

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

№ 3

Білім беру бөлімі: «Дән» бөбекжайы МКҚК

Жоспардың құрылу кезеңі: 15.09-19.09.2025ж.

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

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Уалиева А.С.

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығу	I (Комплексе №3) (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.	$10^{00}-10^{20}$ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: «Біз көңілді жігіттеріміз» Міндеттері: Әдетте, шұлықпен, бір-бірден, екіден (жүппен) жүріңіз. Сөздік қоры: сапқа туру. Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз. Жалпы дамыту	$10^{00}-10^{20}$ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Қарлығаш» тобы 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	$10^{00}-10^{20}$ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: Тақырыбы: «Жеткізу-құлағу емес». Міндеттері: Жаттығу сызықтар арасында жүру (қашықтық 15 сантиметр), сызық, арқан, тақта, гимнастикалық орындық, бөрене (заттарды жылжытумен, басындағы	Құжаттама бойынша жұмыс, циклограмма жасау.

жасаттыгулары: 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.

Қимылды ойын: «Қыз куу»

Аз қозғалмалы ойын: «Асық ату»

$10^{25}-10^{40}$

ҰҚ - Дене шынықтыру

«Бөбек» тобы

Тақырыбы: «Біз көңілді жігіттеріміз»

қимылдарды орындаңыз.

Жалпы дамыту

жасаттыгулары: 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: «оқтау тартыс»

Малоподвижная игра: «Асық ату»

$10^{25}-10^{40}$

ҰҚ - Дене тәрбиесі

«Бөбек» тобы

Тақырыбы: «Мысық пен тышқандар»

Міндеттері: 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу.

Сөздік қоры: жет, қуыш

Ритмикалық жасаттыгулар:

музыканың сүйемелдеуімен таныс,

дорбамен, қолдарымен бүйірлеріне бұрылу).

Сөздік қоры: Ұста, жина.

Ритмикалық жасаттыгулар:

музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз.

Жалпы дамыту жасаттыгулары:

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 жаққа жайып, төмендету қабілетін дамыту. Заттармен

		<p>Міндеттері: Әдетте, шұлықпен, бір-бірден, екіден (жүппен) жүріңіз. 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. Отырғанда және тізерлеп отырғанда допты айналаңызға айналдырыңыз. Аяқ жаттығулары. Аяғыңызды тізеңізге</p>	<p>бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды 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: «оқтау тартыс» Малоподвижная игра: «Асық ату»</p> <p>10⁴⁵-11⁰⁵ ОД - Физическое воспитание группы «Ручеек» Тема: Проползи – не задень» Задача: Ползать между предметами, вокруг них. Словарный минимум: жет, қуып. Программа «Тілге бойлау» (учить понимать и выполнять инструкции, правила</p>	<p>және заттарсыз жаттығулар жасаңыз. Қимылды ойын: «оқтау тартыс» Азқозғалмалы ойын: ««Асық ату»</p> <p>10²⁵-10⁴⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Бөбек» тобы Тақырыбы: «Сырғанау-артқы емес» Міндеттері: 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу. Сөздік қоры: журу, әкел. Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз. Жалпы дамыту жаттығулары: Қол</p>	
--	--	---	---	--	--

		<p>бүгiнiз, алға қарай түзетiнiз, қайтадан бүгiнiз және төмендетiнiз. Қимылды ойын: «қыз куу» Аз қозғалмалы ойын: «Асық ату»</p> <p>10⁴⁵-11⁰⁵ ОД - Физическая культура группа «Ручеек» Тема: «Мы весёлые ребята» Задача: Ходьба. Ходить обычно, на носках, по одному, по два (парами). Словарный минимум: сапка туру. Программа «Тiлге бойлау» (учить понимать и выполнять инструкции, правила игры) Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки. Общеразвивающие</p>	<p>игры)</p> <p>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 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. Подвижная игра: «көкпар» Малоподвижная игра: «Асық ату»</p> <p>11¹⁰-11³⁵ ҰҚ - Дене тәрбиесі</p>	<p>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 бүгiнiз, алға қарай түзетiнiз, қайтадан бүгiнiз және төмендетiнiз. Қимылды ойын: көкпар» Азқозғалмалы ойын: «Асық ату»</p> <p>10⁴⁵-11⁰⁵ ОД - Физическое воспитание группы «Ручеек»</p>	
--	--	--	--	--	--

		<p>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; 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. Упражнения для туловища</p>	<p>«Балдырған» тобы Тақырыбы: «Жылдам доп» Міндеттері: Заттарды көлденең нысанаға (2-2,5 метр қашықтықта) он және сол қолмен лактыруды үйрету. Сөздік қоры: секір, жүгір Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды 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 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>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. Поворачиваться со</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 (кашықтық 15 сантиметр), сызық, арқан, тақта, гимнастикалық орындық, бөрене</p>	
--	--	--	---	--	--

		<p>спины на живот, держа в вытянутых вверх руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе.</p> <p><i>Подвижная игра:</i> «Кыз куу»</p> <p><i>Малоподвижная игра:</i> «Асық ату»</p> <p>11¹⁰-11³⁵ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Балдырған» тобы <i>Тақырыбы:</i> «Батпақ арқылы» <i>Міндеттері:</i> Сызықтар арасында жүру (қашықтық 15 сантиметр), сызық, арқан, тақта, гимнастикалық орындық. <i>Ритмикалық жаттығулар:</i> музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз. <i>Сөздік қоры:</i> журу, әкел. <i>Жалпы дамыту</i></p>	<p>стороны (вместе или поочередно). Упражнения для ног. Подниматься на носки, выставлять ногу вперед, назад, в сторону. <i>Подвижная игра:</i> «Кыз куу» <i>Малоподвижная игра:</i> «қол күрес»</p>	<p>(заттарды жылжытумен, басындағы дорбамен, қолдарымен бүйірлеріне бұрылу). <i>Сөздік қоры:</i> Ұста, жина. <i>Ритмикалық жаттығулар:</i> музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз. <i>Жалпы дамыту жаттығулары:</i> 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>жаттығулары: Қол және нық 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 кеуденің алдына қойыңыз, оларды бастың артына қойып, иықтарыңызды түзетіңіз, оларды екі жаққа жайыңыз, төмен түсіріңіз. Заттармен және заттарсыз жаттығулар жасаңыз. Дене жаттығулары</p>		<p>жаққа жайып, төмендету қабілетін дамыту. Заттармен және заттарсыз жаттығулар жасаңыз. Қимылды ойын: «оқтау 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 тұру.</p>	
--	--	--	--	--	--

		<p>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> <p>11³⁵-12⁰⁰</p> <p>ОД – Физическое воспитание группы «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> <p>Словарный минимум: тығыл, қаш.</p> <p>Программа «Тілге</p>		<p>Программа «Тілге бойлау» (понимать и выполнять указания физинструктора на казахском языке при проведении подвижных игр, национальных игр, спортивных упражнений)</p> <p>Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки. выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки.</p> <p>Общеразвивающие упражнения: Упражнения для туловища. Стоя ноги вместе (и врозь), наклоняться вперед,</p>	
--	--	--	--	---	--

		<p>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. 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,</p>		<p>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 куу» Малоподвижная игра: «Асық ату»</p>	
--	--	--	--	---	--

		снова сгибать и опускать. <i>Подвижная игра:</i> «Кыз куу» <i>Малоподвижная игра:</i> «Асық ату»			
Біртіндеп көтеру, сауықтыру процедуралары	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 3 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Қарлығаш» тобы	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 3 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Бөбек» тобы	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 3 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Ручеек» тобы	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 3 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Балдырған» тобы	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 3 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Колосок» тобы
Баланың жеке даму картасы бойынша балалармен жеке жұмыс.	Қарлығаш» тобы Ойын: «Мысық пен тышқандар» Міндеттері: 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу. 1. Жетпыспай Алинұр 2. Қанат Мерген 3. Қайрат Муслим 4. Қайырболат Айсултан 5. Құрманбай Баймұрат	«Бөбек» тобы Ойын: «Сырғанау-артқы емес» Міндеттері: 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу. 1. Закревская Лиана 2. Кабиева Амина 3. Курманбаев Нияр 4. Қанат Дарын 5. Слипченко Макар	Группа «Ручеек» Игра: «Через болото» Задача: Ходить по веревке, по бревну, боковым приставным шагом, сохраняя равновесие. 1. Мещенко Егор 2. Никоноров Демид 3. Омаров Рауан 4. Олар Богдан 5. Панов Артур	«Балдырған» тобы Ойын: «Жылдам доп» Міндеттері: Доптарды екі қолмен және бір қолмен бастың артынан кедергілер арқылы лақтыру қабілетін дамыту (2 метр қашықтықтан)	Группа «Колосок» Игра: «Быстрый мяч» Задача: Учить метать предметы в горизонтальную цель (с расстояния 2-2,5 метра) правой и левой рукой.

*15.09.2025 не
Тексерілері: Жукова
Сабенова С.А.*