

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

№ 30

Білім беру бөлімі: «Дән» бөбекжайы МКҚК
 Жоспардың құрылу кезеңі: 24.03-28.03.2025ж.
 «Ручеек», «Ақбота», «Балдырған», «Колосок», «Бөбек» әр түрлі жастағы топтар
 Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Уалиева А.С.

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	24.03.2025	25.03.2025	26.03.2025	27.03.2025	28.03.2025
Таңғы жаттығу	(Комплекс №30) (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.	10⁰⁰-10²⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Балдырған» тобы Тақырыбы: «Бақалар» Міндеттері: бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Сөздік қоры: сапқа туру. Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз.	10⁰⁰-10¹⁵ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Бөбек» тобы Тақырыбы: «Кімнің допы ары қарай?» Міндеттері: Заттарды оң және сол қолымен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық) Сөздік қоры: журу, доп Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз. Жалпы дамыту жаттығулары: Қол мен иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды жоғары, Алға, бүйірге	10⁰⁰-10²⁰ ОД - Физическое воспитание группы «Ручеек» Тема: «Лягушки» Задача: Прыгать на месте на 2-х ногах, с продвижением вперед на расстоянии 2-3 м. Словарный минимум: жет, қуып, секіру. Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки. Общеразвивающие	Құжаттама бойынша жұмыс, циклограмма жасау.

		<p>Жалпы дамыту жаттыгулары: 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. Отырғанда және тізерлеп отырғанда допты айналаңызға айналдырыңыз. Аяқ жаттығулары. Аяғыңызды тізеңізге бүгіңіз, алға қарай түзетіңіз, қайтадан бүгіңіз және төмендетіңіз.</p> <p>Қимылды ойын: «қыз куу»</p> <p>Аз қозғалмалы ойын: «қол күрес»</p> <p>10²⁵-10⁴⁰</p> <p>ҰҚ – Дене тәрбиесі «Бөбек» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Бақалар»</p> <p>Міндеттері: Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып,</p>	<p>көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен). Аяқ жаттығулары. Шұлыққа көтеріліп, аяғыңызды алға, артқа, бүйірге қойыңыз.</p> <p>Қимылды ойын: «қыз куу»</p> <p>Аз қозғалмалы ойын: «Асық ату»</p> <p>10²⁰-10³⁵</p> <p>ОД - Физическое воспитание группы «Ручеек»</p> <p>Тема: «Проползи – не задень»</p> <p>Задача: Ползть между предметами, вокруг них.</p> <p>Словарный минимум: жет, қуып</p> <p>Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки.</p> <p>Общеразвивающие упражнения: упражнения для рук и плечевого пояса. Поднимать и опускать руки вверх, вперед, в стороны (вместе или поочередно). Упражнения для туловища. Передавать</p>	<p>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: «қыз куу»</p> <p>Малоподвижная игра: «Асық ату»</p> <p>10²⁰-10¹⁵</p> <p>ҰҚ - Дене тәрбиесі «Балдырған» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Тұзаққа түскен доп»</p> <p>Міндеттері: заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату.</p> <p>Сөздік қоры: доп, әкел.</p> <p>Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген</p>	
--	--	--	---	---	--

		<p>томендетіңіз. Қимылды ойын: «көкпар» Азқозғалмалы ойын: «қол күрес»</p> <p>10⁴⁵-11⁰⁰ ОД - Физическое воспитание группы «Ручеек» Тема: «Веселый мяч» Задача: Бросать предметы на дальность правой и левой рукой (на расстоянии 2,5-5 м.). минимум: доп,әкел Ритмичес кие 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 руки за спину из положений: руки вниз, руки на пояс, руки перед грудью; размахивать руками вперед – назад;</p>	<p>нық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды жоғары, Алға, бүйірге көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен). Аяқ жаттығулары. Шұлыққа көтеріліп, аяғыңызды алға, артқа, бүйірге қойыңыз. Подвижная игра: «оқтау тартыс» Малоподвижная игра: «қол күрес»</p> <p>11⁰⁵-11³⁰ ОД - Физическое воспитание группы «Колосок» Тема: «Веселый мяч» Задача: Развивать умение метать предметы на дальность (не менее 3,5-6,5 метра). Словарный минимум: доп, жүгір. Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки. Общеразвивающие упражнения: Упражнения для рук и плечевого пояса. Поднимать и опускать руки вверх, вперед, в</p>	<p>кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолымен тік нысанға. (нысанға биіктігі -1,2 метр) лақтыру. Сөздік қоры: доп,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 ашыңыз, оларды айналдырыңыз, саусақтарыңызды қысыңыз және жайыңыз, оларды созыңыз. Қимылды ойын: «оқтау тартыс» Азқозғалмалы ойын: «қол күрес»</p> <p>11⁰⁵-11³⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Ақбота» тобы Тақырыбы: «Үнсіз жүр»</p>	
--	--	--	---	---	--

		<p>кұрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру.</p> <p>Сөздік қоры: сапқа туру.</p> <p>Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды 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. Аяқ жаттығулары. Аяғыңызды тізеңізге бүгіңіз, алға қарай түзетіңіз, қайтадан бүгіңіз және</p>	<p>мяч друг другу над головой (назад и вперед), с поворотом в стороны (вправо - влево).</p> <p>Упражнения для ног. Подниматься на носки, выставлять ногу вперед, назад, в сторону.</p> <p>Подвижная игра: «қыз қуу»</p> <p>Малоподвижная игра: «қол күрес»</p> <p>10⁴⁰-11⁰⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Балдырған» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Қиын ауысу».</p> <p>Міндеттері: сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру, сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен жүру.</p> <p>Сөздік қоры: журу, әкел.</p> <p>Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз.</p> <p>Жалпы дамыту жаттығулары: Қол мен</p>	<p>жаттығулар мен қимылдарды 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. Аяқ жаттығулары. Аяғыңызды тізеңізге бүгіңіз, алға қарай түзетіңіз, қайтадан бүгіңіз және төмендетіңіз.</p> <p>Қимылды ойын: «қыз қуу»</p> <p>Азқозғалмалы ойын: «Асық ату»</p> <p>10⁴⁵-11⁰⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Бөбек» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Ең епті»</p> <p>Міндеттері: допты</p>	
--	--	---	--	---	--

	<p>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: «көкпар»</p> <p>Малоподвижная игра: «Асық ату»</p> <p>ҰҚ - Дене тәрбиесі 11⁰⁵-11³⁰ «Ақбота» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Допты жүргізушіге»</p> <p>Міндеттері: Допты екі қолмен жоғары лақтыру, жоғары лақтыру және еденнен секіргеннен</p>	<p>немесе кезекпен). Аяқ жаттығулары. Шұлыққа көтеріліп, аяғыңызды алға, артқа, бүйірге қойыңыз.</p> <p>Қимылды ойын: «көкпар»</p> <p>Азқозғалмалы ойын: «Асық ату»</p>	<p>«кол күрес»</p> <p>11³⁵-12⁰⁰</p> <p>ОД - Физическое воспитание группы «Колосок»</p> <p>Тема: «Воробушик и кот»</p> <p>Задача: Обучать умению прыгать вверх с места с касанием предмета, подвешенного выше поднятых рук ребенка, в длину с места, через 4-5 линий (расстояние между линиями 40-50 сантиметров).</p> <p>Словарный минимум: доп.</p> <p>Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки.</p> <p>выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки.</p> <p>Общеразвивающие упражнения:</p>	
--	--	---	---	--

		<p>выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Развивать умение положений руки в стороны, вперед сжимать и разжимать кисти, вращать их, сводить и разводите пальцы, вытягивать их. Ставить руки перед грудью, закладывать их за голову и распрямлять плечи, разводите их в стороны, опускать. Выполнять упражнения с предметами и без предметов. Упражнения для туловища</p> <p>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</p>	<p>сторону (вместе или поочередно). Упражнения для ног. Подниматься на носки, выставлять ногу вперед, назад, в сторону.</p> <p>Подвижная игра: «көкпар»</p> <p>Малоподвижная игра: «Асық ату»</p> <p>11³⁵-12⁰⁰</p> <p>ҰҚ - Дене тәрбиесі «Ақбота» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Оқудағы өрт сөндірушілер»</p> <p>Міндеттері: Биіктігі 40 сантиметр сымның астына қолыңызбен еденге, бүйірге тигізбестен көтерілу, доғаның астына көтерілу (биіктігі 50 сантиметр).</p> <p>Сөздік қоры: жүгір.</p> <p>Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз.</p> <p>Жалпы дамыту жаттығулары: Қол мен иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды жоғары, Алға, бүйірге көтеру және түсіру (бірге</p>	<p>Міндеттері: Заттардан өту арқылы жүру: шектелген бетте бүйірлік қадаммен.</p> <p>Сөздік қоры: Ұста, жина.</p> <p>Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз.</p> <p>Жалпы дамыту жаттығулары: Қолды алға, бүйірге, жоғары (бір мезгілде, кезекпен) көтеру, қолды позициялардан артқа қарай: қолды төмен, қолды белге көтеру қабілетін жетілдіру. Қолдарыңызды кеудеңіздің алдына қою, оларды бастың артына қойып, иықтарыңызды түзетіп, оларды екі жаққа жайып, төмендету қабілетін дамыту. Заттармен және заттарсыз жаттығулар жасаңыз.</p> <p>Қимылды ойын: «көкпар»</p> <p>Азқозғалмалы ойын:</p>	
--	--	--	--	--	--

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.

Қимылды ойын: «оқтау тартыс»

Аз қозғалмалы ойын:
«Үнсіздік»

11³⁵-12⁰⁰

ОД - Физическое воспитание группы «Колосок»

Тема:

Задача:

Словарный минимум:

тығыл, қаш.

Ритмические упражнения:

выполнять знакомые,

		<p>кейін екі қолмен ұстау (4-5 рет) Сөздік қоры: доп, әкел 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; шынтақпен бүгілген қолдармен айналмалы қозғалыстар жасау. Қолдың бүйірлік позицияларын дамыту, қолды алға қарай қысу және босату, оларды айналдыру, саусақтарды бүгу және тарату, оларды созу. Қолдарыңызды кеуденіздің алдына</p>		<p>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: «оқтау тартыс» Малоподвижная игра: «Асық ату»</p>	
--	--	--	--	---	--

		<p>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.</p> <p>Упражнения для туловища. Прокатывать вокруг себя мяч, сидя и стоя на коленях.</p> <p>Упражнения для ног. Сгибать ногу в колене, выпрямлять вперед, снова сгибать и опускать.</p> <p>Подвижная игра: «октау тартыс»</p> <p>Малоподвижная игра: «қол курес»</p>			
Біртіндеп көтеру, сауықтыру процедуралары	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 30 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Колосок» тобы	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 30 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Балдырған» тобы	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 30 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Бөбек» тобы	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 30 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Ручеек» тобы	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 30 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Ақбота» тобы
Баланың жеке даму картасы	Группа «Колосок» Игра: «Веселый мяч» Задача: Развивать умение	«Балдырған» тобы Ойын: «Қиын ауысу». Міндеттері:	«Бөбек» тобы Ойын: «Қиын ауысу». Міндеттері:	Группа «Ручеек» Игра: «Веселый мяч» Задача: Бросать	«Ақбота» тобы Ойын: «Үнсіз жүр»

<p>бойынша балалармен жеке жұмыс.</p>	<p>метать предметы на дальность (не менее 3,5-6,5 метра).</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Дуварова Дарья 2.Дуварова Мария 3.Жамбылова Инжу 4.Исрафилова Сафи 5.Кабдрашева Азалия 	<p>сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру, сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен жүру.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Балябин Максим 2.Базарбек Алихан 3.Гараев Алан 4.Ғабиден Дінмұхаммед 5.Дмитриева Афина 	<p>сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру, сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен жүру.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Досанов Ислам 2.Ержан Батыр 3.Есен Бекзат 4.Жакупбекова Айша 5.Жұматай Шах-Керім 	<p>предметы на дальность правой и левой рукой (на расстоянии 2,5-5 м.).</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Бубенко Семён 2.Германчук Богдан 3.Дуваров Илья 4.Драгомерецкий Адлан 5.Кабенок Мирон 	<p>Міндеттері: Заттардан өту арқылы жүру; шектелген бетте бүйірлік кадаммен.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Дмитриев Елизар 2.Жанайдар Аружан 3.Есет Дінмұхаммед 4.Нұғыман Карим 5.Манжула Ксения
--	--	---	---	---	---

24.05.2025 те
Тексерілісі: Аида
Сабенова У