

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

№ 16

Білім беру бөлімі: «Дән» бөбекжайы МКҚК

Жоспардың құрылу кезеңі: 21.12-25.12.2025ж.

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

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Уалиева А.С.

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	15.12.2025	16.12.2025	17.12.2025	18.12.2025	19.12.2025
Таңғы жаттығу	(Комплекс №16) (Дене белсенділігін дамыту) 08.30 -08.40 - «Колосок» «Балдырған» 08.40-08.50 - «Ручеек» «Қарлығаш» 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 - Ден тәрбиесі «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Тақырыбы: «Мысық пен тышқандар» Міндеттері: 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу. Сөздік қоры: жет, қуып Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен	10⁰⁰-10²⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Тақырыбы: «Жеткізу-құлату емес». Міндеттері: Жаттығу сызықтар арасында жүру (қашықтық 15 сантиметр), сызық, арқан, тақта, гимнастикалық орындық, бөрене (заттарды жылжытумен, басындағы	Құжаттама бойынша жұмыс, циклограмма жасау.

			<p>кимылдарды орындаңыз. Жалпы дамыту жаттыгулары: Кол мен иык белдеуіне арналған жаттыгулар. Колды жоғары, Алға, бүйірге көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен). Аяқ жаттыгулары. Шұлькка көтеріліп, аяғыңызды алға, артқа, бүйірге қойыңыз. Подвижная игра: «октау тартыс» Малоподвижная игра: «Асық ату»</p> <p>10²⁵-10⁴⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Бөбек» тобы Тақырыбы: «Мысық пен тышқандар» Міндеттері: 10 метрге дейінгі кашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тактай бойымен төрттағандап еңбектеу. Сөздік қоры: жет, қуып Ритмикалық жаттыгулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс.</p>	<p>дорбамен, колдарымен бүйірлеріне бұрылу). Сөздік қоры: Ұста, жина. Ритмикалық жаттыгулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттыгулар мен кимылдарды орындаңыз. Жалпы дамыту жаттыгулары: Колды алға, бүйірге, жоғары (бір мезгілде, кезекпен) көтеру, колды позициялардан артқа қарай: колды төмен, колды белге көтеру қабілетін жетілдіру. Колдарыңызды кеуденіздің алдына қою, оларды бастың артына қойып, иықтарыңызды түзетіп, оларды екі жаққа жайып, төмендету қабілетін дамыту. Заттармен</p>	
--	--	--	---	--	--

			<p>игры)</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 мяч друг другу над головой (назад и вперед), с поворотом в стороны (вправо - влево). Упражнения для ног. Подниматься на носки, выставлять ногу вперед, назад, в сторону.</p> <p>Подвижная игра: «кокпар»</p> <p>Малоподвижная игра: «Асык ату»</p> <p>11¹⁰-11³⁵</p> <p>ҮҚ - Дене тәрбиесі</p>	<p>мен иык 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 айналыңызға айналдырыңыз. Лаяқ жаттығулары. Лаяғыңызды тізеніңізге бүгініз, алға қарай түзетіңіз, қайтадан бүгініз және төмендетіңіз.</p> <p>Қимылды ойын: «Көкпар»</p> <p>Азқозғалмалы ойын: «Асық ату»</p> <p>10⁴⁵-11⁰⁵</p> <p>ОД - Физическое воспитание группы «Ручеек»</p>
--	--	--	--	--

			<p>бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз.</p> <p>Жалпы дамыту жаттығулары: Қол мен нық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды жоғары, Алға, бүйірге көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен). Аяқ жаттығулары. Шұлыққа көтеріліп, аяғыңызды алға, артқа, бүйірге қойыңыз.</p> <p>Подвижная игра: «оқтау тартыс»</p> <p>Малоподвижная игра: «Асық ату»</p> <p>10⁴⁵-11⁰⁵</p> <p>ОД - Физическое воспитание группы «Ручеек»</p> <p>Тема: Проползи – не задень»</p> <p>Задача: Ползать между предметами, вокруг них.</p> <p>Словарный минимум: жет, қуып.</p> <p>Программа «Тілге бойлау» (учить понимать и выполнять инструкции, правила</p>	<p>және заттарыңыз жаттығулар жасаңыз.</p> <p>Қимылды ойын: «оқтау тартыс»</p> <p>Азқозғалмалы ойын: ««Асық ату»</p> <p>10²⁵-10⁴⁰</p> <p>ҰҚ - Дене тәрбиесі «Бобек» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Сырғанау-артқы емес»</p> <p>Міндеттері: 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу.</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</p>	
--	--	--	---	---	--

			<p>«Балдырған» тобы Тақырыбы: «Жылдам доп» Міндеттері: Заттарды көлденең нысанаға (2-2,5 метр кашықтықта) оң және сол қолмен лактыруды үйрету. Сөздік қоры: секір, жүгір Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен кимылдарды орындаңыз. Жалпы дамыту жаттығулары: Қол мен иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды жоғары, Алға, бүйірге көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен). Аяқ жаттығулары. Шұлыққа көтеріліп, аяғыңызды алға, артқа, бүйірге қойыңыз. Подвижная игра: «октау тартыс» Малоподвижная игра: «қол күрес»</p>	<p>Тема: «Веселый мяч» Заача: Бросать предметы на дальность правой и левой рукой (на расстоянии 2,5-5 м.). Словарный минимум: жет, қуып Программа «Тілге бойлау» (учить понимать и выполнять инструкции, правила игры) Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки. Общеразвивающие упражнения: Совершенствовать умение поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за</p>	
--	--	--	--	--	--

			<p>11³⁵-12⁰⁰ ОД - Физическое воспитание группы «Колосок» Тема: «Быстрый мяч» Задача: Учить метать предметы в горизонтальную цель (с расстояния 2-2,5 метра) правой и левой рукой; Словарный минимум: секір, жүгір. Программа «Тілге бойлау» (понимать и выполнять указания физ инструктора на казахском языке при проведении подвижных игр, национальных игр, спортивных упражнений) 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>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: «көкпар» Малоподвижная игра: «кол күрес»</p> <p>11¹⁰-11³⁵ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Балдырған» тобы Тақырыбы: «Жеткізу-құлату емес». Міндеттері: Жаттығу сызықтар арасында жүру (қашықтық 15 сантиметр), сызық, арқан, такта, гимнастикалық орындық, бөрене</p>
--	--	--	---	--

				<p>жаққа жайып, төмендегу қабілетін дамыту. Заттармен және заттарсыз жаттығулар жасанъыз.</p> <p>Қимылды ойын: «октау тартыс» Азқозғалмалы ойын: ««Асық ату»»</p> <p>11³⁵-12⁰⁰ ОД - Физическое воспитание группы «Колосок» Тема: «Донеси — не урони. Задача: Упражнять ходить между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием предметов, повороты с мешочком на голове, руки в стороны). Словарный минимум: сапқа түру.</p>	
--	--	--	--	--	--

			<p>стороны (вместе или поочередно). Упражнения для ног. Подниматься на носки, выставлять ногу вперед, назад, в сторону. Подвижная игра: «қыз куу» Малоподвижная игра: «қол күрес»</p>	<p>(заттарды жылжытумен, басындағы дорбамен, қолдарымен бүйірлеріне бұрылу). 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 қою, оларды бастың артына қойып, иықтарыңызды түзетіп, оларды екі</p>	
--	--	--	---	---	--

				<p>Программа «Тілге бойлау» (понимать и выполнять указания физ инструктора на казахском языке при проведении подвижных игр, национальных игр, спортивных упражнений) Ритмические упражнения: выполнять знакомые, 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.</p>	
--	--	--	--	---	--

				<p>доставать пальцами носки ног, класть и поднимать предметы.</p> <p>Упражнения для ног. Присесть, держа руки на поясе, отводя руки в стороны, разводя их в стороны из положения вперед.</p> <p>Подвижная игра: «кыз куу»</p> <p>Малоподвижная игра: «Асык ату»</p>	
Біртіндеп көтеру, сауықтыру процедуралары	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 16 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Қарлығаш» тобы		Ұйқыдан кейінгі сергіті № 16 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Ручеек» тобы	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 16 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Балдырған» тобы	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 16 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Колосок» тобы
Баланың жеке даму картасы бойынша балалармен жеке жұмыс.	<p>«Қарлығаш» тобы</p> <p>Ойын: «Мысық пен тышқандар»</p> <p>Міндеттері: 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тактай бойымен төрттағандап еңбектеу.</p>		<p>Группа «Ручеек»</p> <p>Игра: «Через болото»</p> <p>Задача: Ходить по веревке, по бревну, боковым приставным шагом, сохраняя равновесие.</p> <p>1. Мещенко Егор</p> <p>2. Никоноров Демид</p>	<p>«Балдырған» тобы</p> <p>Ойын: «Жылдам доп»</p> <p>Міндеттері: Доптарды екі қолмен және бір қолмен бастың артынан кедергілер арқылы лақтыру қабілетін</p>	<p>Группа «Колосок»</p> <p>Игра: «Быстрый мяч»</p> <p>Задача: Учить метать предметы в горизонтальную цель (с расстояния 2-2,5 метра) правой и левой рукой.</p>

	1. Жетпыспай Алинұр 2. Қанат Мergen 3. Қайрат Муслим 4. Қайырболат Айсултан 5. Құрманбай Баймұрат		3. Омаров Рауан 4. Олар Богдан 5. Панов Артур	дамыту (2 метр кашықтыктан)	
--	---	--	---	--------------------------------	--

15.12.2025 м.
Тексерілісі: Жаңад
Сабенова З.А.