			
19/20	1. Бидің қол қимылдарын үйрету	2	19.02.25
21/22	2. Бидің аяқ қимылдарын үйрету	2	26.03.25
23/24	2. Дайындық жасау.	2	02.04.25
VI. Бал билері (6 сағат)			
25/26	Бал биі дегеніміз не?.Түсіндіру жұмыстары	2	9.04.25
27/28	Бал биінің шығу тарихымен таныстыру	2	16.04.25
29/30	"Эстрадалық би" дегеніміз не екенін түсіндіру	2	23.04.25
VII. Би қойылымдары (10 сағат)			
31/32	1. Бидің қол қимылдарын үйрету . 2. Бидің қол қимылдарын үйрету .	2	30.04.25/07.05.25
33/34	3. Бидің аяқ қимылдарын үйрету .	2	14.05.25
35/36	4. Дайындық жасау .	2	21.05.25
37/38	5.Сонғы дайындық.Жаттығуларды қайталау	2	28.05.25