

**Балалардың өмірі мен тәрбиесі бөлімінің циклограммасы
Циклограмма планирования организации жизни и воспитания детей8**

№8

Білім беру бөлімі: «Дән» бөбекжайы МКҚК
Жоспардың құрылу кезеңі: 20.10-24.10.2025ж.
«Ручеек», «Қарлығаш», «Балдырған», «Колосок», «Бөбек» әр түрлі жастағы топтар
Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Уалиева А.С.

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	20.10.2025	21.10.2025	22.10.2025	23.10.2025	24.10.2025
Таңғы жаттығу	(Комплекс №8) (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	<p>Ұйымдастырылған іс-шараларды өткізу үшін атрибуттар, спорттық жабдықтар, түрлі материалдар, ашық ойындарға арналған маскалар жасау.</p>	<p>10⁰⁰-10²⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Қарлығаш» 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</p>	<p>10⁰⁰-10²⁰ ҰҚ - Ден тәрбиесі «Қарлығаш» 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</p>	<p>10⁰⁰-10²⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Қарлығаш» тобы Тақырыбы: «Тұзаққа түскен доп» Міндеттері: заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату. Сөздік қоры: доп, әкел. Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен</p>	<p>Құжаттама бойынша жұмыс, циклограмма жасау.</p>

		<p>кимылдарды орындаңыз.</p> <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.</p> <p>Дене жаттығулары. Отырғанда және тізерлеп отырғанда допты айналаңызға айналдырыңыз. Аяқ жаттығулары. Аяғыңызды тізеңізге бүгiнiз, алға қарай түзетiнiз, қайтадан бүгiнiз және төмендетiнiз.</p> <p>Қимылды ойын: «Қыз қуу»</p> <p>Аз қозғалмалы ойын: «Қол күрес»</p> <p>10²⁵-10⁴⁰ ҰҚ - Дене шынықтыру</p>	<p>жаттығулар. Қолды жоғары, Алға, бүйірге көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен). Аяқ жаттығулары. Шұлыққа көтеріліп, аяғыңызды алға, артқа, бүйірге қойыңыз.</p> <p>Қимылды ойын: «Қыз қуу»</p> <p>Аз қозғалмалы ойын: «Асық ату»</p> <p>10²⁵-10⁴⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Бөбек» тобы Тақырыбы: «Қиын ауысу».</p> <p>Міндеттері: сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру, сызықтардың, арқанның, тактайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен жүру.</p> <p>Сөздік қоры: жүру, әкел.</p> <p>Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен</p>	<p>кимылдарды орындаңыз.</p> <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.</p> <p>Дене жаттығулары. Отырғанда және тізерлеп отырғанда допты айналаңызға айналдырыңыз. 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>«Бобек» тобы Тақырыбы: «Бақалар» Міндеттері: Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып, құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру. Сөздік қоры: сапка 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.</p>	<p>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. Қимылды ойын: «оқтау тартыс» Азқозғалмалы ойын «қол күрес» 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 выполнять инструкции на казахском языке, во время утренней гимнастики, физминуток.</p>	<p>10²⁵-10⁴⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Бобек» тобы Тақырыбы: «Ең епті» Міндеттері: допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен 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</p>	
--	--	---	--	---	--

		<p>Дене жаттығулары. Отырғанда және тізерлеп отырғанда допты айналаңызға айналдырыңыз. Аяқ жаттығулары. Аяғыңызды тізенізге бүгіңіз, алға қарай түзетіңіз, қайтадан бүгіңіз және төмендетіңіз.</p> <p>Қимылды ойын: «көкпар»</p> <p>Азқозғалмалы ойын: «қол күрес»</p> <p>10⁴⁵-11⁰⁵ ОД - Физическая культура группа «Ручеек» Тема: «Веселый мяч» Задача: Бросать предметы на дальность правой и левой рукой (на расстоянии 2,5-5 м.). минимум: доп, әкел Программа «Тілге бойлау» (учить выполнять инструкции на казахском языке, во время утренней гимнастики,</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: «қыз қуу»</p> <p>Малоподвижная игра: «қол күрес»</p> <p>11¹⁰-11³⁵ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Балдырған» тобы Тақырыбы: «Оқудағы өрт сөндірушілер»</p>	<p>айналдырыңыз, саусақтарыңызды қысыңыз және жайыңыз, оларды созыңыз.</p> <p>Қимылды ойын: «оқтау тартыс»</p> <p>Азқозғалмалы ойын: «қол күрес»</p> <p>10⁴⁵-11⁰⁵ 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. Программа «Тілге бойлау» (учить выполнять инструкции на казахском языке, во время утренней гимнастики, физминуток. Ритмические упражнения:</p>	
--	--	--	---	--	--

		<p>физминуток. 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; 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</p>	<p>Міндеттері: Биіктігі 40 сантиметр сымның астына қолыңызбен еденге, бүйірге тигізбестен көтерілу, доғаның астына көтерілу (биіктігі 50 сантиметр). Сөздік қоры: 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 алға, артқа, бүйірге қойыңыз. Қимылды ойын: «көкпар» Азқозғалмалы ойын: «Асық ату» 11³⁵-12⁰⁰ ОД - Физическое воспитание группы</p>	<p>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 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</p>	
--	--	--	--	--	--

		<p>грудью, закладывая их за голову и распрямлять плечи, разводите их в стороны, опускайте. Выполнять упражнения с предметами и без предметов.</p> <p>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 ногу и перекладывать под ней предмет из одной руки в другую. Развивать умение приподнимать обе ноги над полом в упоре сидя; сгибать и выпрямлять,</p>	<p>«Колосок» «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 стороны (вместе или поочередно). Упражнения для ног. Подниматься на носки, выставлять ногу вперед, назад, в сторону. Подвижная игра: «көкпар» Малоподвижная игра: «Асық ату»</p>	<p>игра: «Асық ату»</p> <p>11¹⁰-11³⁵ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Балдырған» тобы Тақырыбы: «Үнеіз жүр» Міндеттері: Заттардан өту арқылы жүру; шектелген бетте бүйірлік қадаммен. Сөздік қоры: Ұста, жина. Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз. Жалпы дамыту жаттығулары: Қолды алға, бүйірге, жоғары (бір мезгілде, кезекпен) көтеру, қолды позициялардан артқа қарай: қолды төмен, қолды белге көтеру қабілетін жетілдіру.</p>	
--	--	--	--	--	--

		<p>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>11¹⁰-11²⁵ ҰК - Дене тәрбиесі «Балдырған» тобы Тақырыбы: «Допты жүргізушіге» Міндеттері: Допты екі қолмен жоғары лақтыру, жоғары лақтыру және еденнен секіргеннен кейін екі қолмен ұстау (4-5 рет) Сөздік қоры: доп, әкел Ритмикалық</p>		<p>Қолдарыныңды кеулетінділі алдына қою, оларды бастың артына қойып, иықтарыныңды түзетіп, оларды екі жаққа жайып, төмендету қабілетін дамыту. Заттармен және заттарсыз жаттығулар жасаныз.</p> <p>Қимыл ойын: «көкпар»</p> <p>Азқозғалмалы ойын: «қол күрес»</p> <p>11³⁵-12⁰⁰ ОД - Физическое воспитание группы «Колосок» Тема: «Воробушик и кот» Задача: Обучать умению прыгать вверх с места с касанием предмета, подвешенного выше поднятых рук ребенка, в длину с места, через 4-5</p>	
--	--	---	--	---	--

		<p>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; шынтакпен бүгілген қолдармен айналмалы қозғалыстар жасау. Қолдың бүйірлік позицияларын дамыту, қолды алға қарай қысу және босату, оларды айналдыру, саусақтарды бұғу және тарату, оларды созу. Қолдарыңызды кеудеңіздің алдына</p>		<p>линий (расстояние между линиями 40-50 сантиметров). Словарный минимум: доп. Программа «Тілге бойлау» (Учить названия подвижных и национальных игр на казахском языке, а также понимать и выполнять их правила.) Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки. выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки. Общеразвивающие упражнения:</p>	
--	--	--	--	--	--

		<p>қойыңыз, оларды бастың артына қойып, нықтарыңызды 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: «октау тартыс»</p> <p>Аз қозғалмалы ойын: «Үнсіздік»</p> <p>11³⁵-12⁰⁰ ОД – Физическое воспитание группы «Колосок» Тема: «Кто лучше прыгнет?» Задача: Учить прыгать на месте на двух ногах</p>		<p>Упражнения для туловища. Стоя ноги вместе (и врозь), наклоняться вперед, доставать пальцами носки ног, класть и поднимать предметы.</p> <p>Упражнения для ног. Приседать, держа руки на поясе, отводя руки в стороны, разводя их в стороны из положения вперед.</p> <p>Подвижная игра: «октау тартыс»</p> <p>Малоподвижная игра: «Асық ату»</p>	
--	--	--	--	--	--

		<p>(10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой.</p> <p>Словарный минимум: тығыл, қаш.</p> <p>Программа «Тілге бойлау» (Учить названия подвижных и национальных игр на казахском языке, а также понимать и выполнять их правила.)</p> <p>Ритмические 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</p>			
--	--	--	--	--	--

		<p>вокруг себя мяч, сидя и стоя на коленях. Упражнения для ног. Сгибать ногу в колене, выпрямлять вперед, снова сгибать и опускать. Подвижная игра: «Байга» Малоподвижная игра: «Асық ату»</p>			
Біртіндеп көтеру, сауықтыру процедуралары	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 8 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Қарлығаш» тобы	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 8 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Бөбек» тобы	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 8 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Ручеек» тобы	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 8 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Балдырған» тобы	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 8 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Колосок» тобы
Баланың жеке даму картасы бойынша балалармен жеке жұмыс.	<p>«Қарлығаш» тобы Ойын: «Кімнің допы ары қарай?» Міндеттері: Заттарды оң және сол қолымен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық) 1.Серік Бахытжан 2.Серікбек Асылым 3.Талап Нарқыз 4.Шаншархан Жангир 5. Абдракишева Аиша</p>	<p>«Бөбек» тобы Ойын: «Ең епті» Міндеттері: допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолымен тік нысанға. (нысанға биіктігі -1,2 метр) лақтыру. .Закревская Лиана 2.Кабиева Амина 3.Климович Савелий 4.Куанова Эмилия 5.Курманбаев Нияр</p>	<p>Группа «Ручеек» Игра: «Проползи – не задень» Задача: Ползать между предметами, вокруг них 1.Сивун Константин 2.Трюхан Алиса 3.Трюхан Василиса 4.Ульман Денис 5.Шмидт Диана</p>	<p>«Балдырған» тобы Ойын: «Допты жүргізушіге» Міндеттері: Допты екі қолмен жоғары лақтыру, жоғары лақтыру және еденнен секіргеннен кейін екі қолмен ұстау (4-5 рет) 1.Балябин Максим 2.Базарбек Алихан 3.Гараев Алан Ғабиден 4.Дмитриева Афина</p>	<p>Группа «Колосок» Игра: «Воробушик и кот» 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>

				5.Жаксылык Әлихан	1.Савицкая Амелия 2.Свистунов Дмитрий 3.Талдыкин Семен 4.Тимофеев Матвей 5.Флеер Лука
--	--	--	--	-------------------	--

20. 10. 2025 м.
Тексерип: Жарал
Саброва Т.А.