

Балалардың өмірі мен тәрбиесі бөлімінің циклограммасы
Циклограмма планирования организации жизни и воспитания детей

№ 18

Білім беру бөлімі: «Дән» бөбекжайы МКҚК

Жоспардың құрылу кезеңі: 30.12-03.01.2025ж.

«Ручеек», «Ақбота», «Балдырған», «Колосок», «Бөбек» әр түрлі жастағы топтар

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Уалиева А.С.

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	30.12.2024	31.12.2024	01.01.2025	02.01.2025	03.01.2025(05.01.2025)
Таңғы жаттығу	(Комплекс №18) (Денебелсенділігін дамыту) 08.30 -08.40 - «Колосок» «Балдырған» 08.40-08.50 - «Ручеек» «Ақбота» 08.50 -09.00 - «Бөбек»				
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ҰҚ 10 ²⁵ -10 ⁴⁰	Ұйымдастырылған іс-шараларды өткізу үшін атрибуттар, спорттық жабдықтар, түрлі материалдар, ашық ойындарға арналған маскалар жасау.	10 ⁰⁰ -10 ²⁰ ҰҚ - Дене шынықтыру «Балдырған» тобы Тақырыбы: «Аю көпірмен жүреді» Міндеттері: арқан бойымен жүру, тура жолмен, бір-бірінен 10 сантиметр Сөздік қоры: сапка туру. Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды			10 ⁰⁰ -10 ²⁰ Од - Физическая культура группа «Ручеек» «Через болото» Задача: Ходить по веревке, по бревну, боковым приставным шагом, сохраняя равновесие. Словарный минимум: жет, куып Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее

		<p>орындаңыз.</p> <p>Жалпы дамыту жаттығулары: Қол мен иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолдың бүйірлік позицияларында қолды алға қарай қысыңыз және ашыңыз, оларды айналдырыңыз, саусақтарыңызды қысыңыз және жайыңыз, оларды созыңыз.</p> <p>Дене жаттығулары. Отырғанда және тізерлеп отырғанда допты айналаңызға айналдырыңыз.</p> <p>Аяқ жаттығулары. Аяғыңызды тізеңізге бүгіңіз, алға қарай түзетіңіз, қайтадан бүгіңіз және төмендетіңіз.</p> <p>Қимылды ойын: көкпар»</p> <p>Аз қозғалмалы ойын: «қол күрес»</p> <p>10²⁵-10⁴⁰</p> <p>ҰҚ - Дене шынықтыру</p>			<p>выученные упражнения и движения под сопровождение музыки.</p> <p>Общеразвивающие упражнения: Совершенствовать умение поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на пояс. Развивать умение ставить руки перед грудью, закладывать их за голову и распрямлять плечи, разводить их в стороны, опускать. Выполнять упражнения с предметами и без предметов. Подвижная игра: «қызқуу»</p> <p>Малоподвижная игра: «Асық ату»</p>
--	--	--	--	--	--

		<p>Отырғанда және тізерлеп отырғанда допты айналаңызға айналдырыңыз. Аяқ жаттығулары. Аяғыңызды тізеңізге бүгіңіз, алға қарай түзетіңіз, қайтадан бүгіңіз және төмендетіңіз. Қимылды ойын: «Қыз куу» Азқозғалмалы ойын: «Асық ату»</p> <p>10⁴⁵-11⁰⁰ ОД - Физическая культура группа «Ручеек» Тема: «Лягушки» Задача: Прыгать на месте на 2-х ногах, с продвижением вперед на расстоянии 2-3 м. Словарный минимум: жет, қуыш, Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки.</p>			<p>ашыңыз, оларды айналдырыңыз, саусақтарыңызды қысыңыз және жайыңыз, оларды созыңыз. Дене жаттығулары. Отырғанда және тізерлеп отырғанда допты айналаңызға айналдырыңыз. Аяқ жаттығулары. Аяғыңызды тізеңізге бүгіңіз, алға қарай түзетіңіз, қайтадан бүгіңіз және төмендетіңіз. Қимылды ойын: «қыз куу» Азқозғалмалы ойын: «Асық ату»</p> <p>10⁴⁵-11⁰⁰ ҰҚ - Дене шынықтыру «Бөбек» тобы Тақырыбы: «Батпақ арқылы» Міндеттері: Тепе-теңдікті сақтай отырып, арқанмен, бөренемен,</p>
--	--	--	--	--	--

		<p>«Бөбек» тобы Тақырыбы: «Аю көпірмен жүреді» Міндеттері: арқан бойымен жүру, тура жолмен, бір-бірінен 10 сантиметр. Сөздік қоры: сапқа туру. Сөздік қоры: сапқа туру. Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз. Жалпы дамыту жаттығулары: Қол мен иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолдың бүйірлік позицияларында қолды алға қарай қысыңыз және ашыңыз, оларды айналдырыңыз, саусақтарыңызды қысыңыз және жайыңыз, оларды созыңыз. Дене жаттығулары.</p>			<p>10²⁰ - 10¹⁵ ҰҚ - Дене шынықтыру «Балдырған» тобы Тақырыбы: «Батпақ арқылы» Міндеттері: Тепендікті сақтай отырып, арқанмен, бөренемен, бүйірлік кадаммен жүріңіз. Сөздік қоры: журу, әкел. Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз. Жалпы дамыту жаттығулары: Қол мен иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолдың бүйірлік позицияларында қолды алға қарай қысыңыз және</p>
--	--	---	--	--	--

		<p>Общеразвивающие упражнения: Упражнения для рук и плечевого пояса</p> <p>Совершенствовать умение поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на пояс, руки перед грудью; размахивать руками вперед – назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Развивать умение положениях руки в стороны, вперед сжимать и разжимать кисти, вращать их, сводить и разводить пальцы, вытягивать их. Ставить руки перед грудью, закладывать их за голову и распрямлять плечи, разводить их в стороны, опускать. Выполнять упражнения с предметами и без предметов.</p> <p>Упражнения для</p>			<p>бүйірлік қадаммен жүріңіз.</p> <p>Сөздік қоры: журу, әкел.</p> <p>Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен кимылдарды орындаңыз.</p> <p>Жалпы дамыту жаттығулары: Қол мен иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолдың бүйірлік позицияларында қолды алға қарай қысыңыз және ашыңыз, оларды айналдырыңыз,</p> <p>Қимылды ойын: «қыз қуу»</p> <p>Азқозғалмалы ойын: ««Асық ату»»</p> <p>11⁰⁵-11³⁰</p> <p>ҰҚ - Дене шынықтыру «Ақбота» тобы</p>
--	--	--	--	--	--

		<p>туловища Совершенствовать умение поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны (рывком и плавно). Наклоняться влево, вправо, вперед, откидываться назад. Стоя, ноги вместе (и врозь), наклоняться вперед, доставать пальцами носки ног, класть и поднимать предметы. Прокатывать вокруг себя мяч, сидя и стоя на коленях. Приподнимать одну ногу и перекладывать под ней предмет из одной руки в другую. Развивать умение приподнимать обе ноги над полом в упоре сидя; сгибать и выпрямлять, опускать их на пол. В упоре стоя на коленях, прогибать и выгибать спину, поочередно поднимать и опускать прямые ноги; одновременно сгибать и разгибать их.</p>			<p>Тақырыбы: «Кімнің допы ары қарай?» Міндеттері: Допта рды домалату қабілетін калыптастыру, заттар арасында бір-біріне құрсау. Сөздік қоры: Ұста, жина. Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен кимылдарды орындаңыз. Жалпы дамыту жаттығулары: Қолды алға, бүйірге, жоғары (бір мезгілде, кезекпен) көтеру, қолды позициялардан артқа қарай: қолды төмен, қолды белге көтеру қабілетін жетілдіру. Қолдарыңызды кеуденіңіздің алдына</p>
--	--	---	--	--	--

		<p>Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых вверх руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе.</p> <p>Подвижная игра: «оқтау тартыс»</p> <p>Малоподвижная игра: «Асық ату»</p> <p>ҰҚ - Дене шынықтыру 11⁰⁵-11³⁰</p> <p>«Ақбота» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Жылдамдоп»</p> <p>Міндеттері: Дөптарды екі қолмен және бір қолмен бастың артынан кедергілер арқылы лақтыру қабілетін дамыту (2 метр қашықтықтан)</p> <p>Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды</p>		<p>кою, оларды бастың артына қойып, иықтарыңызды түзетіп, оларды екі жаққа жайып, төмендету қабілетін дамыту. Заттармен және заттарсыз жаттығулар жасаңыз.</p> <p>Қимылды ойын: «кыз қуу»</p> <p>Азқозғалмалы ойын: ««Асық ату»</p> <p>11³⁵-12⁰⁰</p> <p>ОД - Физическая культура группа «Колосок»</p> <p>Тема: «Мяч кати»</p> <p>Задача: Формировать умение катать мячи, обручи друг другу между предметами.</p> <p>Словарный минимум: сапқа тұру.</p> <p>Ритмические упражнения: выпо лнять знакомые,</p>
--	--	---	--	---

		<p>орындаңыз. Сөздік қоры: журу, әкел. Жалпы дамыту жаттығулары: Қол және иық белдеуі жаттығулары Қолды алға, бүйірге, жоғары (бір мезгілде, кезекпен) көтеру, қолды позициядан артқа тарту қабілетін жетілдіру: қолды төмен, қолды белге, қолды кеудеге дейін созу; қолды алға – артқа сермеу; шынтакпен бүгілген қолдармен айналмалы қозғалыстар жасау. Қолдың бүйірлік позицияларын дамыту, қолды алға қарай қысу және босату, оларды айналдыру, саусақтарды бүгу және тарату, оларды созу. Қолдарыңызды кеудеңіздің алдына қойыңыз, оларды бастың артына қойып, иықтарыңызды түзетіңіз, оларды екі жаққа жайыңыз, төмен түсіріңіз. Заттармен</p>			<p>ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки. выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки. Общеразвивающие упражнения: Упражнения для туловища. Стоя ноги вместе (и врозь), наклоняться вперед, доставать пальцами носки ног, класть и поднимать предметы. Упражнения для ног. Приседать, держа руки на поясе, отводя руки в стороны, разводя их в стороны из положения вперед. Подвижная игра: «кызкуу» Малоподвижная</p>
--	--	--	--	--	---

		<p>және заттарсыз жаттығулар жасаңыз. Дене жаттығулары Қолды белбеуде ұстап, бүйірлерге бұрылу қабілетін жетілдіру, оларды бүйірлерге тарату (серпінді және тегіс). Солға, оңға, алға, артқа еңкейіңіз. Тұрып, аяқтар бірге (және бөлек), алға еңкейіп, саусақтарыңызбен шұлық алыңыз, заттарды қойыңыз.</p> <p>Қимылды ойын: «оқтау тартыс»»</p> <p>Аз қозғалмалы ойын: «қол күрес»</p> <p>11³⁵-12⁰⁰</p> <p>ОД - Физическая культура группа «Колосок»</p> <p>Тема: «Ловишки с мячом»</p> <p>Задача: Развивать умение перебрасывать мячи двумя руками и одной рукой из-за головы через препятствия (с расстояния 2 метра).</p>			игра: «Асық ату»
--	--	--	--	--	------------------

		<p>Словарный минимум: тыгыл, каш.</p> <p>Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки.</p> <p>Общеразвивающие упражнения: Упражнения для рук и плечевого пояса. В положениях руки в стороны, вперед сжимать и разжимать кисти, вращать их, сводить и разводить пальцы, вытягивать их. Упражнения для туловища. Прокатывать вокруг себя мяч, сидя и стоя на коленях. Упражнения для ног. Сгибать ногу в колене, выпрямлять вперед, снова сгибать и опускать.</p> <p>Подвижная игра: «кызкуу» Малоподвижная игра: «Асық ату»</p>			
Біртіндепкөтеру, сауықтырупроцедура	Ұйқыдан кейінгі сергіті.№ 18	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 18	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 18	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 18	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 18

лары	картотека (Физикалық белсенділік тідамыту) «Колосок» тобы	картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Балдырған» тобы	картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Бобек» тобы	картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Ручеек» тобы	картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Ақбота» тобы
Баланың жеке даму картасы бойынша балалармен жеке жұмыс.	Группа «Колосок» Игра: «Быстрый мяч» Задача: Учить метать предметы в горизонтальную цель (с расстояния 2-2,5 метра) правой и левой рукой. 1. Кабенек Полина 2. Қанат Мухаммедқали 3. Коваленко Роман 4. Коцегулова Айла 5. Манжула Александра	«Балдырған» тобы Ойын: «Мысық пен тышқандар» Міндеттері: 10 метрге дейінгі қашықтықта зағтардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу. 1. Жақсылық Әлихан 2. Жолдабек Нұрислам 3. Жолдабек Жасмин 4. Касен Алиша 5. Қасымбекова Азалия			«Ақбота» тобы Ойын: «Үнсіз жүр» Міндеттері: Заттар дан өту арқылы жүру; шектелген бетте бүйірлік кадаммен. 1. Мұхиден Даулет 2. Нұрмағамбет Нариман 3. Нұғыман Карим 4. Сивун Злата 5. Төлеген Айбике

30.12.2024ж
Тексерілді: Жеміс
Сабірова Ч.А.