

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

беру бөлімі: «Дән» бөбекжайы МКҚК

Жоспардың құрылу кезеңі: 05.05-09.05.2025ж.

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

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Уалиева А.С.

Күн тәртiбi	Дүйсенбi	Сейсенбi	Сәрсенбi	Бейсенбi	Жұма
	05.05.2025	06.05.2025	07.05.2025	08.05.2025	09.05.2025
Таңғы жаттығу	(Комплекс №36) (Дене белсенділігін дамыту) 08.30 -08.40 - «Колосок» «Балдырған» 08.40-08.50 - «Ручеек» «Ақбота» 08.50 -09.00 - «Бөбек»				
Білім беру ұйымының кестесі бойынша	Ұйымдастырылған іс-шараларды өткізу үшін атрибуттар, спорттық жабдықтар, түрлі материалдар, ашық ойындарға арналған маскалар жасау.	10 ⁰⁰ -10 ²⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Балдырған» тобы Тақырыбы: «Ғарышкерлер» Міндеттері: арқан бойымен жүру, тура жолмен, бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың, қырлы тақтайдың бойымен жүру. Сөздік қоры: сапқа туру. Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды		10 ⁰⁰ -10 ²⁰ ОД – Физическое воспитание группы «Ручеек» : «Не попадись» Задача: Ходить по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 см., высота 30-35 см.). Словарный минимум: тыгыл, каш. Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки. Общеразвивающие упражнения:	

		<p>орындаңыз. Жалпы дамыту жаттыгулары: Қол мен иық белдеуіне арналған жаттыгулар. Қолдың бүйірлік позицияларында қолды алға қарай қысыңыз және ашыңыз, оларды айналдырыңыз, саусақтарыңызды қысыңыз және жайыңыз, оларды созыңыз. Дене жаттыгулары. Отырғанда және тізерлеп отырғанда допты айналаңызға айналдырыңыз. Аяқ жаттыгулары. Аяғыңызды тізеңізге бүгіңіз, алға қарай түзетіңіз, қайтадан бүгіңіз және төмендетіңіз. Қимылды ойын: «Байга» Аз қозғалмалы ойын: «Такия тастама»</p> <p>10²⁵-10⁴⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Бөбек» тобы Тақырыбы: «Ғарышкерлер» Міндеттері: арқан бойымен жүру, тура</p>		<p>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: «кыз қуу» Малоподвижная игра: «Асық ату»</p> <p>10²⁰-10¹⁵ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Балдырған» тобы Тақырыбы: «Тышқан қақпаны» Міндеттері: Жүгіру әдетте, шұлықта, бағанда бір-бірден, сайттың бір жағынан екінші жағына. Сөздік қоры: журу, әкел</p>	
--	--	--	--	---	--

		<p>орындаңыз. Жалпы дамыту жаттыгулары: Қол мен иық белдеуіне арналған жаттыгулар. Қолдың бүйірлік позицияларында қолды алға қарай қысыңыз және ашыңыз, оларды айналдырыңыз, саусақтарыңызды қысыңыз және жайыңыз, оларды созыңыз. Дене жаттыгулары. Отырғанда және тізерлеп отырғанда допты айналаңызға айналдырыңыз. Аяқ жаттыгулары. Аяғыңызды тізеңізге бүгiңiз, алға қарай түзетiңiз, қайтадан бүгiңiз және төмендетiңiз. Қимылды ойын: «Байга» Аз қозғалмалы ойын: «Тақия тастама»</p> <p>10²⁵-10⁴⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Бөбек» тобы Тақырыбы: «Ғарышкерлер» Міндеттері: арқан бойымен жүру, тура</p>		<p>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: «Қыз қуу» Малоподвижная игра: «Асық ату»</p> <p>10²⁰-10¹⁵ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Балдырған» тобы Тақырыбы: «Тышқан қақпаны» Міндеттері: Жүгіру әдетте, шұлықта, бағанда бір-бірден, сайттың бір жағынан екінші жағына. Сөздік қоры: журу, әкел</p>	
--	--	--	--	---	--

		<p>жолмен, бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың, қырлы тақтайдың бойымен жүру.</p> <p>Сөздік қоры: сапка туру.</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, саусақтарыңызды қысыңыз және жайыңыз, оларды созыңыз.</p> <p>Дене жаттығулары. Отырғанда және тізерлеп отырғанда допты айналаңызға айналдырыңыз.</p> <p>Аяқ жаттығулары. Аяғыңызды тізеңізге бүгiнiз, алға қарай</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, саусақтарыңызды қысыңыз және жайыңыз, оларды созыңыз.</p> <p>Дене жаттығулары. Отырғанда және тізерлеп отырғанда допты айналаңызға айналдырыңыз.</p> <p>Аяқ жаттығулары. Аяғыңызды тізеңізге бүгiнiз, алға қарай түзетiнiз, қайтадан бүгiнiз және төмендетiнiз.</p> <p>Қимылды ойын: «Қыз қуу»</p> <p>Азқозғалмалы ойын: «Асық ату»</p>	
--	--	---	--	---	--

		<p>түзетіңіз, қайтадан бүгінгіз және төмендетіңіз. Қимылды ойын: «Байга» Азқозғалмалы ойын: «Тақия тастама»</p> <p>10⁴⁵-11⁰⁰ ОД – Физическое воспитание группы «Ручеек» Тема: «Мы весёлые ребята» Задача: Ходить по веревке, по бревну, боковым приставным шагом, сохраняя равновесие. Словарный минимум: сапқа туру. Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки. Общеразвивающие упражнения: Упражнения для рук и плечевого пояса Совершенствовать умение поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить</p>		<p>10⁴⁵-11⁰⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Бобек» тобы Тақырыбы: «Тауық қорасындағы түлкі» Міндеттері: 50 см биіктікке көтерілген арқанның астына көтеріліңіз.оң және сол жағымен Алға. Сөздік қоры: тығыл, қаш. 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. Қимылды ойын:</p>	
--	--	--	--	--	--

	<p>түзетіңіз, қайтадан бүгініз және төмендетіңіз. Қимылды ойын: «Байга» Азқозғалмалы ойын: «Тақия тастама»</p> <p>10⁴⁵-11⁰⁰ ОД – Физическое воспитание группы «Ручеек» Тема: «Мы весёлые ребята» Задача: Ходить по веревке, по бревну, боковым приставным шагом, сохраняя равновесие. Словарный минимум: сапқа туру. Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки. Общеразвивающие упражнения: Упражнения для рук и плечевого пояса. Совершенствовать умение поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить</p>		<p>10⁴⁵-11⁰⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Бөбек» тобы Тақырыбы: «Тауық қорасындағы түлкі» Міндеттері: 50 см биіктікке көтерілген арқанның астына көтеріліңіз. оң және сол жағымен Алға. Сөздік қоры: тығыл, қаш. 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. Қимылды ойын:</p>
--	--	--	---

		<p>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. 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: «Байга»</p> <p>Малоподвижная игра: «Тақия тастама»</p> <p>ҰҚ - Дене шынықтыру 11⁰⁵-11³⁰</p>		<p>қою, оларды бастың артына қойып, иықтарыңызды түзетіп, оларды екі жаққа жайып, төмендету қабілетін дамыту. Заттармен және заттарсыз жаттығулар жасаңыз.</p> <p>Қимылды ойын: «қыз қуу»</p> <p>Азқозғалмалы ойын: «Қол күрес»</p> <p>11³⁵-12⁰⁰</p> <p>ОД - Физическое воспитание группы «Колосок»</p> <p>Тема: «Десяточка»</p> <p>Задача: Совершенствовать умение прыгать на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой)</p> <p>Словарный минимум: ал,әкел.</p> <p>Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки.</p> <p>выполнять знакомые,</p>	
--	--	--	--	--	--

		<p>«Ақбота» тобы Тақырыбы: «Кім жақсы секіреді?» Міндеттері: Екі аяқпен орнында секіруді үйрету (10 секіру 2-3 рет серуендеумен ауысады); екі аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға жылжумен; оңға, солға, шеңберге бұрылумен. Сөздік қоры: секір, жүгір Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды 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;</p>		<p>рансе 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: «Кыз қуу» Малоподвижная игра: «Асық ату»</p>	
--	--	---	--	---	--

		<p>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 кеуденің алдына қойыңыз, оларды бастың артына қойып, иықтарыңызды түзетіңіз, оларды екі жаққа жайыңыз, төмен түсіріңіз. Заттармен 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: «Жолға секіріңіз»</p> <p>Аз қозғалмалы ойын: «Үнсіздік»</p>			
--	--	---	--	--	--

11³⁵-12⁰⁰

ОД - Физическое воспитание группы «Колосок»

Тема: «Кто лучше прыгнет?»

Задача: Учить прыгать на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой).

Словарный минимум:
тығыл, қаш.

Ритмические упражнения:
выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки.

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. <i>Подвижная игра:</i> «Байга» <i>Малоподвижная игра:</i> «Асық ату»			
Біртіндеп көтеру, сауықтыру процедуралары	Ұйқыдан кейінгі сергіті № «36» картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Колосок» тобы	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 36 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Балдырған» тобы		Ұйқыдан кейінгі сергіті № 36 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Ручеек» тобы	
Баланың жеке даму картасы бойынша балалармен жеке жұмыс.	Группа «Колосок» Игра: Кто лучше прыгнет? Задача: Учить прыгать на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой). 1. Айтбай Абдурахман. 2. Айтжан Амина 3. Амантай Мухаммедсабыр 4. Гезгу Эниса 5. Дәурен Асанали	«Балдырған» тобы Ойын: «Ұстамаңыз» Міндеттері: Көлбеу тақтада жоғары және төмен жүріңіз (ені 2 см, биіктігі 30-35 см.). 1. Айсина Адия 2. Абан Алтынай 3. Амантай Жасмин 4. Абзал Әлімұса 5. Базарбекова Дария		Группа «Ручеек» Игра: «Не попадись» Задача: Ходить по наклонной доске вверх и вниз (ширина 2 см., высота 30-35 см.). 1. Авраменко София 2. Аликеев Максим 3. Ахматдинов Дамир 4. Гаркуша Тимур 5. Бабакова Милана	

05.05.2025 ж.
Тексерісі: Дина
Сабенова З.