

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

№4

Білім беру бөлімі: «Дән» бөбекжайы МКҚК

Жоспардың құрылу кезеңі: 22.09-26.09.2025ж.

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

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Уалиева А.С.

| Күн тәртібі | Дүйсенбі | Сейсенбі | Сәрсенбі | Бейсенбі | Жұма |
|-------------------------------------|---|--|--|---|---|
| | 22.09.2025 | 23.09.2025 | 24.09.2025 | 25.09.2025 | 26.09.2025 |
| Таңғы жаттығу | (Комплекс №4) (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 - 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: сапқа туру. Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен | 10⁰⁰-10²⁰ ҰҚ - Ден тәрбиесі «Қарлығаш» тобы «Біз көңілді жігіттерміз» 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. Қолды | 10⁰⁰-10²⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Қарлығаш» тобы «Тышқан қақпаны» Міндеттері: Жүгіру әдетте, шұлықта, бағанда бір-бірден, сайттың бір жағынан екінші жағына. Сөздік қоры: журу, әкел Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды | Құжаттама бойынша жұмыс, циклограмма жасау. |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | <p>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: «Байга»</p> <p>Аз қозғалмалы ойын: «Тақия тастама»</p> | <p>жоғары, Алға, бүйірге көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен). Аяқ жаттығулары. Шұлыққа көтеріліп, аяғыңызды алға, артқа, бүйірге қойыңыз.</p> <p>Подвижная игра: «Байга»</p> <p>Малоподвижная игра: «Тақия тастама»</p> <p>10²⁵-10⁴⁰</p> <p>ҰҚ - Дене тәрбиесі «Бөбек» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Батпак арқылы»</p> <p>Міндеттері: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр)</p> <p>Міндеттері:</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>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>Қимылды ойын: «қыз қуу»</p> <p>Азқозғалмалы ойын: «Асық ату»</p> <p>10²⁵-10⁴⁰</p> <p>ҰҚ - Дене тәрбиесі «Бөбек» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Тышқан қақпаны»</p> <p>Міндеттері: Жүгіру әдетте, шұлықта, бағанда бір-бірден, сайттың бір жағынан екінші жағына.</p> <p>Сөздік қоры: журу, әкел</p> | |
|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|
| | | <p>10²⁵-10⁴⁰ ҰҚ - Дене шынықтыру «Бөбек» тобы Тақырыбы: «Сырғанау-артқы емес» Міндеттері: 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу. 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</p> | <p>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: «Байга» Аз қозғалмалы ойын: «Тақия тастама»</p> <p>10⁴⁵-11⁰⁵ ОД - Физическое воспитание группы «Ручеек» Тема:«Веселый мяч» Задача: 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</p> | <p>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 бүгіңіз, алға қарай түзетіңіз, қайтадан</p> | |
|--|--|---|--|--|--|

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | <p>созыңыз. Дене жаттыгулары. Отырғанда және тізерлеп отырғанда допты айналаңызға айналдырыңыз. Аяқ жаттыгулары. Аяғыңызды тізеңізге бүгiнiз, алға қарай түзетiнiз, қайтадан бүгiнiз және төмендетiнiз. Қимылды ойын: «Байга» Азқозғалмалы ойын: «Тақия тастама»</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: сапқа туру. Программа «Тілге бойлау» (учить понимать и выполнять инструкции, правила игры)</p> | <p>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: «Байга» Малоподвижная игра: «Тақия тастама»</p> <p>11¹⁰-11³⁵ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Балдырған» тобы Тақырыбы: «Үнсіз жүр» Міндеттері: Заттардан өту арқылы жүру; шектелген бетте бүйірлік қадаммен.</p> | <p>бүгiнiз және төмендетiнiз. Қимылды ойын: «қыз қуу» Азқозғалмалы ойын: «Асық ату»</p> <p>10⁴⁵-11⁰⁵ ОД - Физическое воспитание группы «Ручеек» Тема: «Через болото» Задача: Ходить по веревке, по бревну, боковым приставным шагом, сохраняя равновесие. 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</p> | |
|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | <p>Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки.</p> <p>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 положений руки в стороны, вперед сжимать и разжимать кисти, вращать их, сводить и разводить пальцы, вытягивать их. Ставить руки перед грудью, закладывать их</p> | <p>Сөздік қоры: секір, 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 немесе кезекпен). Аяқ жаттығулары. Шұлыққа көтеріліп, аяғыңызды алға, артқа, бүйірге қойыңыз.</p> <p>Подвижная игра: «Байга»</p> <p>Малоподвижная игра: «Тақия тастама»</p> <p>11³⁵-12⁰⁰</p> <p>ОД - Физическое воспитание группы «Колосок» Тема: «Через болото»</p> <p>Задача: ходить между линиями (расстояние 15 сантиметров), по линии, веревке, по доске,</p> | <p>музыки.</p> <p>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.</p> <p>Подвижная игра: «кыз қуу»</p> <p>Малоподвижная игра: «Асық ату»</p> <p>11¹⁰-11³⁵</p> <p>ҰҚ - Дене тәрбиесі «Балдырған» тобы Тақырыбы:</p> | |
|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|
| | | <p>за голову и распрямлять плечи, разводите их в стороны, опускайте. Выполняйте 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, опускать их на пол. В</p> | <p>гимнастической скамейке.</p> <p>Словарный минимум: секір, жүгір.</p> <p>Программа «Тілге бойлау» (понимать и выполнять указания физ инструктора 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.</p> <p>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.</p> <p>Подвижная игра: «Байга»</p> | <p>«Жылдам доп»</p> <p>Міндеттері: Заттарды көлденен нысанаға (2-2,5 метр қашықтықта) оң және сол қолмен лақтыруды үйрету;</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</p> | |
|--|--|---|--|--|--|

| | | | | | |
|--|--|--|---|--|--|
| | | <p>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>11¹⁰-11³⁵ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Балдырған» 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,</p> | <p>Малоподвижная игра: «Тақия тастама»</p> | <p>түзетіп, оларды екі жаққа жайып, төмендету қабілетін дамыту. Заттармен және заттарсыз жаттығулар жасаңыз.</p> <p>Қимылды ойын: «қыз қуу» Азқозғалмалы ойын: «Асық ату»</p> <p>11³⁵-12⁰⁰ ОД - Физическое воспитание группы «Колосок» Тема: «Мяч кати» Задача: Формировать умение катать мячи, обручи друг другу между предметами. Словарный минимум: сапқа тұру. Программа «Тілге бойлау» (понимать и выполнять указания физинструктора на казахском языке при проведении подвижных игр,</p> | |
|--|--|--|---|--|--|

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | <p>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; шынтақпен бүгілген қолдармен айналмалы қозғалыстар жасау. Қолдың бүйірлік позицияларын дамыту, қолды алға қарай қысу және босату, оларды айналдыру, саусақтарды бұту және тарату, оларды созу.</p> | | <p>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, доставать пальцами носки ног, класть и поднимать предметы. Упражнения для ног. Приседать, держа руки на поясе, отводя руки в</p> | |
|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|
| | | <p>Қолдарыңызды кеудеңіздің 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> <p>11³⁵-12⁰⁰ ОД – Физическое воспитание группы «Колосок» Тема: «Кто лучше</p> | | <p>стороны, разводя их в стороны из положения вперед.</p> <p>Подвижная игра: «Қыз қуу»</p> <p>Малоподвижная игра: «Асық ату»</p> | |
|--|--|---|--|--|--|

| | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|
| | | <p>прыгнет?»</p> <p>Задача: Учить прыгать на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой).</p> <p>Словарный минимум: тығыл, қаш. Программа «Тілге бойлау»</p> <p>(понимать и выполнять указания физ инструктора 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.</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</p> | | | |
|--|--|---|--|--|--|

| | | | | | |
|--|---|--|---|--|--|
| | | <p>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. Подвижная игра: «Байга» Малоподвижная игра: «Асық ату»</p> | | | |
| Біртіндеп көтеру, сауықтыру процедуралары | <p>Ұйқыдан кейінгі сергіті № 4 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Қарлығаш» тобы</p> | <p>Ұйқыдан кейінгі сергіті № 4 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Бөбек» тобы</p> | <p>Ұйқыдан кейінгі сергіті № 4 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Ручеек» тобы</p> | <p>Ұйқыдан кейінгі сергіті № 4 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Балдырған» тобы</p> | <p>Ұйқыдан кейінгі сергіті № 4 картотека (Физикалық белсенділікті дамыту) «Колосок» тобы</p> |
| Баланың жеке даму картасы бойынша балалармен жеке жұмыс. | <p>Қарлығаш» тобы Ойын: «Мысық пен тышқандар» Міндеттері: 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу. 1.Марат Аяулым 2.Махсұт Тамерлан 3.Мұқажан Нармина 4.Мұрат ДANELIA</p> | <p>«Бөбек» тобы Ойын: «Батпақ арқылы» Міндеттері: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) 1.Айдарбек Болатхан 2.Әліхан Азалия 3.Гумения Милана 4.Ержан Батыр 5.Жұматай Шах-Керім</p> | <p>Группа «Ручеек» Игра: «Мы весёлые ребята» Задача: Ходьба. Ходить обычно, на носках, по одному, по два (парами). 1.Панюта Захар 2.Пинчук Аркадий 3.Савченков Макар 4.Сабыров Саян 5.Смагулов Алан</p> | <p>«Балдырған» тобы Ойын: «Жылдам доп» Міндеттері: Заттарды көлденең нысанаға (2-2,5 метр қашықтықта) оң және сол қолмен лақтыруды үйрету; 1.Айсина Адия 2.Абан Алтынай 3.Амантай Жасмин 4.Абзал Әлімұса</p> | <p>Группа «Колосок» Игра: «Мяч кати» Задача: Формировать умение катать мячи, обручи друг другу между предметами. 1.Кошегулова Айла 2.Манжула 3.Александра 4.Пинкер Алиса 5.Помолова Кира</p> |

| | | | | | |
|--|-------------------|--|--|---------------------|--|
| | 5.Нағметулла Асан | | | 5.Базарбекова Дария | |
|--|-------------------|--|--|---------------------|--|

22 09 2025 м.
Тексерілісі: Аман
Сәтенова АН.