

**«Күншуақ» бөбекжай балабақшасы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуры (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год қыркүйек/ сентябрь

Іапта / I неделя (31.08.2021 - 03.09.2021)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема: «Балабақша»

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Балабақша»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Балабақша»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная шруппа: «Балабақша» «Детский сад»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дүйсенбі / Понедельник 31.08.2021	Сейсенбі / Вторник 01 .09.2021	Сірсенбі / Среда 02.09.2021	Бейсенбі / Четверг 03.09.2021
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал-жабдықтарды дайындау: қалталар, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: құрсаулар, гимнастикалық қабырға, ойын атрибуттары.	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар, гимнастикалық орындық, кіші топқа қимылды ойынға жұмсақ ойыншықтар дайындау	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: дөңгелек,кегли, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.

				(мысық,ит,аю)	
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какая группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату. Биіктігі 40 см жіптің астынан қолды еденге тигізбей, бүйірімен еңбектеу. Мақсаты: Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалатуды, биік-тігі 40 см жіптің астынан қолды еденге тигізбей, бүйірімен еңбектеуді үйрету.	П/Ш-«Б» групп Тема: Ходьба с изменение направления по сигналу воспитателя. Ползание по скамейке, подтягиваясь руками. Прыжки на правой (левой) ноге на месте. Цель: Учить ходить с изменение направления по сигналу воспитателя. Ползание по скамейке, подтягиваясь руками. Прыжки на правой (левой) ноге на месте.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Құрсаудың ішімен түзу өту және жанымен өту.Допты асыра лақтыру және секіру жаттығулары. Мақсаты: Құрсаудың ішімен түзу өтуді және жанымен өтуді,допты асыра лақтыруды және секіру жаттығуларын үйрету.	П/Ш- «Б» гр Тема: Ходьба с приседанием. Метать мешочки из-за головы. Прыгать с гимнастической скамейке Цель: Учить ходить с приседанием. Метать мешочки из-за головы. Прыгать с гимнастической скамейке
	09.20-09.35	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) Шеңбер бойына сапқа тұ-рып жаяу		Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Көлденең нысанаға лақтыру.Бір аяқтан бір аяққа секіруді үйрету. Мақсаты: Нық	

		жүру. Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпау. Мақсаты: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) үйрету,бір қарқынды сақтай отыра шеңбер бойымен жүре білуді бекіту, Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпауды қалыптастыру		қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Көлденең нысанаға лақтыру.Бір аяқтан бір аяққа секіруді үйретуді бекіту.	
09.40-10.00	Ортаңғы«А»топ Тақырыбы: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) Шеңбер бойына сапқа тұрып жаяу жүру. Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпау. Мақсаты: Екі	Ересек»А»топ 1.Тақырыбы: Бір орында тұрып жоғары секіру. Бір мезетте екі аяғымен еденнен серпіліп секіру. Мақсаты: Бір орында тұрып жоғары секіруді,бір мезгіл де екі аяғымен еденнен серпіліп секіруді үйрету. Дене шынықтыру сабағы-на деген қызығушылықта-	Ортаңғы«В» 2.Тақырыбы: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Көлденең нысанаға лақтыру.Бір аяқтан бір аяққа секіруді үйрету. Мақсаты: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Көлденең нысанаға лақтыру.Бір аяқтан бір аяққа		

		аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) үйрету,бір қарқынды сақтай отыра шеңбер бойымен жүре білуді бекіту, Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпауды қалыптастыру	рын арттыру.	секіруді үйретуді бекіту.	
10.10-10.30	П/Ш-«Б» групп 0,5 (1-3) Тема: (на воздухе). Ходьба с изменением направления по сигналу воспитателя. Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками. Цель: Учить детей ходить с изменением направления по сигналу воспитателя. Ползание по гимнастической	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Музыка дыбысына қозғалыс жасай білу. Жүгіру түрлері-45 секунд. Үлкен допты екі қолмен алға лақтыру және қағып алу. Бір орында екі аяқпен секіру. Мақсаты: Музыка дыбысына қозғалыс жасай білу. Жүгіру түрлері-45 секунд. Үлкен допты екі қолмен алға лақтыру және қағып алуды,бір орында екі аяқпен	Ересек «А» топ 3. Тақырыбы: Аздап жоғары көтерілген баспалдақтың тақтайшалары арқылы аттап өту. Еденде бүйірімен тұрған баспалдақ тепкіштерінің арасымен еңбектеп өту. Мақсаты: Аздап жоғары көтерілген баспалдақтың тақтайшалары арқылы аттап өтуге,еденде бүйірімен тұрған баспалдақ	Ортаңғы«В» 3.Тақырыбы: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Бір аяқтан бір аяққа секіру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту. Мақсаты: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Бір аяқтан бір аяққа секіру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өтуді үйретуді бекіту	

		скамейке, подтягиваясь руками.	секіруді үйрету.	тепкіштерінің арасымен еңбектеп өтуді орындау қабілетін дамыту.	
Жеке балалармен жұмыс (<i>қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек</i>) / Индивидуальна я работа (<i>какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована</i>)	11.30-12.00	Ортаңғы«В»тобы Талғат Аяла Лияс Алмат Негізгі қимылдар Тізені жоғары көтеріп жүруді, ирек жолмен жүру және жүгіруді үйрету.	П/Ш-«Б» гр Арина Шайхудинова Основные движение: Учить ходить с приседанием Метание мешочка из-за головы двумя руками.Прыжки с гимнастической скамейке	Ересектер «А» тобы Дүйсенғали Хамза Негізгі қимылдар: Қырлы тақтаймен жүру. Еденде бүйірімен тұрған сатының тепкішектерінің арасымен жанаспай еңбектеу, еңбектеген кезде бағытты солға және оңға қарай жылдам өзгерту. Шектеулі алаңда қос аяқтап секіру.	Ортаңғы «А»топ Қайрат Айбар Негізгі қимылдар Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) Шеңбер бойына сапқа тұрып жаяу жүру.
Құжаттармен жұмыс (<i>өтпелі тақырып бойынша инновациялық материал қосу</i>) / Работа с документами (<i>добавление</i>)	12.00 - 12.30	Денсаулық пен қозғалыс белсенділігінің өзара байланысына назар аудармау мүмкін емес.Ағзаның бейімделу мүмкіндіктерін арттырудың негізгі құралы – қозғалыс белсенділігі.Жалпы алғанда, қозғалыс белсенділігінің көрсеткіштеріне көптеген факторлар біріге ықпалын тигізеді, мұнда дене тәрбиесі мен оңтайлы күн тәртіптемесі, әрекет түрлерін ұтымды ауыстырып отыру, баланың бос уақытын физикалық белсенді демалыспен толтыру маңызды рөл атқарады.Біз балалардың қозғалыс белсенділігін арттыру факторы ретінде МДБҰ-дағы заманауи денсаулықты сақтау технологияларын қарастырамыз.10 Денсаулық бұл – адамның ең ұзақ ғұмыры бойындағы әлеуметтікбелседілігі мен тиімді еңбекке			

инновационного материала по сквозной теме)		кабілеттілік дәрежесін, биологиялық физиологиялық және психологиялық қызметін сақтауы мен дамыту үдерісі.Ендеше, жас ұрпақтың дені сау, білімді азамат болып ер жетуі, қоғамнан өз орнын дұрыс таңдай алатын,еркін ойлау қабілеті қалыптасқан, мәдениетті,скер жеке тұлға тәрбиелеу ең алдымен, ата-анасына, одан соң мектепкедейінгі ұйымға және қоршаған ортаға байланысты Оқу-тәрбие үдерісінің сапасы мен нәтижесі ең алдымен алдымызда отырған өскелең ұрпақ пен оны өмірге жетелейтін нұсқаушы денсаулығына тікелей байланысты болатынын ескере келіп, денсаулығы төмен ұстаз бен тәрбиленушінің берері де аз, нәтижесі де төмен болады. Олай болса, ең бастысы бала мен педагог денсаулығын сақтау басты міндетіміз деп, ұлы ойшыл Әбунасыр әл-Фарабидің: «Адам денесінің жетілуі - оның денсаулығы. Егер денің сау болса, оның денсаулығы. Егер дені сау болса, онда оны сақтамақкерек; - деген асыл сөзінен негіз аламыз.				
Әдістемелік жұмыс / Методическая работа <i>(Интернет ресурстарымен жұмыс, өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)</i>	12.30 - 13.00	Бүгінгі қоғамымызда салауатты өмір салтына деген саналы көзқарастың жеткіліксіздігі азаматтардың рухани деңгейінің төмендігінежәне оның нәтижесінде жағымсыз жайттардың кең өрістеуіне себепкер болып отыр. Жастар денсаулығының нашарлауы, олардың ағзаларының ауруға қарсы тұру қабілетінің әлсіздігі, азып-тозуы, тез шаршағыштығы, өмірінің қысқа болуы– осы жайттардың айқын көрінісі. Салауатты жас ұрпақты қалыптастыру - ел дамуының негізгі стратегиялық міндеттерінің бірі. Қазақстан Республикасындағы барлық бұқаралық әлеуметтік-демографиялық топтардың, әсіресе мектеп жасына дейінгі балалардың денсаулығы нашарлауы салдарынан соңғы жылдары салауатты өмір салтына (СӨС) әрбір адамның жеке қызығушылығын тәрбиелеу ерекше өзекті болып болып табылады.Оның шешімі балалардың денсаулығына жанашырлықпен белсенді қарым-қатынас жасап және оны бала жастан нығайтуды талап етеді.Мектеп жасына дейінгі балалардың салауатты өмір салтын негіздерін табысты қалыптастыруда негізінен, мақсатты жүйелі оңалту жұмысы мектепке дейінгі ұйым мен отбасына, бала-мұғалім-ата-ананың үштігінің өзара үйлесімді қызметіне байланысты, медициналық және педагогикалық үдерісті іске асыру үшін жағдай жасау бастамашысы және үйлестірушісі ретінде балабақша қызметкерлері қызмет етуі тиіс.				
Көрнекі құралдарды	13.00 - 14.00	Қимылды ойын	Қимылды ойын «Допты	Қимылды ойын. «Аққу-	Подвижная игра «Кто сделает	Подвижная игра «Сделай фигуру»

дайындау (өтпелі және тақырышаға сәйкес дидактикалық ойындар қосу) / Изготовление наглядного пособия (добавление дидактических игр в соответствии с свозной и подтемой)		«Жұптасып жүгіру» Мақсаты; жылдамдықты дамыту, ұқыптылыққа баулу Шарты; балалар жұптасып тұрады. Бір шетте жұп санына сәйкес заттар тұрады. Белгі бойынша бірінші тізбек барып зат-ты айналып келеді. келесі белгі бойынша келесі жұп жүгіреді. Қолдарын жіберген топ ойыннан шығады.	қуып жет» Мақсаты: лақтырған допты қуып жетуге үйрету. Шарты: Шеңберде тұрып, доппен бірге шеңберді айналып келеді де, допты көздеген балаға допты береді де доппен бірге жүгіреді.	қаздар» Мақсаты: Балалар-ды шапшаңдыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу. Шарты: Залдың бір шетіне қаздар тұра тын үй белгіленеді, қарсы шетіне бақта шы тұрады. Бір жақ шетінде қасқырдың үңгірі болады. Бақташы қаздарды жайылымға алып шығады да әндете-ді. Қаздар да әнде-тіп жауап береді. Сол кезде қасқыр оларды қуа жөне-леді. Сонан соң ұсталған қаздарды санайды.	меньше шагов?» Правила игры: Чертят 2 линии на расстоянии 6-8 м. Несколько играющих становятся за одну линию и начинают переходить или пере-бегать за дру-гую линию, ста-рась шаги делать как можно длинее. Выигрывает тот, кто сделает меньше шагов.	Правила игры: Дети разбегаются по всей зале. По сигналу воспитателя они быстро останавливаются на месте и принимают какую-нибудь позу, поднимают руки в стороны и т.п. Инструктор отмечает, чья фигура интереснее.
---	--	--	--	---	--	--

**«Күншуақ» бөбекжай балабақшасы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

**денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)
2021-2022 оқу жылы / учебный год)ырк8йек/Сентябрь
II апта / II неделя (06.09.2021 - 10.09.2021)**

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Балабақша»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Балабақша»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Балабақша» «Детский сад»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 06.09.2021	Сейсенбі / Вторник 07.09.2021	Сәрсенбі / Среда 08.09.2021	Бейсенбі / Четверг 09.09.2021	Жұма / Пятница 10.09.2021
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: доптар, доғалар, жалаушалар.	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: қалталар, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: кұрсаулар, гимнастикалық қабырға, ойын атрибуттары.	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар, гимнастикалық орындық, кіші топқа қимылды	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: дөңгелек,кегли, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.

					ойынға жұмсақ ойыншықтар дайындау (мысық, ит, аю)	
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какой группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Бір орында қос аяқтап және бір аяқтап секіру. Педагогтың белгісі бойынша ырғақпен адымдау және сапта жүру бағытын өзгерту. Алақаны мен тізесіне сүйеніп түрлі бағытта еңбектеу. Мақсаты: Бір орында тұрып қос аяқтап және бір аяқтап секіруді, педагогтың белгісі бойынша ырғақпен адымдау және сапта жүру бағытын өзгертуді, алақаны	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Орташа жылдамдықпен ирек жол мен жүру әдістерін пысықтау. 4м арақашықтықтан қапшықты тік нысанаға иықтан асырып, оң және сол қолмен лақтыру. Арқан, жіптің бойымен басына қапшықты қойып, бір жақ жанымен қырымдап адамдап жүру. Мақсаты: Орташа жылдамдықпен ирек жол мен жүру әдістерін пысықтау. 4м арақашықтықтан қапшықты тік нысанаға иықтан асырып, оң және сол қолмен лақ-	П/Ш-«Б» групп Тема: Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке чередующим шагом. Прыжки через бревно. Цель: Учить ходить по гимнастической скамейке приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке чередующим шагом. Прыжки через бревно.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Бір орнында бір аяқпен (оң, сол аяқ) секіріп межеге жету. Екі аяқпен алға ырғып секіріп жылжу. Құрсауларды айналдырып, олардың ішінен өту. Мақсаты: Бір орнында бір аяқпен (оң, сол аяқ) секіріп межеге жетуді, екі аяқпен алға ырғып секіріп жылжуды, құрсауларды айналдырып, олардың ішінен өтуді үйрету.	П/Ш- «Б» гр Тема: Ходьба по скамейке приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке чередующим шагом. Прыжки через бревно. Цель Закреплять ходить по гимнастической скамейке приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке чередующим шагом. Прыжки через бревно.

		мен тізесіне сүйеніп түрлі бағытта еңбек теуді үйрету.	тыруды, арқан, жіптің бойымен басына қапшықты қойып, бір жақ жанымен қырымдап адымдап жүру.			
09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) Шеңбер бойына сапқа тұ-рып жаяу жүру. Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпау. Мақсаты: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) үйрету,бір қарқынды сақтай отыра шеңбер бойы-мен жүре білуді	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) Шеңбер бойына сапқа тұ-рып жаяу жүру. Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпау. Мақсаты: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) үйрету,бір қарқынды сақтай отыра шеңбер бойы-мен жүре білуді бекіту, Жаттығу кезінде		Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) Шеңбер бойына сапқа тұрып жаяу жүру. Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтат-пау.(қайталау) Мақсаты: Екі аяқпен секіру (ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) үйрету,бір қарқынды		

		бекіту, Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпауды қалыптастыру.	тыныс алуды тоқтатпауды қалыптастыру.		сақтай отыра шеңбер бойымен жүре білуді бекіту, Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпауды қалыптастыруды бекіту.	
09.40-10.00		Ортаңғы«А»топ 3.Тақырыбы: Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Мақсаты: Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру.	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Өкшемен отырып, допты бір-біріне домалату.Допты қашықтыққа қарай итеру. (қашықтық 2м) 6м қашықтықта алақаны мен тізесіне сүйеніп түрлі бағытта еңбектеу. Мақсаты: Өкшемен отырып, допты бір-біріне домалатуды, допты қашық-тыққа қарай итеруді, 6метр қашықтықта алақаны мен	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Мақсаты:		

			Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүруді үйрету.	тізесіне сүйеніп түрлі бағытта еңбектеуге жаттықтыруды үйрету.	Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүруді үйрету.	
	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп 0,5 (1-3) Тема: Бросать мяч вверх и ловит его двумя руками. Ходьба по бревну, ставя ногу с носка.	М/Д-«А» топ Тақырыбы: Допты жоғары лақтыру, қабырғаға ұру, қағып алу. Допты бір-біріне лақтыру. Орындық үстінде еңбектеу. Мақсаты: Допты жоғары лақтыру, қабырғаға ұрды, қағып алуды, допты бір-	Ересек «А» топ Тақырыбы: Көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру. Адымын кең ашып, жылдам қарқынмен жүгіру. Табанды өкшеден	Ортаңғы«В»топ Тақырыбы: Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру. Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Бір аяқпен бір аяққа секіру дағдысын дамыту. Мақсаты: Нық

				біріне лақтыруды, орынд ық үстінде еңбектеуді үйрету	аяқтың ұшына дейін тигізу. Мақсаты: Көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру дағдысын қалыптастыру, а дымын кең ашып, жылдам қарқынмен жүгіруді жетілдіру. Таба нды өкшеден аяқтың ұшына дейін тигізу, тепе- теңдік сақтау кабілетін нығайту.	қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру. Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Бір аяқпен бір аяққа секіру дағдысын дамытуды үйрету.
Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальна я работа (какая группа, имя ребенка и указать какая	11.30- 12.00	Ортаңғы «А» Айтжан Расул Негізгі қимылдар Еденде тігінен тұрған құрсау- дан еңбектеп өту. Тура секіру ді үйрету. Берік Сәния Допты	Ортаңғы «В» топ Болатқызы Зере Негізгі қимылдар Еденде тігінен тұрған құрсау- дан еңбектеп өту. Тура секіру ді үйрету. Ерлан Іңкәр Еденде тігінен тұрған құрсау-	П/Ш-«Б» групп Башпай Кәусар Основные движение: Сахиева Альбина Учить бросать мяч правой (левой) рукой в даль. Прыгать на правой (левой) ноге между предметами	Ересектер «А» тобы Мейрамбек Ақниет Негізгі қимылдар: Қырлы тақтаймен жүру. Еденде бүйірімен	П/Ш «Б» групп Жанат Алпыспай Основные движение: Учить бросать мяч правой (левой) рукой в даль. Прыгать на правой (левой) ноге между предметами

<i>работа запланирована)</i>		домалатуды,кұр саудан құрсауға екі аяқпен секіруді үйрету. Бір қатармен жүруді жалғастыру.	дан еңбектеп өту.Тура секіру ді үйрету.		тұрған сатының тепкішектеріні ң арасымен жанаспай еңбектеу, еңбектеген кезде бағытты солға және оңға қарай жылдам өзгерту. Шектеулі алаңда қос аяқтап секіру.	
Құжаттармен жұмыс (<i>өтпелі тақырып бойынша инновациялық материал қосу</i>) / Работа с документами (<i>добавление инновационного материала по сквозной теме</i>)	12.00 - 12.30	Салауатты жас ұрпақты қалыптастыру - ел дамуының негізгі стратегиялық міндеттерінің бірі. Қазақстан Республикасындағы барлық бұқаралық әлеуметтік-демографиялық топтардың, әсіресе мектеп жасына дейінгі балалардың денсаулығы нашарлауы салдарынан соңғы жылдары салауатты өмір салтына (СӨС) әрбір адамның жеке қызығушылығын тәрбиелеу ерекше өзекті болып болып табылады. Оның шешімі балалардың денсаулығына жанашырлықпен белсенді қарым-қатынас жасап және оны бала жастан нығайтуды талап етеді.Мектеп жасына дейінгі балалардың салауатты өмір салтын негіздерін табысты қалыптастыруда негізінен, мақсатты жүйелі оналту жұмысы мектепке дейінгі ұйым мен отбасына, бала-мұғалім-ата-ананың үштігінің өзара үйлесімді қызметіне байланысты, медициналық және педагогикалық үдерісті іске асыру үшін жағдай жасау бастамашысы және үйлестірушісі ретінде балабақша қызметкерлері қызмет етуі тиіс. Бүгінгі қоғамымызда салауатты өмір салтына деген саналы көзқарастың жеткіліксіздігі азаматтардың рухани деңгейінің төмендігінежәне оның нәтижесінде жағымсыз жайттардың кең өрістеуіне себепкер болып отыр. Жастар денсаулығының нашарлауы, олардың ағзаларының ауруға қарсы тұру қабілетінің әлсіздігі, азып-тозуы, тез шаршағыштығы, өмірінің қысқа болуы— осы жайттардың айқын көрінісі.				

Әдістемелік жұмыс / Методическая работа (Интернет ресурстарымен жұмыс, өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Өз білімін жетілдіру тақырыбы бойынша жұмыс: Қимыл-қозғалыс белсенділігі-жоғары дамыған тірі материяның ерекшелігі ғана емес, тіршілікке қажетті жағдай. Адамның эволюциясындағы дамуы оның барлық мүшелері мен жүйелерінің қалыпты қызмет атқаруын тек белсенді қимыл-қозғалыс әрекеттері бар жағдайларда ғана мүмкін еткен. Баланың қимыл-қозғалыстар табиғи мұқтаждығы шектелген болса, оның іштен туа біткен мүмкіндіктері өз маңызынан айырылады. Әрекетсіздік денені де бұзады. Қимыл-қозғалыс белсенділігінің шектелуі организмнің қызметтік және құрылымдық өзгерістеріне әкеліп, өмірін қ Дене жаттығуларын жасау барысында организмнің ішкі ортасында пайда болатын өзгерістерге төтеп бергіштік – жаттыққан организмнің ерекше қасиеті. Сонымен қатар, дене жаттығулары адамның сыртқы ортаның зиянды факторларына да беріктігін арттырады. Спортпен жүйелі шұғылданатын балалардың денсаулығы мықты, суық тигеннен болатын ауруларының жиілігі төмен. Мектеп тіршілігі жағдайларында, қалыпты дене дамуы мен денсаулыққа қажетті қимыл-қозғалысқа деген табиғи мұқтаждық шектелген. Дене тәрбиесі мұғалімінің, спорт мектебі бапкерінің назарында дене жаттығуларының сауықтырушы рөлі бірінші кезекте болуы керек. ысқартады.				
Көрнекі құралдарды дайындау (өтпелі және тақырыршаға сәйкес дидактикалық ойындар қосу) / Изготовление наглядного пособия (добавление дидактических игр)	13.00 - 14.00	Қимылды ойын «Торғайлар мен мысық» Мақсаты: балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша	Қимылды ойын «Кім шапшаң» Мақсаты: балаларды шапшаңдыққа, тез қимылдауға тәрбиелеу. Шарты Балалар екі топқа бөлінеді. Алдарында әр	Қимылды ойын: «Ақ қоян» Мақсаты: Ұқыптылық пен жылдамдықты және ой-өрісін дамыту. Шарты: Балалар шеңберде тұрады. Бір баланы қасқыр болады. Қалғандары: Қоян отыр екі құлағы дір-дір	Дидактические игры «Узнай движение по следу» Цел: закрепление знаний о видах ходьбы бега, прыжков. Правила игры: Точно выполнять движение, чтобы остался четкий	Ұллық ойын «Тақия тастамақ» Мақсаты: Шапшаңдықты, ұқыптылықты дамыту. Шарты: Балалар шеңбер ішінде тұрады. Мысық бір бұрышта отыра-ды, ұйықтаған кезде тышқандар қоймаға келеді, оянып

<i>в соответствии с свободной и подтемой)</i>		қимыл- қозғалыс жасауға дағдыландыру Маскалар дайындау.	түрлі заттар тұрады.Белгі бойынша жүгіріп сол заттарды себетке салады.	етіп,екі қолын сіл кілдетіп тоңды се кірді,бір кезде оларды қасқыр келіп қорқытты деген кезде қасыр	след. Правильно называть выполненное движение.	кетіп оларды ұстап алуға тырысады.
---	--	--	---	--	---	---------------------------------------

**«Күншуақ» бөбекжай балабақшасы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

**денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуры (1 аусым -1 смена)
2021-2022 оқу жылы / учебный год)ырк8йек/Сентябрь
III апта / III неделя (13.09.2021 - 17.09.2021)**

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Балабақша»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Балабақша»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Балабақша» «Детский сад»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 13.09.2021	Сейсенбі / Вторник 14.09.2021	Сәрсенбі / Среда 15.09.2021	Бейсенбі / Четверг 16.09.2021	Жұма / Пятница 17.09.2021
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: доптар, доғалар, жалаушалар.	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: қалталар, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: кұрсаулар, гимнастикалық қабырға, ойын атрибуттары.	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар, гимнастикалық орындық, кіші топқа қимылды	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: дөңгелек,кегли, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.

					ойынға жұмсақ ойыншықтар дайындау (мысық, ит, аю)	
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какой группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Бір орында қос аяқтап және бір аяқтап секіру. Педагогтың белгісі бойынша ырғақпен адымдау және сапта жүру бағытын өзгерту. Алақаны мен тізесіне сүйеніп түрлі бағытта еңбектеу. Мақсаты: Бір орында тұрып қос аяқтап және бір аяқтап секіруді, педагогтың белгісі бойынша ырғақпен адымдау және сапта жүру бағытын өзгертуді, алақаны	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Орташа жылдамдықпен ирек жол мен жүру әдістерін пысықтау. 4м арақашықтықтан қапшықты тік нысанаға иықтан асырып, оң және сол қолмен лақтыру. Арқан, жіптің бойымен басына қапшықты қойып, бір жақ жанымен қырымдап адамдап жүру. Мақсаты: Орташа жылдамдықпен ирек жол мен жүру әдістерін пысықтау. 4м арақашықтықтан қапшықты тік нысанаға иықтан асырып, оң және сол қолмен лақ-	П/Ш-«Б» групп Тема: Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке чередующим шагом. Прыжки через бревно. Цель: Учить ходить по гимнастической скамейке приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке чередующим шагом. Прыжки через бревно.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Бір орнында бір аяқпен (оң, сол аяқ) секіріп межеге жету. Екі аяқпен алға ырғып секіріп жылжу. Құрсауларды айналдырып, олардың ішінен өту. Мақсаты: Бір орнында бір аяқпен (оң, сол аяқ) секіріп межеге жетуді, екі аяқпен алға ырғып секіріп жылжуды, құрсауларды айналдырып, олардың ішінен өтуді үйрету.	П/Ш- «Б» гр Тема: Ходьба по скамейке приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке чередующим шагом. Прыжки через бревно. Цель Закреплять ходить по гимнастической скамейке приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке чередующим шагом. Прыжки через бревно.

		мен тізесіне сүйеніп түрлі бағытта еңбек теуді үйрету.	тыруды, арқан, жіптің бойымен басына қапшықты қойып, бір жақ жанымен қырымдап адымдап жүру.			
09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) Шеңбер бойына сапқа тұ-рып жаяу жүру. Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпау. Мақсаты: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) үйрету,бір қарқынды сақтай отыра шеңбер бойы-мен жүре білуді	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) Шеңбер бойына сапқа тұ-рып жаяу жүру. Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпау. Мақсаты: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) үйрету,бір қарқынды сақтай отыра шеңбер бойы-мен жүре білуді бекіту, Жаттығу кезінде		Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) Шеңбер бойына сапқа тұрып жаяу жүру. Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтат-пау.(қайталау) Мақсаты: Екі аяқпен секіру (ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) үйрету,бір қарқынды		

		бекіту, Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпауды қалыптастыру.	тыныс алуды тоқтатпауды қалыптастыру.		сақтай отыра шеңбер бойымен жүре білуді бекіту, Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпауды қалыптастыруды бекіту.	
09.40-10.00		Ортаңғы«А»топ 3.Тақырыбы: Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Мақсаты: Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру.	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Өкшемен отырып, допты бір-біріне домалату.Допты қашықтыққа қарай итеру. (қашықтық 2м) 6м қашықтықта алақаны мен тізесіне сүйеніп түрлі бағытта еңбектеу. Мақсаты: Өкшемен отырып, допты бір-біріне домалатуды, допты қашық-тыққа қарай итеруді, 6метр қашықтықта алақаны мен	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Мақсаты:		

			Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүруді үйрету.	тізесіне сүйеніп түрлі бағытта еңбектеуге жаттықтыруды үйрету.	Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүруді үйрету.	
	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп 0,5 (1-3) Тема: Бросать мяч вверх и ловит его двумя руками. Ходьба по бревну, ставя ногу с носка.	М/Д-«А» топ 3.Тақырыбы: Допты жоғары лақтыру, қабырғаға ұру, қағып алу. Допты бір-біріне лақтыру. Орындық үстінде еңбектеу. Мақсаты: Допты жоғары лақтыру, қабырғаға ұрды, қағып алуды, допты бір-	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру. Адымын кең ашып, жылдам қарқынмен жүгіру. Табанды өкшеден	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру. Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Бір аяқпен бір аяққа секіру дағдысын дамыту. Мақсаты: Нық

				біріне лақтыруды,орынд ық үстінде еңбектеуді үйрету	аяқтың ұшына дейін тигізу. Мақсаты: Көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру дағдысын қалыптастыру,а дымын кең ашып,жылдам қарқынмен жүгіруді жетілдіру. Таба нды өкшеден аяқтың ұшына дейін тигізу,тепе- теңдік сақтау кабілетін нығайту.	қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру. Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Бір аяқпен бір аяққа секіру дағдысын дамытуды үйрету.
Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальна я работа (какая группа, имя ребенка и указать какая	11.30- 12.00	Ересек«А»топ Айтжан Расул Негізгі қимылдар Еденде тігінен тұрған құрсау- дан еңбектеп өту.Тура секіру ді үйрету. Берік Сәния Допты	Ортаңғы«В»топ Лияс Алмат Негізгі қимылдар Еденде тігінен тұрған құрсау- дан еңбектеп өту.Тура секіру ді үйрету. Ерлан Іңкәр Еденде тігінен тұрған құрсау-	II/III-«Б» групп Аким Мерейлім Основные движение: Учить бросать мяч правой (левой) рукой в даль. Прыгать на правой (левой) ноге между предметами	Ересектер «А» тобы Тыным Азель Негізгі қимылдар: Қырлы тақтай- мен жүру.Еден- де бүйірімен тұрған сатының тепкішектері- нің арасымен	Ортаңғы А» топ Негізгі қимылдар: Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату.

<i>работа запланирована)</i>		домалатуды, құр саудан құрсауға екі аяқпен секіруді үйрету. Бір қатармен жүруді жалғастыру.	дан еңбектеп өту. Тура секіру ді үйрету.		жанаспай еңбектеу, еңбектеген кезде бағытты солға және оңға қарай жылдам өзгерту. Шектеулі алаңда қос аяқтап секіру.	
Құжаттармен жұмыс (<i>өтпелі тақырып бойынша инновациялық материал қосу</i>) / Работа с документами (<i>добавление инновационного материала по сквозной теме</i>)	12.00 - 12.30	Мектепке дейінгі білім беру ұйым әрекетінің басым бағыттарының бірі - әр баланың физикалық және психикалық денсаулығын сақтауға жағдай жасау, балалардың дұрыс эмоционалдық саулығын сақтау, әрбір баланың ерекшелігін сақтауға, педагогикалық сүйемелдеуіне жағдай жасау болыптабылады. Осының бәрі – денсаулық сақтау кеңістігі немесе білім беру мекемесінің денсаулық сақтау ортасы деген түсінікке жатады. Денсаулық сақтау ортасы дегеніміз – баланы икемді дамытатын, қысым көрсетпейтін орта, оның негізіне балалардың эмоционалды жайлы ортасымен жағымды күн тәртібі жатады. Қазіргі кезде денсаулық сақтау кеңістігі әлеуметтік-гигиеналық және психологиялық-педагогикалық, әдеп-этикалық, экологиялық, денсаулықты сауықтыру білім беру жүйелерінің кешенді шаралары деп қарастырылады. Осы кешенді шаралар баланың отбасында, балабақшада, тұрмыстық ортада аман-сау дамуына, психологиялық және физикалық денсаулығына жағдай жасайды. Мектепке дейінгі жаста адамның денсаулығының өмір бойы қалыптасуы орындалады. Бұл жаста дене тәрбиесінің ұйымдастырылуы баланың алдағы уақыттағы дамуына әсерін тигізеді. Осы жас аралығында баланың өзіндік қасиеттері, сабаққа қызығушылығы және баланың қабілеттері ашыла бастайды. Мектепке дейінгі балалардың жасында дене шынықтырудың қалыптасуы оқу-тәрбие үрдісінде қоршаған ортаны танып білуде, жолдастарына және өзіне деген оң көзқарастық орнатады.				
Әдістемелік жұмыс / Методическая работа	12.30 - 13.00	Мектеп жасына дейінгі балалардың негізгі дене қимылдарына жүру, жүгіру, секіру, лақтыру, еңбектеу, өрмелеу, асып түсу, шығу, тепе-теңдікті сақтау түрлерін дұрыс қалыптастыру негізгі мақсат болып табылады. Бұл дағдыларды қалыптастыру кезінде балалардан ынталы болуды, дұрыс орындауға талпынуды, оларға нақты нұсқаулар беруді, орындауларына көмек көрсетуді				

(Интернет ресурстарымен жұмыс, өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)		талап етеді. Дене шынықтыруды қимыл-қозғалыс ойындары арқылы жүзеге асырубалалардың дене мүшелері мен көңіл-күйлеріне қатты әсерін тигізеді.Қимыл-әрекетке толық жағдай жасаудың, барлық бала ойыннан қуаныштабуға мүмкіндік жасаудың маңызы зор. Ойын барысындағы іс-қимылды дұрыс сапалы түрде балаға жеткізіп,бірнеше рет қайталап әдетке айналдырғанда, бала ағзасындағы зат алмасуартып, жүйке жүйесі белсенділігін танытып, қан айналымы жақсарады.Қозғалыс барысындағы жиі демалудан бала ағзасындағы оттегіге дегенқажеттілік артады. Дене шынықтырудың арқасында баланың көңіл-күйжоғарылап, жүйке жүйесі бекиді. Дене шынықтыру нәтижесінде бала өзінің әрекетіне және топтық тәртіпке үйреніп, оның ережесіне бағынады. Бұлоның жан-жағындағы оқиғаға мән беріп қарауына, төзімді болуына, тәртіптісақтауына септігін тигізеді.				
Көрнекі құралдарды дайындау (өтпелі және тақырыпшаға сәйкес дидактикалық ойындар қосу) / Изготовление наглядного пособия (добавление дидактических игр в соответствии с свозной и подтемой)	13.00 - 14.00	Қимылды ойын «Торғайлар менмысық Мақсаты: бала ларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру Маскалар дайындау.	Қимылды ойын «Кім шапшаң» Мақсаты: балаларды шапшаңдыққа, тез қимылдауға тәрбиелеу. Шарты Балалар екі топқа бөлінеді. Алдарында әр түрлі заттар тұрады.Белгі бойынша жүгіріп сол заттарды себетке салады.	Қимылды ойын: «Ақ қоян» Мақсаты:Ұқыптылық пен жылдамдықты және ой-өрісін дамыту. Шарты:Балалар шеңберде тұрады. Бір баланы қасқыр болады.Қалғандары:Қоян отыр екі құлағы дір-дір етіп,екі қолын сілкілдетіп тоңды секірді,бір кезде оларды қасқыр келіп қорқытты деген кезде қасыр	Дидактические игры «Узнай движение по следу» Цел:закрепление знаний о видах ходьбы бега,прыжков. Правила игры: Точно выполнять движение,чтобы остался четкий след. Правильно называть выполненное движение.	Ұллық ойын «Тақия тастамақ» Мақсаты: Шапшаңдықты,ұқыптылықты дамыту. Шарты: Балалар шеңбер ішінде тұрады. Мысық бір бұрышта отыра-ды,ұйықтаған кезде тышқандар қоймаға келеді,оянып кетіп оларды ұстап алуға тырысады.

**«Күншуақ» бөбекжай балабақшасы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

**денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)
2021-2022 оқу жылы / учебный год қыркүйек/ сентябрь
Vапта / V неделя (27.09.2021 - 30.09.2021)**

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема: «Балабақша»

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Балабақша»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Балабақша»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная шруппа: «Балабақша» «Детский сад»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дүйсенбі / Понедельник 27.09.2021	Сейсенбі / Вторник 28 .09.2021	Сірсенбі / Среда 29.09.2021	Бейсенбі / Четверг 30.09.2021
Танертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал-жабдықтарды дайындау: қалталар, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: құрсаулар, гимнастикалық қабырға, ойын атрибуттары.	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар, гимнастикалық орындық, кіші топқа қимылды ойынға жұмсақ ойыншықтар	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: дөңгелек,кегли, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.

				дайындау (мысық,ит,аю)	
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какая группа, тема и цели)</i>	08.45- 09.10	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату. Биіктігі 40 см жіптің астынан қолды еденге тигізбей, бүйірімен еңбектеу. Мақсаты: Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалатуды, биік-тігі 40 см жіптің астынан қолды еденге тигізбей, бүйірімен еңбектеуді үйрету.	П/Ш-«Б» групп Тема: Ходьба с изменение направ-ления по сигналу воспитателя. Ползание по скамей ке, подтягиваясь руками. Прыжки на правой (левой) ноге на месте. Цель: Учить ходить с изменение направ-ления по сигналу воспитателя. Ползание по скамей ке, подтягиваясь руками. Прыжки на правой (левой) ноге на месте.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Құрсаудың ішімен түзу өту және жанымен өту.Допты асыра лақтыру және секіру жаттығулары. Мақсаты: Құрсаудың ішімен түзу өтуді және жанымен өтуді,допты асыра лақтыруды және секіру жаттығуларын үйрету.	П/Ш- «Б» гр Тема: Ходьба с приседанием. Метать мешочки из-за головы. Прыгать с гимнастической скамейке Цель: Учить ходить с приседанием. Метать мешочки из-за головы. Прыгать с гимнастической скамейке
	09.20- 09.35	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Екі аяқпен секі-ру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) Шеңбер бойына сапқа тұ-рып жаяу		Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Көлденең нысанаға лақтыру.Бір аяқтан бір аяққа секіруді үйрету. Мақсаты: Нық	

		жүру. Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпау. Мақсаты: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) үйрету,бір қарқынды сақтай отыра шеңбер бойымен жүре білуді бекіту, Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпауды қалыптастыру		қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Көлденең нысанаға лақтыру.Бір аяқтан бір аяққа секіруді үйретуді бекіту.	
09.40-10.00	Ортаңғы«А»топ Тақырыбы: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) Шеңбер бойына сапқа тұрып жаяу жүру. Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпау. Мақсаты: Екі	Ересек»А»топ 1.Тақырыбы: Бір орында тұрып жоғары секіру. Бір мезетте екі аяғымен еденнен серпіліп секіру. Мақсаты: Бір орында тұрып жоғары секіруді,бір мезгіл де екі аяғымен еденнен серпіліп секіруді үйрету. Дене шынықтыру сабағы-на деген қызығушылықта-	Ортаңғы«В» 2.Тақырыбы: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Көлденең нысанаға лақтыру.Бір аяқтан бір аяққа секіруді үйрету. Мақсаты: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Көлденең нысанаға лақтыру.Бір аяқтан бір аяққа		

		аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) үйрету,бір қарқынды сақтай отыра шеңбер бойымен жүре білуді бекіту, Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпауды қалыптастыру	рын арттыру.	секіруді үйретуді бекіту.	
10.10-10.30	П/Ш-«Б» групп 0,5 (1-3) Тема:(на воздухе). Ходьба с изменением направления по сигналу воспитателя. Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками. Цель:Учить детей ходить с изменением направления по сигналу воспитателя. Ползание по гимнастической	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Музыка дыбысына қозғалыс жасай білу. Жүгіру түрлері-45 секунд. Үлкен допты екі қолмен алға лақтыру және қағып алу. Бір орында екі аяқпен секіру. Мақсаты: Музыка дыбысына қозғалыс жасай білу. Жүгіру түрлері-45 секунд. Үлкен допты екі қолмен алға лақтыру және қағып алуды,бір орында екі аяқпен	Ересек «А» топ 3. Тақырыбы: Аздап жоғары көтерілген баспалдақтың тақтайшалары арқылы аттап өту. Еденде бүйірімен тұрған баспалдақ тепкіштерінің арасымен еңбектеп өту. Мақсаты: Аздап жоғары көтерілген баспалдақтың тақтайшалары арқылы аттап өтуге,еденде бүйірімен тұрған баспалдақ	Ортаңғы«В» 3.Тақырыбы: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Бір аяқтан бір аяққа секіру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту. Мақсаты: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Бір аяқтан бір аяққа секіру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өтуді үйретуді бекіту	

		скамейке, подтягиваясь руками.	секіруді үйрету.	тепкіштерінің арасымен еңбектеп өтуді орындау қабілетін дамыту.	
Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальна я работа (какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)	11.30-12.00	Ортаңғы«В»тобы Талғат Аяла Лияс Алмат Негізгі қимылдар Тізені жоғары көтеріп жүруді, ирек жолмен жүру және жүгіруді үйрету.	П/Ш-«Б» гр Арина Шайхудинова Основные движение: Учить ходить с приседанием Метание мешочка из-за головы двумя руками.Прыжки с гимнастической скамейке	Ересектер «А» тобы Дүйсенғали Хамза Негізгі қимылдар: Қырлы тақтаймен жүру. Еденде бүйірімен тұрған сатының тепкішектерінің арасымен жанаспай еңбектеу, еңбектеген кезде бағытты солға және оңға қарай жылдам өзгерту. Шектеулі алаңда қос аяқтап секіру.	Ортаңғы «А»топ Қайрат Айбар Негізгі қимылдар Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) Шеңбер бойына сапқа тұрып жаяу жүру.
Құжаттармен жұмыс (өтпелі тақырып бойынша инновациялық материал қосу) / Работа с документами (добавление	12.00 - 12.30	Денсаулық пен қозғалыс белсенділігінің өзара байланысына назар аудармау мүмкін емес.Ағзаның бейімделу мүмкіндіктерін арттырудың негізгі құралы – қозғалыс белсенділігі.Жалпы алғанда, қозғалыс белсенділігінің көрсеткіштеріне көптеген факторлар біріге ықпалын тигізеді, мұнда дене тәрбиесі мен оңтайлы күн тәртіптемесі, әрекет түрлерін ұтымды ауыстырып отыру, баланың бос уақытын физикалық белсенді демалыспен толтыру маңызды рөл атқарады.Біз балалардың қозғалыс белсенділігін арттыру факторы ретінде МДБҰ-дағы заманауи денсаулықты сақтау технологияларын қарастырамыз.10 Денсаулық бұл – адамның ең ұзақ ғұмыры бойындағы әлеуметтікбелседілігі мен тиімді еңбекке			

инновационного материала по сквозной теме)		кабілеттілік дәрежесін, биологиялық физиологиялық және психологиялық қызметін сақтауы мен дамыту үдерісі.Ендеше, жас ұрпақтың дені сау, білімді азамат болып ер жетуі, қоғамнан өз орнын дұрыс таңдай алатын,еркін ойлау қабілеті қалыптасқан, мәдениетті,скер жеке тұлға тәрбиелеу ең алдымен, ата-анасына, одан соң мектепкедейінгі ұйымға және қоршаған ортаға байланысты Оқу-тәрбие үдерісінің сапасы мен нәтижесі ең алдымен алдымызда отырған өскелең ұрпақ пен оны өмірге жетелейтін нұсқаушы денсаулығына тікелей байланысты болатынын ескере келіп, денсаулығы төмен ұстаз бен тәрбиленушінің берері де аз, нәтижесі де төмен болады. Олай болса, ең бастысы бала мен педагог денсаулығын сақтау басты міндетіміз деп, ұлы ойшыл Әбунасыр әл-Фарабидің: «Адам денесінің жетілуі - оның денсаулығы. Егер денің сау болса, оның денсаулығы. Егер дені сау болса, онда оны сақтамақкерек; - деген асыл сөзінен негіз аламыз.				
Әдістемелік жұмыс / Методическая работа <i>(Интернет ресурстарымен жұмыс, өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)</i>	12.30 - 13.00	Бүгінгі қоғамымызда салауатты өмір салтына деген саналы көзқарастың жеткіліксіздігі азаматтардың рухани деңгейінің төмендігінежәне оның нәтижесінде жағымсыз жайттардың кең өрістеуіне себепкер болып отыр. Жастар денсаулығының нашарлауы, олардың ағзаларының ауруға қарсы тұру қабілетінің әлсіздігі, азып-тозуы, тез шаршағыштығы, өмірінің қысқа болуы– осы жайттардың айқын көрінісі. Салауатты жас ұрпақты қалыптастыру - ел дамуының негізгі стратегиялық міндеттерінің бірі. Қазақстан Республикасындағы барлық бұқаралық әлеуметтік-демографиялық топтардың, әсіресе мектеп жасына дейінгі балалардың денсаулығы нашарлауы салдарынан соңғы жылдары салауатты өмір салтына (СӨС) әрбір адамның жеке қызығушылығын тәрбиелеу ерекше өзекті болып болып табылады.Оның шешімі балалардың денсаулығына жанашырлықпен белсенді қарым-қатынас жасап және оны бала жастан нығайтуды талап етеді.Мектеп жасына дейінгі балалардың салауатты өмір салтын негіздерін табысты қалыптастыруда негізінен, мақсатты жүйелі оңалту жұмысы мектепке дейінгі ұйым мен отбасына, бала-мұғалім-ата-ананың үштігінің өзара үйлесімді қызметіне байланысты, медициналық және педагогикалық үдерісті іске асыру үшін жағдай жасау бастамашысы және үйлестірушісі ретінде балабақша қызметкерлері қызмет етуі тиіс.				
Көрнекі құралдарды	13.00 - 14.00	Қимылды ойын	Қимылды ойын «Допты	Қимылды ойын. «Аққу-	Подвижная игра «Кто сделает	Подвижная игра «Сделай фигуру»

дайындау (өтпелі және тақырышаға сәйкес дидактикалық ойындар қосу) / Изготовление наглядного пособия (добавление дидактических игр в соответствии с сквозной и подтемой)		«Жұптасып жүгіру» Мақсаты; жылдамдықты дамыту, ұқыптылыққа баулу Шарты; балалар жұптасып тұрады. Бір шетте жұп санына сәйкес заттар тұрады. Белгі бойынша бірінші тізбек барып зат-ты айналып келеді. келесі белгі бойынша келесі жұп жүгіреді. Қолдарын жіберген топ ойыннан шығады.	қуып жет» Мақсаты: лақтырған допты қуып жетуге үйрету. Шарты: Шеңберде тұрып, доппен бірге шеңберді айналып келеді де, допты көздеген балаға допты береді де доппен бірге жүгіреді.	қаздар» Мақсаты: Балалар-ды шапшаңдыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу. Шарты: Залдың бір шетіне қаздар тұра тын үй белгіленеді, қарсы шетіне бақта шы тұрады. Бір жақ шетінде қасқырдың үңгірі болады. Бақташы қаздарды жайылымға алып шығады да әндете-ді. Қаздар да әнде-тіп жауап береді. Сол кезде қасқыр оларды қуа жөне-леді. Сонан соң ұсталған қаздарды санайды.	меньше шагов?» Правила игры: Чертят 2 линии на расстоянии 6-8 м. Несколько играющих становятся за одну линию и начинают переходить или пере-бегать за дру-гую линию, ста-рась шаги делать как можно длинее. Выигрывает тот, кто сделает меньше шагов.	Правила игры: Дети разбегаются по всей зале. По сигналу воспитателя они быстро останавливаются на месте и принимают какую-нибудь позу, поднимают руки в стороны и т.п. Инструктор отмечает, чья фигура интереснее.
--	--	--	--	---	---	--

**«Күншуақ» бөбекжай балабақшасы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

**денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуры (1 аусым -1 смена)
2021-2022 оқу жылы / учебный год) Қазан/Октябрь
Іапта / I неделя (04.10.2021 - 08.10.2021)**

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Табиғат әлемі»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Табиғат әлемі»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Табиғат әлемі» «Мир природы»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 04.10.2021	Сейсенбі / Вторник 05.10.2021	Сәрсенбі / Среда 06.10.2021	Бейсенбі / Четверг 07.10.2021	Жұма / Пятница 08.10.2021
Танертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: доптар, доғалар, жалаушалар.	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: қалталар, гимнастикалық	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: құрсаулар, гимнастикалық	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар, гимнастикалық	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: дөңгелек,кегли, гимнастикалық

			орындық, ойын атрибуттары.	қабырға, ойын атрибуттары.	орындық, кіші топқа қимылды ойынға жұмсақ ойыншықтар дайындау (мысық,ит,аю)	орындық, ойын атрибуттары.
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какая группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Шеңбер түрінде дөңгелентіп тас-талған жіпті бойлай жүру. Төртаяқтап ең-еңбектеген кезде қол мен аяқтың үйлесімділі. Жабдықты топ-пен бірге жұ-мыс істеу және жіпке денесін тигізбеу.Спорт-пен айналысу, сұлу да шымыр болуға деген қы-зығушылығын қалыптастыру. Мақсаты: Шеңбер түрінде дөңгелентіп тасталған жіпті бойлай жүруді, Төрт аяқтап	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: 1.Тақырыбы: Негізгі қимылдар: Орта жылдамдық-пен жүруді кезектестіре отырып,40-50 метрге жүгіру. Табан мен алақанға сүйеніп төрттағандап еңбектеу. Мақсаты: Орта жылдамдықпен жүруді кезектес-тіре отырып,40-50 метргежүгіру. Табан мен алақанға сүйеніп төрттағандап еңбектеуді үйрету.	П/Ш-«Б» групп Тема: Бег «змейкой» между предметами. Бросание мяча в корзину. Ползание под верёвкой с мячом в руках. Цель: Учить ходить по гимнас-тической скамейке приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке чередую-щим шагом.Прыж-ки через бревно.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Негізгі қимылдар: Заттардан аттап жүру,шектел-ген беткей үстімен адым-дап, аяқ ұшы-мен жүру, ны-санаға құм салынған қап-шықты, асықты дәлдеп лақтыру Мақсаты: Заттардан аттап жүруді, шек-телген беткей үстімен адым-дап, аяқ ұшы-мен жүруді, нысанаға құм салынған қапшықты, асықты дәлдеп лақтыруды	П/Ш- «Б» гр Тема: Ходьба по скамейке приставным шагом. Лазание по гимнастичес-кой стенке чере-дующим шагом. Прыжки через бревно. Цель Закреплять ходить по гимнас-тической скамей-ке приставным шагом. Лазание по гимнасти-ческой стенке чередующим шагом.Прыжки через бревно.

		еңбектеген кезде қол мен аяқтың үйлесімділігін дамытуды жалғастыру, жабдықты топпен бірге жұмыс істеу және жіпке денесін тигізбеу қабілетін дамытуды қалыптастыру.			үйрету.	
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) Шеңбер бойына сапқа тұрып жаяу жүру. Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпау. Мақсаты: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру)	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) Шеңбер бойына сапқа тұрып жаяу жүру. Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпау. Мақсаты: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) үйрету, бір		Ортаңғы «А» топ 2.Тақырыбы: Екі аяқпен секіру(ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) Шеңбер бойына сапқа тұрып жаяу жүру. Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпау.(қайталау) Мақсаты: Екі аяқпен секіру (ақты қосып	

		үйрету,бір қарқынды сақтай отыра шеңбер бойы-мен жүре білуді бекіту, Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпауды қалыптастыру.	қарқынды сақтай отыра шеңбер бойы-мен жүре білуді бекіту, Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпауды қалыптастыру.		секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) үйрету,бір қарқынды сақтай отыра шеңбер бойы-мен жүре білуді бекіту, Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпауды қалыптастыруды бекіту.	
09.40-10.00			Ортаңғы«А»топ 3.Тақырыбы: Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Өкшемен отырып, допты бір-біріне домалату.Допты қашықтыққа қарай итеру. (қашықтық 2м) 6м қашықтықта алақаны мен тізесіне сүйеніп түрлі бағытта еңбектеу. Мақсаты: Өкшемен отырып, допты бір-біріне домалатуды,допты	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 10	

			жүру. Мақсаты: Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүруді үйрету.	қашық-тыққа қарай итеруді, 6 метр қашықтықта алақаны мен тізесіне сүйеніп түрлі бағытта еңбектеуге жаттықтыруды үйрету.	см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Мақсаты: Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүруді үйрету.	
	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп 0,5 (1-3) Тема: Бросать мяч о землю и ловить его двумя руками. Ходьба по гимнастической	М/Д-«А» топ 3.Тақырыбы: Допты жоғары лақтыру, қабырғаға ұру, қағып алу. Допты бір-біріне лақтыру. Орындық үстінде еңбектеу.	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру. Адымын кең	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру. Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті

			скамейке с разных положений рук. Цель: Учить Бросать мяч о землю и ловить его двумя руками. Ходьба по гимнастической скамейке с разных положений рук.	Мақсаты: Допты жоғары лақтыру, қабырғаға ұрдыу, қағып алуды, допты бір-біріне лақтыруды, орындық үстінде еңбектеуді үйрету	ашып, жылдам қарқынмен жүгіру. Табанды өкшеден аяқтың ұшына дейін тигізу. Мақсаты: Көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру дағдысын қалыптастыру, адымын кең ашып, жылдам қарқынмен жүгіруді жетілдіру. Табанды өкшеден аяқтың ұшына дейін тигізу, тепе-теңдік сақтау қабілетін нығайту.	сақтау. Бір аяқпен бір аяққа секіру дағдысын дамыту. Мақсаты: Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру. Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Бір аяқпен бір аяққа секіру дағдысын дамытуды үйрету.
Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс	11.30-12.00	Ересек «А» топ Айтжан Расул Негізгі қимылдар Еденде тігінен тұрған құрсау-	Ортаңғы «В» топ Лияс Алмат Негізгі қимылдар Еденде тігінен тұрған құрсау-дан еңбектеп	П/Ш-«Б» групп Аким Мерейлім Основные движение: Учить бросать мяч правой (левой)	Ересектер «А» тобы Тыным Азель Негізгі қимылдар: Қырлы тақтай-	Ортаңғы А» топ Негізгі қимылдар: Тізені жоғары көтеріп жүру және аяқтың ұшымен жүгіру.

<i>жоспарланды жазылуы керек) /</i> Индивидуальна я работа <i>(какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)</i>		дан еңбектеп өту.Тура секіру ді үйрету. Берік Сәния Допты домалатуды,кұр саудан құрсауға екі аяқпен секіруді үйрету. Бір қатармен жүруді жалғастыру.	өту.Тура секіру ді үйрету. Ерлан Іңкәр Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту.Тура секіру ді үйрету.	рукой в даль. Прыгать на правой (левой) ноге между предметами	мен жүру.Еденде бүйірімен тұрған сатының тепкішектерінің арасымен жанаспай еңбектеу, еңбектеген кезде бағытты солға және оңға қарай жылдам өзгерту. Шектеулі алаңда қос аяқтап секіру.	Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату.
Құжаттармен жұмыс <i>(өтпелі тақырып бойынша инновациялық материал қосу) /</i> Работа с документами <i>(добавление инновационного материала по сквозной теме)</i>	12.00 - 12.30	Мектепке дейінгі білім беру ұйым әрекетінің басым бағыттарыныңбірі - әр баланың физикалық және психикалық денсаулығын сақтауға жағдайжасау, балалардың дұрыс эмоционалдық саулығын сақтау, әрбір баланыңерекшелігін сақтауға, педагогикалық сүйемелдеуіне жағдай жасау болыптабылады. Осының бәрі – денсаулық сақтау кеңістігі немесе білім беру мекемесінің денсаулық сақтау ортасы деген түсінікке жатады.Денсаулық сақтау ортасы дегеніміз – баланы икемді дамытатын, қысымкөрсетпейтін орта, оның негізіне балалардың эмоционалды жайлы ортасымен жағымды күн тәртібі жатады. Қазіргі кезде денсаулық сақтау кеңістігіәлеуметтік-гигиеналық және психологиялық-педагогикалық, әдеп-этикалық,экологиялық, денсаулықты сауықтыру білім беру жүйелерінің кешенді шаралары деп қарастырылады. Осы кешенді шаралар баланың отбасында,балабақшада, тұрмыстық ортада аман-сау дамуына, психологиялық жәнефизикалық денсаулығына жағдай жасайды. Мектепке дейінгі жаста адамның денсаулығының өмір бойықалыптасуы орындалады. Бұл жаста дене тәрбиесінің ұйымдастырылуыбаланың алдағы уақыттағы дамуына әсерінтигізеді.Осы жас аралығындабаланың өзіндік қасиеттері, сабаққа қызығушылығы және				

		баланың қабілеттері ашыла бастайды. Мектепке дейінгі балалардың жасында дене шынықтырудың қалыптасуы оқу-тәрбие үрдісінде қоршаған ортаны танып білуде, жолдастарына және өзіне деген оң көзқарастық орнатады.				
Әдістемелік жұмыс / Методическая работа <i>(Интернет ресурстарымен жұмыс, өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)</i>	12.30 - 13.00	Мектеп жасына дейінгі балалардың негізгі дене қимылдарына жүру, жүгіру, секіру, лақтыру, еңбектеу, өрмелеу, асып түсу, шығу, тепе-теңдікті сақтау түрлерін дұрыс қалыптастыру негізгі мақсат болып табылады. Бұлдағдыларды қалыптастыру кезінде балалардан ынталы болуды, дұрыс орындауға талпынуды, оларға нақты нұсқаулар беруді, орындауларына көмек көрсетуді талап етеді. Дене шынықтыруды қимыл-қозғалыс ойындары арқылы жүзеге асыру балалардың дене мүшелері мен көңіл-күйлеріне қатты әсерін тигізеді. Қимыл-әрекетке толық жағдай жасаудың, барлық бала ойыннан қуаныштабуға мүмкіндік жасаудың маңызы зор. Ойын барысындағы іс-қимылды дұрыс сапалы түрде балаға жеткізіп, бірнеше рет қайталап әдетке айналдырғанда, бала ағзасындағы зат алмасу артып, жүйке жүйесі белсенділігін танытып, қан айналымы жақсарады. Қозғалыс барысындағы жиі демалудан бала ағзасындағы оттегіге деген қажеттілік артады. Дене шынықтырудың арқасында баланың көңіл-күй жоғарылап, жүйке жүйесі бекиді. Дене шынықтыру нәтижесінде бала өзінің әрекетіне және топтық тәртіпке үйреніп, оның ережесіне бағынады. Бұлоның жан-жағындағы оқиғаға мән беріп қарауына, төзімді болуына, тәртіпті сақтауына септігін тигізеді.				
Көрнекі құралдарды дайындау <i>(өтпелі және тақырыпшаға сәйкес дидактикалық ойындар қосу) /</i>	13.00 - 14.00	М/Д топ Қимылды ойын «Біз көңілді балалар» Мақсаты: балаларды	Ортаңғы топ Қимылды ойын «Қасқырлар мен лақтар» Мақсаты: балаларды	Ортаңғы топ Қимылды ойын: «Ақ қоян» Мақсаты: Ұқыптылық пен жылдамдықты және ой-өрісін дамыту. Шарты: Балалар	Дидактические игры «Мы веселые ребята» Цель игры: Закрепление знаний о видах ходьбы бега, прыжков.	Ересек топ. Қимылды ойын «Өткеншек» Мақсаты: Шапшаңдықты, ұқыптылықты дамыту.

Изготовление наглядного пособия <i>(добавление дидактических игр в соответствии с сквозной и подтемой)</i>		ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру	шапшаңдыққа, тез қимылдауға тәрбиелеу. Шарты Балалар екі топқа бөлінеді. Алдарында әр түрлі заттар тұрады. Белгі бойынша жүгіріп сол заттарды себетке салады.	шеңберде тұрады. Бір баланы қасқыр болады. Қалғандары: Қоян отыр екі құлағы дір-дір етіп, екі қолын сілкілдетіп тоңды секірді, бір кезде оларды қасқыр келіп қорқытты деген кезде қасыр	Правила игры: Точно выполнять движение, чтобы остался четкий след. Правильно называть выполненное движение.	
---	--	---	---	--	--	--

**«Күншуақ» бөбекжай балабақшасы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год) Қазан/Октябрь

II апта / II неделя (11.10.2021 – 15.10.2021)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Табиғат әлемі»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Табиғат әлемі »

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Табиғат әлемі» «Мир природы»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 11.10.2021	Сейсенбі / Вторник 12.10.2021	Сәрсенбі / Среда 13.10.2021	Бейсенбі / Четверг 14.10.2021	Жұма / Пятница 15.10.2021
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: доптар, доғалар, жалаушалар.	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: қалталар, гимнастикалық орындық, ойын	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: күрсаулар, гимнастикалық қабырға, ойын	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар, гимнастикалық орындық, кіші	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: дөңгелек,кегли, гимнастикалық орындық, ойын

			атрибуттары.	атрибуттары.	топқа қимылды ойынға жұмсақ ойыншықтар дайындау (мысық,ит,аю)	атрибуттары.
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какой группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: 1.Самокат тебу және секіру. 2.Бір орында алға қарай қос аяқтап секіру. 3.Бір уақытта екі аякпен бір-дей еденнен серпіліп секіру. Мақсаты: Самокат тебу және секіру дағдыларын қалыптастыру.С апта жүрген кезде бағытты өзгерту қабілетін жетілдіру.Педагогтың түсіндіргендерін мұқият тыңдау,көрсеткендерін бақылау қабілетін	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Негізгі қимылдар: көлбеу басқышпен өрмелеп өтіп, сатыдан ұстай отырып қайта түсу қолды еденге тигізбей доға астынан еңбектеу; Мақсаты: Көлбеу басқышпен өрмелеп өтіп, сатыдан ұстай отырып қайта түсуді қолды еденге тигізбей доға астынан еңбектеуді үйрету.	П/Ш-«Б» групп Тема: 1. Ходьба по скамейке приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке не пропуская пролёта. Прыжки через бревно. Цель: Учить ходить по скамейке приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке не пропуская пролёта. Прыжки через бревно.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Негізгі қимылдар: допты екі қолымен заттар арасымен жүргізу (арақашықтығы 4 м) орнынан биіктікке, арқаннан, сызықтан аттап секіру. Мақсаты: Допты екі қолымен заттар арасымен жүргізуді (арақашықтығы 4 м) орнынан биіктікке, арқаннан, сызықтан аттап секіруді	П/Ш- «Б» гр Тема: Бег «змейкой» между предметами. Бросать мяч в корзину. Ползание под верёвкой в руках. Цель: закреплять умение бегать «змейкой» между предметами. Бросать мяч в корзину. Ползание под верёвкой в руках.

		қалыптастыру, жинақылыққа, зейінді болуға үйрету. Өз организмін күтуге үйрету.			үйрету.	
09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Сапта бірінің артынан бірі жүру және жүгіру. Бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Қос аяқпен басты затқа тигізіп секіруді дамыту Мақсаты: Сапта бірінің артынан бірі жүру және жүгіру. Бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Қос	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы:. Сапта бірінің артынан бірі жүру және жүгіру. Бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Қос аяқпен басты затқа тигізіп секіруді дамыту Мақсаты: Сапта бірінің артынан бірі жүру және жүгіру. Бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Қос аяқпен басты затқа тигізіп секіруді		Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы: Тапсырманы орындай отырып, сапта бір-біреуден жүру және жүгіру. Қос аяқпен басты затқа тигізіп секіру.Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. Мақсаты: Тапсырманы орындай отырып, сапта бір-біреуден жүру және жүгіру. Қос аяқпен басты		

		аяқпен басты затқа тигізіп секіруді дамытуды үйрету.	дамытуды үйрету.		затқа тигізіп секіру.Қарама- қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалатуын жетілдіруді бекіту..	
09.40- 10.00			Ортаңғы«А»топ 3.Тақырыбы: Сапта бірінің артынан бірі жүру және жүгіру. Қарама- қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. "Жыланша" арасы алшақ тұрған заттар арасымен еңбектеуін жетілдіру. Мақсаты: Сапта бірінің артынан бірі жүру және жүгіру. Қарама- қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату.	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Жоғары қарай секіру және төрт- тағандап еңбектеу. Бұрылу үшін мей- лінше биікке секі- ру.Доғаның астынан өтіп,еңбек теу.(кезекпен) Мақсаты: Жоғары қарай секіру және төрттағандап ең- бектеу дағдыларын қалыптастыру.бұр ылу үшін мейлін- ше биікке секіруге үйрету, сапта тұр- ғанда бірқалыпты қозғалыс ырғағын сақтай отырып жү- ру және жүгіру қа- білетін нығайту.	Ортаңғы- «В»топ 2.Тақырыбы: Тапсырманы орындай отырып, сапта бір-біреуден жүру және жүгіру. Қос аяқпен басты затқа тигізіп секіру.Қарама- қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. Мақсаты: Тапсырманы орындай отырып, сапта бір-біреуден жүру және жүгіру. Қос	

			"Жыланша" арасы алшақ тұрған заттар арасымен еңбектеуін жетілдіруді үйрету.	Еңбектеуге жаттықтыру. 3 доғаның астынан кезекпен өткізіп, ептілік пен икемділік қабілетін дамыту. Өз денсаулығын күтуге үйрету.	аяқпен басты затқа тигізіп секіру.Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалатуын жетілдіруді бекіту.	
	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп 0,5 (1-3) Тема: 3.Бросать мяч о землю и ловить его двумя руками. Ходьба по гимнастической скамейке с разных положений рук. Цель:Учить бросать мяч о землю и ловить его двумя руками. Ходьба по гимнастической скамейке с разных положений рук.	М/Д-«А» топ 3.Тақырыбы: 1.Жоғары қарай секіру және бір орында тұрып секіру. 2.Допты заттардың арасымен домалату. 3.Бір орында секіру,оң және сол жаққа бұрылу. Мақсаты: Жоғары қарай секіруді, және бір орында тұрып секіруді, допты заттардың арасымен домалатуды, бір орында секіру,оң және сол жаққа бұрылу дағдыларын	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: 1.Жоғары қарай секіру және бір орында тұрып секіру. 2.Допты заттардың арасымен домалату. 3.Бір орында секіру,оң және сол жаққа бұрылу. Мақсаты: Жоғары қарай секіруді, және бір орында тұрып секіруді, допты заттардың арасымен	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Сапта бірінің артынан бірі жүру және жүгіру. Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. "Жыланша" арасы алшақ тұрған заттар арасымен еңбектеуін жетілдіру. Мақсаты: Сапта бірінің артынан бірі жүру және жүгіру. Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату.

				үйрете отырып жаттықтыру. Зейінін үйлестіру қабілетін дамыту. Салауатты өмір сүру дағдысын қалыптастыру.	домалатуды, бір орында секіру, оң және сол жаққа бұрылу дағдыларын үйрете отырып жаттықтыру. Зейінін үйлестіру қабілетін дамыту. Салауатты өмір сүру дағдысын қалыптастыру.	"Жыланша" арасы алшақ тұрған заттар арасымен еңбектеуін жетілдіруді
Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальна я работа (какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Мұсағали Алихан Негізгі қимылдар Сапта бірінің артынан бірі жүру және жүгіру. Бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Қос аяқпен басты затқа тигізіп секіруді	Ортаңғы«В»топ Болатқызы Зере Негізгі қимылдар Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту.Тура секіру ді үйрету. Ерлан Іңкәр Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту.Тура секіру ді үйрету.	П/Ш-«Б» групп Башпай Кәусар Основные движение: Сахиева Альбина Учить бросать мяч правой (левой) рукой в даль. Прыгать на правой (левой) ноге между предметами М/Д топ.О.П.П Смагулов Сагын Тақырыбы:Көлбеу басқышпен өрмелеп өтіп, сатыдан ұстай	Ересектер «А» тобы Мейрамбек Ақниет Негізгі қимылдар: Қырлы тақтаймен жүру. Еденде бүйірімен тұрған сатының тепкішектерінің арасымен жанаспай еңбектеу, еңбектеген	П/Ш «Б» групп Жанат Алпыспай Основные движение: Учить бросать мяч правой (левой) рукой в даль. Прыгать на правой (левой) ноге между предметами

		Берік Сәния Допты домалатуды, құрсаудан құрсауға екі аяқпен секіруді үйрету. Бір қатармен жүруді жалғастыру.		отырып қайта түсуді қолды еденге тигізбей доға астынан еңбектеуді үйрету	кезде бағытты солға және оңға қарай жылдам өзгерту. Шектеулі алаңда қос аяқтап секіру.	
Құжаттармен жұмыс <i>(өтпелі тақырып бойынша инновациялық материал қосу) /</i> Работа с документами <i>(добавление инновационного материала по сквозной теме)</i>	12.00 - 12.30	Денсаулық бұл – адамның ең ұзақ ғұмыры бойындағы әлеуметтік белсенділігі мен тиімді еңбекке қабілеттілік дәрежесін, биологиялық физиологиялық және психологиялық қызметін сақтауы мен дамыту үдерісі. Ендеше, жас ұрпақтың дені сау, білімді азамат болып ер жетуі, қоғамнан өзін орынды дұрыс таңдай алатын, еркін ойлау қабілеті қалыптасқан, мәдениетті, іскер жеке тұлға тәрбиелеу ең алдымен, ата-анасына, одан соң мектепке дейінгі ұйымға және қоршаған ортаға байланысты. Оқу-тәрбие үдерісінің сапасы мен нәтижесі ең алдымен алдымызда отырған өскелең ұрпақ пен оны өмірге жетелейтін мұғалім денсаулығына тікелей байланысты болатынын ескере келіп, денсаулығы төмен тәрбиеші бен тәрбиеленушінің берері де аз, нәтижесі де төмен болады. Олай болса, ең бастысы тәрбиеші мен тәрбиеленушінің денсаулығын сақтау басты міндетіміз деп, ұлы ойшыл Әбунасыр әл-Фарабидің: «Адам денесінің жетілуі - оның денсаулығы. Егер денің сау болса, оның денсаулығы. Егер дені сау болса, онда оны сақтамақ керек; - деген асыл сөзінен негіз аламыз. Баланың денсаулығы – қоғамның экономикалық, әлеуметтік және саналы жетістіктерін сипаттайтын маңызды көрсеткіштердің қатарына жатады. Қазақстандағы балалардың денсаулық деңгейлері қоғамның, әсіресе дәрігерлер мен педагогтердің арасында дабыл қағуда.				
Әдістемелік жұмыс / Методическая работа <i>(Интернет ресурстарымен жұмыс, өзін-өзі</i>	12.30 - 13.00	Өз білімін жетілдіру тақырыбы бойынша жұмыс: Қимыл-қозғалыс белсенділігі-жоғары дамыған тірі материяның ерекшелігі ғана емес, тіршілікке қажетті жағдай. Адамның эволюциясындағы дамуы оның барлық мүшелері мен жүйелерінің қалыпты қызмет атқаруын тек белсенді қимыл-қозғалыс әрекеттері бар жағдайларда ғана мүмкін еткен. Баланың қимыл-қозғалыстар табиғи мұқтаждығы шектелген болса, оның іштен туа біткен				

дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)		мүмкіндіктері өз маңызынан айырылады. Әрекетсіздік денені де бұзады. Қимыл-қозғалыс белсенділігінің шектелуі организмнің қызметтік және құрылымдық өзгерістеріне әкеліп, өмірін дене жаттығуларын жасау барысында организмнің ішкі ортасында пайда болатын өзгерістерге төтеп бергіштік – жаттыққан организмнің ерекше қасиеті. Сонымен қатар, дене жаттығулары адамның сыртқы ортаның зиянды факторларына да беріктігін арттырады. Спортпен жүйелі шұғылданатын балалардың денсаулығы мықты, суық тигеннен болатын ауруларының жиілігі төмен. Мектеп тіршілігі жағдайларында, қалыпты дене дамуы мен денсаулыққа қажетті қимыл-қозғалысқа деген табиғи мұқтаждық шектелген. Дене тәрбиесі мұғалімінің, спорт мектебі бапкерінің назарында дене жаттығуларының сауықтырушы рөлі бірінші кезекте болуы керек. ысқартады.				
Көрнекі құралдарды дайындау (өтпелі және тақырыпшаға сәйкес дидактикалық ойындар қосу) / Изготовление наглядного пособия (добавление дидактических игр в соответствии с сквозной и подтемой)	13.00 - 14.00	Ортаңғы топ. Қимылды ойын «Ұшты-ұшты» Мақсаты: балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру	Ортаңғы топ. Қимылды ойын «Қаздар» Мақсаты: Балалардың музыкалық есту қабілетін дамыту және қаздардың тіршілігі-мен таныстыру.	М/Д «А» топ. Қимылды ойын: «Тышқан мен қақпан» Мақсаты: Ұқыптылық пен жылдамдықты және ой-өрісін дамыту. Жылдамдықты дамыту.	П/Ш «Б» групп Дидактические игры «Узнай движение по следу» Цель:закрепление знаний о видах ходьбы бега, прыжков. Правила игры: Точно выполнять движение, чтобы остался четкий след. Правильно называть выполненное движение.	Ересек топ Ұллық ойын «Тақия тастамақ» Мақсаты: Шапшаңдықты, ұқыптылықты дамыту. Шарты: Балалар шеңбер ішінде тұрады. Мысық бір бұрышта отырады, ұйықтаған кезде тышқандар қоймаға келеді, оянып кетіп оларды ұстап алуға тырысады.

«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА
денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)
2021-2022 оқу жылы / учебный год Қараша/Ноябрь
I апта / I неделя (01.11.2021 – 05.11.2021)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Табиғат әлемі»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Табиғат әлемі »

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Табиғат әлемі» «Мир природы»

Мазмұны / Содержание	Уақыты / Время	Дусенбі/ Понедельник 01.11.2021	Сейсенбі / Вторник 02.11.2021	Сәрсенбі / Среда 03.11.2021	Бейсенбі / Четверг 04.11.2021	Жұма / Пятница 05.11.2021
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: доптар, доғалар, жалаушалар.	Қолданылатын құрал-жабдықтарды дайындау: калталар, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: құрсаулар, гимнастикалық қабырға, ойын атрибуттары.	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар, гимнастикалық орындық, кіші топқа қимылды ойынға жұмсақ ойыншықтар дайындау (мысық,ит,аю)	Қолданылатын құрал-жабдықтарды дайындау: дөңгелек,кегли, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.

ҰОҚ (қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) / ОУД (написание какая группа, тема и цели)	08.45-09.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Самокат тебу,бір аяқпен жердің бетінен күшпен итерілу.Жылан- ша журу және жүгіру,заттарды оң және сол жақ-тан айналып өту. Қолды бастан жоғары көтеріп шапалақтап,ырғақпен секіру. Мақсаты:Самокат тебуді, бір аяқпен жердің бетінен күшпен итерілуді,жылан ша» журу және жүгіруді,заттар-ды оң және сол жақтан айналып өтуді,қолды бастан жоғары көтеріп шапалақ тап,ырғақпен секіруді үйрету.	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Негізгі қимылдар: гимнастикалық орындық үстінде ішпен еңбектеу допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру. Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстінде ішпен еңбектеуді, допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыруды үйрету.	П/Ш-«Б» групп Тема: Ползание по скамейке, подтягиваясь руками, мяч между ног. Прыжки через гимнастические палки. Бросание мяча в цель. Цел:Учить про- ползать по скамейке подтяги- ваясь руками, мяч между ног и пры- гать через гимнастические палки, бросать мяча в цель.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Негізгі қимыл-дар әр қадам сайын допты алдынан неме-се артынан қол-дан-қолға ауыс-тыра отырып орындық үстімен жүру. Қарапайым музыка ырғағы-на сай қолды шапалақтау. Мақсаты: Әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып орындық үстімен жүруді, қарапайым музыка ырға-ғына сай қолды шапалақтады үйрету.	П/Ш- «Б» гр Тема: Ползание по гимнастичес-кой скамейке, подтягиваясь руками, мяч между ног. Прыгать через гимнастические палки. Бросание мяча в цель. Цел:Учить про- ползать по скамейке подтяги- ваясь руками, мяч между ног и пры- гать через гимнастические палки, бросать мяча в цель.
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Бағытты өзгертіп жүру және жүгіру.2-3 м қашықтыққа алға жылжи отырып секіру.Еденге	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы:. Сапта бірінің артынан бірі жүру және жүгіру. Бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай		Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы Бағытты өзгертіп жүру және жүгіру. Еденге қойылған тақта бетімен еңбектеу. Тұрған орнынан	

		қойылған тақта бетімен еңбектеуін дамыту. Мақсаты: Бағытты өзгертіп жүру және жүгіру. 2-3 м қашықтыққа алға жылжи отырып секіру. Еденге қойылған тақта бетімен еңбектеуін дамытуын үйрету.	бойымен жүру. Қос аяқпен басты затқа тигізіп секіруді дамыту Мақсаты: Сапта бірінің артынан бірі жүру және жүгіру. Бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Қос аяқпен басты затқа тигізіп секіруді дамытуды үйрету.		ұзындыққа секіру. Мақсаты: Бағытты өзгертіп жүру және жүгіру. Еденге қойылған тақта бетімен еңбектеу. Тұрған орнынан ұзындыққа секіруді үйретуді бекіту	
09.40-10.00			Ортаңғы»А» топ Бағытты өзгертіп жүру және жүгіру. Тұрған орнынан ұзындыққа секіруді үйретуді бекіту. Мақсаты: Бағытты өзгертіп жүру және жүгіру. Тұрған орынынан ұзындыққа секіру. Допты екі қолмен көкірек тұсынан лақтыруды үйрету.	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: 2.Секіру кезінде аяқтың қалпын кезекпен ауыстыру. 3.Майтабан профилактикасын өткізу. Мақсаты: Допты екпінмен итеріп, доптың қозғалыс бағытын сақтауды,секіру кезінде аяқтың қалпын кезекпен ауыстыруды, майтабан профилактика-сын өткізуді қалыптастыру.	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Тапсырманы орындай отырып, сапта бір-біреуден жүру және жүгіру. Қос аяқпен басты затқа тигізіп секіру.Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. Мақсаты: Тапсырманы орындай отырып, сапта бір-біреуден жүру және жүгіру. Қос аяқпен басты затқа тигізіп секіру.Қарама-қарсы отырып,	

					аяқты алшақ ұстап допты домалатуын жетілдіруді бекіту.	
	10.10- 10.30		П/Ш-«Б» групп 0,5 (1-3) Тема: Прыжки в длину с места. Бросать и ловить мяч в парах Цел: Учить про- ползать по скамейке подтяги- ваясь руками, мяч между ног и пры- гать через гимнастические палки, бросать мяча в цель	М/Д-«А» топ 3.Тақырыбы: Негізгі қимылдар әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып орындық үстімен жүру. Қарапайым музыка ырғағына сай қолды шапалақтау. Мақсаты: Әр қадам сайын доп-ты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып орындық үстімен жүруді, қарапайым музыка ырғағына сай қол-ды шапалақтады үйрету.	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: 1. Доппен жаттығу жасау және сызық арқылы секіру. 2. Допты алға- жоғары көте- ріп,қос қолдап қағып алу. 3. Басына құм салынған қап шық қойып,жіпті бойлай жүру. Мақсаты: Доппен жаттығу жасауды және сызық арқылы секіруді, допты алға-жоғары көте- ріп,қос қолдап қағып алу-ды, басына құм салынған қап шық қойып,жіпті бой- лай жүруді үйрету	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Сапта бірінің артынан бірі жүру және жүгіру. Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. "Жыланша" арасы алшақ тұрған заттар арасымен еңбектеуін жетілдіру. Мақсаты: Сапта бірінің артынан бірі жүру және жүгіру. Қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстап допты домалату. "Жыланша" арасы алшақ тұрған заттар арасымен еңбектеуін жетілдіруді
Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс	11.30- 12.00	Ортаңғы «А» Мұсағали Алихан Негізгі қимылдар Сапта бірінің артынан бірі жүру	Ортаңғы«В»топ Болатқызы Зере Негізгі қимылдар Еденде тігінен тұрған құрсау- дан	П/Ш-«Б» групп Башпай Кәусар Основные движение: Сахиева Альбина Учить бросать мяч	Ересектер «А» тобы Мейрамбек Ақниет Негізгі қимылдар:	П/Ш «Б» групп Жанат Алпыспай Основные движение: Учить бросать мяч правой (левой) рукой

жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальная работа (какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)		және жүгіру. Бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Қос аяқпен басты затқа тигізіп секіруді Берік Сәния Допты домалатуды, құрсау дан құрсауға екі аяқпен секіруді үйрету. Бір қатармен жүруді жалғастыру.	еңбектеп өту. Тура секіру ді үйрету. Ерлан Іңкәр Еденде тігінен тұрған құрсау-дан еңбектеп өту. Тура секіру ді үйрету.	правой (левой) рукой в даль. Прыгать на правой (левой) ноге между предметами М/Д топ. О.П.П Смагулов Сагын Тақырыбы: Көлбеу басқышпен өрмелеп өтіп, сатыдан ұстай отырып қайта түсуді қолды еденге тигізбей доға астынан еңбектеуді үйрету	Қырлы тақтаймен жүру. Еденде бүйірімен тұрған сатының тепкішектерінің арасымен жанаспай еңбектеу, еңбектеген кезде бағытты солға және оңға қарай жылдам өзгерту. Шектеулі алаңда қос аяқтап секіру.	в даль. Прыгать на правой (левой) ноге между предметами
Құжаттармен жұмыс (өтпелі тақырып бойынша инновациялық материал қосу) / Работа с документами (добавление инновационного материала по сквозной теме)	12.00 - 12.30	Денсаулық – адамның табиғаттан алатын бірден-бір бағалы сыйлығы. Оны шыңдау үшін, әр адам өзінің ағзасын шамасынша шынықтырып, салауатты өмір сүруге ұмтылуға тиіс. Бұл ұмтылыс жас шағынан басталғаны өте дұрыс екенін өмірден байқауға болады. Денсаулық сақтау технологиясының мақсаттарына жету, дене шынықтыру сабақтары, денені сауықтыру жұмыстары, түрлі гимнастика, сергіту сәттері, түскі ұйқыдан кейінгі шынықтыру жаттығулары, ойындар арқылы іске асырылады. Баланың жеке бас тазалығын сақтау ережелерін қалыптастыру, дене жаттығуларын, қозғалыс ойындарын, сергіту сәттерін, табиғи әдістермен (күн, су, ауа) ағзаны шынықтыруды ұйымдастыру, пайдалы дағдыларды дарыту, зиянды әдеттерден сақтандыруды үйрету күнделікті өткізілетін іс-шара болып табылады. Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу іс-әрекеті – балаларға дене тәрбиесі жаттығуларын жүйелі түрде үйретудің негізгі формасы. Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің арнаулы міндеті барлық жастағы топтардың балаларын дұрыс қимыл-қозғалысқа үйрету мен дене қасиетін тәрбиелеу болып табылады.				
Әдістемелік жұмыс / Методическая работа (Интернет ресурстарымен жұмыс, өзін-өзі дамыту)	12.30 - 13.00	Өз білімін жетілдіру тақырыбы бойынша жұмыс: Қимыл-қозғалыс белсенділігі-жоғары дамыған тірі материяның ерекшелігі ғана емес, тіршілікке қажетті жағдай. Адамның эволюциясындағы дамуы оның барлық мүшелері мен жүйелерінің қалыпты қызмет атқаруын тек белсенді қимыл-қозғалыс әрекеттері бар жағдайларда ғана мүмкін еткен. Баланың қимыл-қозғалыстар табиғи мұқтажы шығар шектелген болса, оның іштен туа біткен мүмкіндіктері өз маңызынан айырылады. Әрекетсіздік денені де бұзады. Қимыл-қозғалыс белсенділігінің шектелуі организмнің қызметтік және құрылымдық өзгерістеріне әкеліп, өмірін дене жаттығуларын жасау барысында организмнің				

жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)		ішкі ортасында пайда болатын өзгерістерге төтеп бергіштік – жаттыққан организмнің ерекше қасиеті. Сонымен қатар, дене жаттығулары адамның сыртқы ортаның зиянды факторларына да беріктігін арттырады. Спортпен жүйелі шұғылданатын балалардың денсаулығы мықты, суық тигеннен болатын ауруларының жиілігі төмен. Мектеп тіршілігі жағдайларында, қалыпты дене дамуы мен денсаулыққа қажетті қимыл-қозғалысқа деген табиғи мұқтаждық шектелген. Дене тәрбиесі мұғалімінің, спорт мектебі бапкерінің назарында дене жаттығуларының сауықтырушы рөлі бірінші кезекте болуы керек. ысқартады.				
Көрнекі құралдарды дайындау (өтпелі және тақырыпшаға сәйкес дидактикалық ойындар қосу) / Изготовление наглядного пособия (добавление дидактических игр в соответствии с свозной и подтемой)	13.00 - 14.00	Ортаңғы топ. Қимылды ойын «Ұшты-ұшты» Мақсаты: балаларды ойын-ның шартын бұзбай ойнау-ға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жа-сауға дағдыландыру	Ортаңғы топ. Қимылды ойын «Қаздар» Мақсаты: Балалардың музыкалық есту қабілетін дамыту және қаздардың тіршілігі-мен таныстыру.	М/Д «А» топ. Қимылды ойын: «Тышқан мен қақпан» Мақсаты: Ұқыптылық пен жылдамдықты және ой-өрісін дамыту. Жылдамдықты дамыту.	П/Ш «Б» групп Дидактические игры «Узнай движение по следу» Цель: закрепление знаний о видах ходьбы бега, прыжков. Правила игры: Точно выполнять движение, чтобы остался четкий след. Правильно называть выполненное движение.	Ересек топ Ұлттық ойын «Асық ату» Мақсаты: Шапшаңдықты, ұқыптылықты дамыту. Шарты: Балалар шеңбер ішінде тұрады. Мысық бір бұрышта отырады, ұйықтаған кезде тышқандар қоймаға келеді, оянып кетіп оларды ұстап алуға тырысады.

**«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год Қараша/Ноябрь

II апта / II неделя (08.11.2021 – 12.11.2021)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Табиғат әлемі»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Табиғат әлемі »

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Табиғат әлемі» «Мир природы»

Мазмұны / Содержание	Уақыты / Время	Дүсенбі/ Понедельник 08.11.2021	Сейсенбі / Вторник 09.11.2021	Сәрсенбі / Среда 10.11.2021	Бейсенбі / Четверг 11.11.2021	Жұма / Пятница 12.11.2021
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: доптар, доғалар, жалаушалар.	Қолданылатын құрал-жабдықтарды дайындау: қалталар, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: құрсаулар, гимнастикалық қабырға, ойын атрибуттары.	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар, гимнастикалық орындық, кіші топқа қимылды ойынға жұмсақ ойыншықтар дайындау (мысық,ит,аю)	Қолданылатын құрал-жабдықтарды дайындау: дөңгелек,кегли, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.
ҰОҚ	08.45-	Ересек- «А» топ	М/Д-«А» топ	П/Ш-«Б» групп	М/Д-«А» топ	П/Ш- «Б» гр

(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) / ОУД (написание какая группа, тема и цели)	09.10	1.Тақырыбы: Футбол добымен ойнау.Қос аяқтап алға секіру,екі аяқпен бір уақытта екпінмен секіру,заттарды жанамай айналып өту.Фитболдарды бір-біріне қарай домалату. Мақсаты: Футбол добымен ойнау.Қос аяқтап алға секіру,екі аяқпен бір уақытта екпінмен секіру,заттарды жанамай айналып өту.Фитболдарды бір-біріне қарай домалатуды үйрету	1.Тақырыбы: Сапқа бір,екі,үш қатармен тұру,сап түзеуден бір және екі, үш қатармен қайта тұру.Бадминтон воляндты ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып қағып лақтыру; Мақсаты: Сапқа бір,екі,үш қатармен тұру,сап түзеуден бір және екі, үш қатармен қайта тұру.Бадминтон воляндты ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып қағып лақтыруды үйрету.	Тема: Ходьба с приседанием. Подлезание под верёвку,не касаясь руками пола. Прыжки через предметы, правым и левым боком на 180%. Цел:Учить ходить с приседанием. Подлезание под верёвку,не касаясь руками пола. Прыжки через предметы, правым и левым боком на 180%.	2.Тақырыбы: Кедір-бұдыр тақтай үстімен жүру. Көлбеу басқышпен өрмелеп гимнастикалық қабырғаға өтіп,сатыдан ұстай отырып қайта түсу Мақсаты: Кедір-бұдыр тақтай үстімен жүру. Көлбеу басқышпен өрмелеп гимнастикалық қабырғаға өтіп,сатыдан ұстай отырып қайта түсуді үйрету.	Тема: Ходьба с приседанием. Подлезание под верёвку,не касаясь руками пола. Прыжки через предметы, правым и левым боком на 180%. Цел:Закрепить ходить с приседанием.Подлезание под верёвку,не касаясь руками пола. Прыжки через предметы, правым и левым боком на 180%.
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. Допты екі қолымен көкірек тұынан лақтыру.40см биіктіктегі доғамен еңбектеу. Мақсаты: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. Допты екі қолымен	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы:. Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. Допты екі қолымен көкірек тұынан лақтыру.40см биіктіктегі доғамен еңбектеу. Мақсаты: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. Допты екі қолымен көкірек		Ортаңғы «А»топ 2. Тақырыбы:. Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. Допты екі қолымен көкірек тұсынан лақтыру.40см биіктіктегі доғамен еңбектеу. Мақсаты: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және	

		көкірек тұсынан лақтыру.40см биіктіктегі доғамен еңбектеуді үйрету.	тұсынан лақтыру.40см биіктіктегі доғамен еңбектеуді үйрету.		жүгіру.Допты екі қолымен көкірек тұсынан лақтыру. 40см биік-тіктегі доғамен еңбектеуді бекіту.	
09.40-10.00			Ортаңғы»А» топ 3. Тақырыбы:. Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтырудағдысын дамыту. Мақсаты: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру дағдысын дамытуды жалғастыру.	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Доппен жаттығулар арқылы қозғалыс жасау.Шектелген алаңда денені дұрыс ұстап, аяқтың ұшымен жүру.Арқанның астымен бүйірімен өту. Мақсаты: Доппен жаттығулар арқылы қозғалыс жасау.Шектелген алаңда денені дұрыс ұстап,аяқтың ұшымен жүру.Арқанның астымен бүйірімен өтуді үйрету.	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. Допты екі қолымен көкірек тұсынан лақтыру.40см биік-тіктегі доғамен еңбектеу. Мақсаты: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру.Допты екі қолымен көкірек тұсынан лақтыру. 40см биік-тіктегі доғамен еңбектеуді бекіту.	
10.10-10.30			П/Ш-«Б» групп 0,5 (1-3) Тема: Метание мяча в даль из-за головы. (правой, левой руками)	М/Д-«А» топ 3.Тақырыбы: 2мин дейін заттардың арасымен үздіксіз жүгіру,қиылысқан жерлермен баяу жүгіру.	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Доппен жаттығулар арқылы қозғалыс жасау.Шектелген алаңда де-	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. Еңіс тақтай бойымен

			Цел:Учить метание мяча в даль из-за головы. (правой, левой руками)	Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу.Сап түзеу және сапқа қайта тұрудың бұрын игерілген әдістерін қайталау және жетілдіру Мақсаты: 2мин дейін заттардың арасымен үздіксіз жүгіру,қиылысқан жерлермен баяу жүгіру. Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу.Сап түзеу және сапқа қайта тұрудың бұрын игерілген әдістерін қайталау және жетілдіру	нені дұрыс ұстап, аяқтың ұшымен жүру.Арқанның астымен бүйірімен өту. Мақсаты: Доппен жаттығулар арқылы қозғалыс жасау.Шектелген алаңда денені дұрыс ұстап аяқтың ұшымен жүру.Арқанның астымен бүйірімен өтуді үйрету.	жүруде тепе-теңдікті сақтау. Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтырудағдысын дамыту. Мақсаты: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру дағдысын дамытуды жалғастыру.
Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальная работа (какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Берік Сәния Допты екі қолымен көкірек тұынан лақтыру.40см биіктіктегі доғамен еңбектеу.	Ортаңғы«В»топ Ерлан Іңкәр Көлбеу басқышпен өрмелеп гимнастикалық қабырғаға өтіп,сатыдан ұстай отырып қайта түсу	М/Д топ.О.П.П Смагулов Сагын Тақырыбы:Көлбеу басқышпен өрмелеп өтіп, сатыдан ұстай отырып қайта түсуді қолды еденге тигізбей доға астынан еңбектеуді үйрету	Ересектер «А» тобы Мейрамбек Ақниет Негізгі қимылдар: Доппен жаттығулар арқылы қозғалыс жасау,арқан-ның астымен бүйірімен өту.	П/Ш «Б» групп Жанат Алпыспай Основные движение: Ходьба с приседанием. Подлезание под верёвку,не касаясь руками пола.

Құжаттармен жұмыс (өтпелі тақырып бойынша инновациялық материал қосу) / Работа с документами (добавление инновационного материала по сквозной теме)	12.00 - 12.30	Денсаулық – адамның табиғаттан алатын бірден-бір бағалы сыйлығы. Оны шындау үшін, әр адам өзінің ағзасын шамасынша шынықтырып, салауатты өмір сүруге ұмтылуға тиіс. Бұл ұмтылыс жас шағынан басталғаны өте дұрыс екенін өмірден байқауға болады. Денсаулық сақтау технологиясының мақсаттарына жету, дене шынықтыру сабақтары, денені сауықтыру жұмыстары, түрлі гимнастика, сергіту сәттері, түскі ұйқыдан кейінгі шынықтыру жаттығулары, ойындар арқылы іске асырылады. Баланың жеке бас тазалығын сақтау ережелерін қалыптастыру, дене жаттығуларын, қозғалыс ойындарын, сергіту сәттерін, табиғи әдістермен (күн, су, ауа) ағзаны шынықтыруды ұйымдастыру, пайдалы дағдыларды дарыту, зиянды әдеттерден сақтандыруды үйрету күнделікті өткізілетін іс-шара болып табылады. Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу іс-әрекеті – балаларға дене тәрбиесі жаттығуларын жүйелі түрде үйретудің негізгі формасы. Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің арнаулы міндеті барлық жастағы топтардың балаларын дұрыс қимыл-қозғалысқа үйрету мен дене қасиетін тәрбиелеу болып табылады.				
Әдістемелік жұмыс / Методическая работа (Интернет ресурстарымен жұмыс, өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Өз білімін жетілдіру тақырыбы бойынша жұмыс: Қимыл-қозғалыс белсенділігі-жоғары дамыған тірі материяның ерекшелігі ғана емес, тіршілікке қажетті жағдай. Адамның эволюциясындағы дамуы оның барлық мүшелері мен жүйелерінің қалыпты қызмет атқаруын тек белсенді қимыл-қозғалыс әрекеттері бар жағдайларда ғана мүмкін еткен. Баланың қимыл-қозғалыстар табиғи мұқтажы шектелген болса, оның іштен туа біткен мүмкіндіктері өз маңызынан айырылады. Әрекетсіздік денені де бұзады. Қимыл-қозғалыс белсенділігінің шектелуі организмнің қызметтік және құрылымдық өзгерістеріне әкеліп, өмірін дене жаттығуларын жасау барысында организмнің ішкі ортасында пайда болатын өзгерістерге төтеп бергіштік – жаттыққан организмнің ерекше қасиеті. Сонымен қатар, дене жаттығулары адамның сыртқы ортаның зиянды факторларына да беріктігін арттырады. Спортпен жүйелі шұғылданатын балалардың денсаулығы мықты, суық тигеннен болатын ауруларының жиілігі төмен. Мектеп тіршілігі жағдайларында, қалыпты дене дамуы мен денсаулыққа қажетті қимыл-қозғалысқа деген табиғи мұқтаждық шектелген. Дене тәрбиесі мұғалімінің, спорт мектебі бапкерінің назарында дене жаттығуларының сауықтырушы рөлі бірінші кезекте болуы керек. ысқартады.				
Көрнекі құралдарды дайындау (өтпелі және тақырыпшаға сәйкес дидактикалық ойындар қосу) /	13.00 - 14.00	Ортаңғы топ. Қимылды ойын «Мысық пен тышқандар» Мақсаты: балаларды ойын-ның шартын бұзбай	Ортаңғы топ. Қимылды ойын «Қаздар» Мақсаты: Балалардың музыкалық есту	М/Д «А» топ. Қимылды ойын: «Тышқан мен қақпан» Мақсаты: Ұқыптылық пен жылдамдықты және ой-өрісін	П/Ш «Б» групп Дидактические игры «Узнай движение по следу» Цель:закрепление знаний о видах ходьбы	Ересек топ Ұлттық ойын «Тақия тастамақ» Мақсаты: Шапшаңдықты, ұқыптылықты дамыту. Шарты: Балалар шеңбер ішінде

Изготовление наглядного пособия <i>(добавление дидактических игр в соответствии с сквозной и подтемой)</i>		ойнау-ға, белгі бой- ынша қимыл-қозғалыс жа-сауға дағдыландыру	қабілетін дамыту және қаздар-дың тіршілігі-мен таныстыру.	дамыту.Жылдамдықты дамыту.	бега,прыжков. Правила игры: Точно выполнять движение,чтобы остался четкий след. Правильно называть выполненное движение.	тұрады. Мысық бір бұрышта отырады,ұйықтаған кезде тышқандар қоймаға келеді,оянып кетіп оларды ұстап алуға тырысады.
---	--	---	--	-----------------------------------	---	--

«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА
денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)
2021-2022 оқу жылы / учебный год Қараша/Ноябрь
ІІІ апта / ІІІ неделя (15.11.2021 – 19.11.2021)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Табиғат әлемі»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Табиғат әлемі »

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Табиғат әлемі» «Мир природы»

Мазмұны / Содержание	Уақыты / Время	Дусенбі/ Понедельник 08.11.2021	Сейсенбі / Вторник 09.11.2021	Сәрсенбі / Среда 10.11.2021	Бейсенбі / Четверг 11.11.2021	Жұма / Пятница 12.11.2021
Танертенгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: доптар, доғалар, жалаушалар.	Қолданылатын құрал-жабдықтарды дайындау: қалталар, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: құрсаулар, гимнастикалық қабырға, ойын атрибуттары.	Қолданылатын құрал-жабдықтар- ды дайындау: таяқшалар, гим- настикалық орын- дық, кіші топқа қимылды ойынға жұмсақ ойыншықтар дайындау (мысық,ит,аю)	Қолданылатын құрал-жабдықтарды дайындау: дөңгелек,кегли, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.
ҰОҚ (қандай топ,	08.45- 09.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы:	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы:	П/Ш-«Б» групп Тема:	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы:	П/Ш- «Б» гр Тема:

<i>тақырып пен мақсаты жазылуы керек) / ОУД (написание какой группа, тема и цели)</i>		Доппен жаттығулар арқылы қозғалыс жа-сау.Шектелген алаңда денені дұрыс ұстап,аяқтың ұшымен жүру. Арқанның астымен бүйірімен өту. Мақсаты: Доппен жаттығулар арқылы қозғалыс жасау. Шектелген алаңда денені дұрыс ұстап, аяқтың ұшымен жүру.Арқанның астымен бүйірімен өтуді бекіту	Доға астымен еңбектеу биіктігі 50см, қосалқы қадаммен арқан бойымен жүру өкшені арқанға,аяқ ұшын еденге тигізу. Мақсаты: Доға астымен еңбектеу биіктігі 50см, қосалқы қадаммен арқан бойымен жүру өкшені арқанға,аяқ ұшын еденге тигізуді үйрету.	Бег в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя. Прыжки в длину с места.Бросание мяча в парах. Цел: Учить бегать в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя. Прыжки в длину с места. Бросание мяча в парах.	Допты екі қолымен бір-біріне ара қашықтығы 1,5-2м басынан асыра лақтыру,орындық үстімен текшелерден аттап жүру Мақсаты: Допты екі қолымен бір-біріне ара қашықтығы 1,5-2м басынан асыра лақтыру,орындық үстімен текшелерден аттап жүруді үйрету.	Бег в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя. Прыжки в длину с места.Бросание мяча в парах. Цел: Закрепить бегать в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя. Прыжки в длину с места.Бросание мяча в парах.
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топпен қайта тұру. Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтауын жетілдіру. Мақсаты: Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топпен қайта тұру. Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру. Еңіс тақтай	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы:. Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топпен қайта тұру. Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтауын жетілдіру. Мақсаты: Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топпен қайта тұру. Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру. Еңіс тақтай		Ортаңғы «А»топ 2. Тақырыбы:. Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топпен қайта тұру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Еңіс тақтай бойымен еңбектеу. Мақсаты: Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топпен қайта тұру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақ-	

		бойымен жүруде тепе-теңдікті сақ- тауын жетілдіру.	бойымен жүруде тепе-теңдікті сақ- тауын жетілдіру.		тау. Еңіс тақтай бойымен еңбек- теуді үйрету.	
09.40- 10.00			Ортаңғы»А» топ 3. Тақырыбы: Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топпен қайта тұру. Тұрған орнынан ұзындыққа секіру. Допты жоғарыға лақтыру. Мақсаты: Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топпен қайта тұру. Тұрған орнынан ұзындыққа секіру. Допты жоғарыға лақтыруды үйрету.	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Етпетінен жатып,қол- дың көмегімен гим- настикалық орындық үстімен еңбектеу. Допты бір-біріне лақ- тырып,қос қолды ер- кін қозғал тып қағып алу.Бастан жоғары көтеріп, допты қа- ғып алу. Мақсаты: Етпетінен жатып,қолдың көмегі- мен гимнастикалық орындық үстімен еңбектеу.Допты бір- біріне лақтырып,қос қолды ер-кін қозғал тып қағып алу.Бастан жоғары көтеріп,допты қағып алуды үйрету.	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топпен қайта тұру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақ- тау. Еңіс тақтай бойымен еңбек- теу. Мақсаты: Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топпен қайта тұру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақ- тау. Еңіс тақтай бойымен еңбек- теуді үйрету.	
10.10- 10.30			П/Ш-«Б» групп 0,5 (1-3) Тема: Проползать под верёвкой, с мячом в руках. Прыгать в длину с места. Цел:	М/Д-«А» топ 3.Тақырыбы: Допты екі қолымен бір-біріне ара қашық- тығы 1,5-2м басынан асыра лақтыру,орын- дық үстімен текше- лерден аттап жүру	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Аяқты тиісті же- рінде, алыстан және затқа қатты жақындамай дер кезінде итеру. Жұптасып жеңіл	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топпен қайта тұру. Тұрған орнынан ұзындыққа секіру. Допты жоғарыға

			Проползать под верёвкой, с мячом в руках. Прыгать в длину с места.	Мақсаты: Допты екі қолымен бір-біріне ара қашықтығы 1,5-2м басынан асыралақтыру, орындық үстімен текшелерден аттап жүруді бекіту.	әрі ырғақпен жүгіру және жүру. Жіптің үстімен жүргенде бойды тік ұстау. Мақсаты: Аяқты тиісті жерінде, алыстан және затқа қатты жақындамай дер кезінде итеру. Жұптасып жеңіл әрі ырғақпен жүгіру және жүру. Жіптің үстімен жүргенде бойды тік ұстауды үйрету.	лақтыру. Мақсаты: Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топпен қайта тұру. Тұрған орнынан ұзындыққа секіру. Допты жоғарыға лақтыруды үйрету.
Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальная работа (какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Асқар Арлан Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру.	Ортаңғы«В»топ Болат Сезім Тұрған орнынан ұзындыққа секіру. Допты жоғарыға лақтыру.	М/Д топ.О.П.П Смагулов Сагын Негізгі қимылдар: орындық үстімен текшелерден аттап жүру	Ересектер «А» Амангелді Айым Негізгі қимылдар: Аяқты тиісті жерінде, алыстан және затқа қатты жақындамай дер кезінде итеру.	П/Ш «Б» групп Регина Коволенко Основные движение: Учить бегать в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя. Прыжки в длину с места. Бросание мяча в парах.

Құжаттармен жұмыс (өтпелі тақырып бойынша инновациялық материал қосу) / Работа с документами (добавление инновационного материала по сквозной теме)	12.00 - 12.30	Денсаулық – адамның табиғаттан алатын бірден-бір бағалы сыйлығы. Оны шындау үшін, әр адам өзінің ағзасын шамасынша шынықтырып, салауатты өмір сүруге ұмтылуға тиіс. Бұл ұмтылыс жас шағынан басталғаны өте дұрыс екенін өмірден байқауға болады. Денсаулық сақтау технологиясының мақсаттарына жету, дене шынықтыру сабақтары, денені сауықтыру жұмыстары, түрлі гимнастика, сергіту сәттері, түскі ұйқыдан кейінгі шынықтыру жаттығулары, ойындар арқылы іске асырылады. Баланың жеке бас тазалығын сақтау ережелерін қалыптастыру, дене жаттығуларын, қозғалыс ойындарын, сергіту сәттерін, табиғи әдістермен (күн, су, ауа) ағзаны шынықтыруды ұйымдастыру, пайдалы дағдыларды дарыту, зиянды әдеттерден сақтандыруды үйрету күнделікті өткізілетін іс-шара болып табылады. Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу іс-әрекеті–балаларға дене тәрбиесі жаттығуларын жүйелі түрде үйретудің негізгі формасы. Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің арнаулы міндеті барлық жастағы топтардың балаларын дұрыс қимыл-қозғалысқа үйрету мен дене қасиетін тәрбиелеу болып табылады.				
Әдістемелік жұмыс / Методическая работа (Интернет ресурстарымен жұмыс, өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Өз білімін жетілдіру тақырыбы бойынша жұмыс: Қимыл-қозғалыс белсенділігі-жоғары дамыған тірі материяның ерекшелігі ғана емес, тіршілікке қажетті жағдай. Адамның эволюциясындағы дамуы оның барлық мүшелері мен жүйелерінің қалыпты қызмет атқаруын тек белсенді қимыл-қозғалыс әрекеттері бар жағдайларда ғана мүмкін еткен. Баланың қимыл-қозғалыстар табиғи мұқтажығы шектелген болса, оның іштен туа біткен мүмкіндіктері өз маңызынан айырылады. Әрекетсіздік денені де бұзады. Қимыл-қозғалыс белсенділігінің шектелуі организмнің қызметтік және құрылымдық өзгерістеріне әкеліп, өмірін дене жаттығуларын жасау барысында организмнің ішкі ортасында пайда болатын өзгерістерге төтеп бергіштік – жаттыққан организмнің ерекше қасиеті. Сонымен қатар, дене жаттығулары адамның сыртқы ортаның зиянды факторларына да беріктігін арттырады. Спортпен жүйелі шұғылданатын балалардың денсаулығы мықты, суық тигеннен болатын ауруларының жиілігі төмен. Мектеп тіршілігі жағдайларында, қалыпты дене дамуы мен денсаулыққа қажетті қимыл-қозғалысқа деген табиғи мұқтаждық шектелген. Дене тәрбиесі мұғалімінің, спорт мектебі бапкерінің назарында дене жаттығуларының сауықтырушы рөлі бірінші кезекте болуы керек. ысқартады.				
Көрнекі құралдарды дайындау (өтпелі және тақырыпшаға сәйкес дидактикалық ойындар қосу) /	13.00 - 14.00	Ортаңғы топ. Қимылды ойын «Шеңбердегі доп» Мақсаты: балаларды ойынның	Ортаңғы топ. Қимылды ойын «Өз орныңды тап» Мақсаты: Балалардың	М/Д «А» топ. Қимылды ойын: «Қақпан» Мақсаты: Ұқыптылық пен жылдамдықты және ойөрісін дамыту. Жылдам-	П/Ш «Б» групп Дидактические игры «Изменение погоды» Цель: Точно выполнять движение, чтобы	Ересек топ Ұлттық ойын «Орамал тастамақ» Мақсаты: Шапшаңдықты, ұқыптылықты дамыту. Мақсаты: Ұлтшыл болуға, намысты

Изготовление наглядного пособия <i>(добавление дидактических игр в соответствии с свонной и подтемой)</i>		шартын бұзбай ойнау-ға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағды- ландыру	музыка лық есту қабілетін дамыту.	дықты дамыту.	остался четкий след. Правильно называть выполненное движение.	болуға үйрету.
---	--	--	--------------------------------------	---------------	--	----------------

«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»

ЦИКЛОГРАММА

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год Қараша/Ноябрь

IV апта / IVнеделя (22.11.2021 – 26.11.2021)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Табиғат әлемі»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Табиғат әлемі »

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подгготовительная группа: «Табиғат әлемі» «Мир природы»

Мазмұны / Содержание	Уақыты / Время	Дусенбі/ Понедельник 22.11.2021	Сейсенбі / Вторник 23.11.2021	Сәрсенбі / Среда 24.11.2021	Бейсенбі / Четверг 25.11.2021	Жұма / Пятница 26.11.2021
Танертенгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: доптар, доғалар, жалаушалар.	Қолданылатын құрал-жабдықтарды дайындау: қалталар, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: құрсаулар, гимнастикалық қабырға, ойын атрибуттары.	Қолданылатын құрал-жабдықтар- ды дайындау: таяқшалар, гим- настикалық орын- дық, кіші топқа қимылды ойынға жұмсақ ойыншықтар дайындау (мысық,ит,аю)	Қолданылатын құрал-жабдықтарды дайындау: дөңгелек,кегли, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.
ҰОҚ (қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы)	08.45- 09.10	Ересек- «А» топ Таза ауада өткізу. 1.Тақырыбы: Допты төмен қарай	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Музыка дыбысына қозғалыс жасай	П/Ш-«Б» групп Тема: Прыжки с высоты. Бросание мяча в даль.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Орташа жылдам- дықпен ирек жол	П/Ш- «Б» гр Тема: Прыжки с высоты. Бросание мяча в

керек) / ОУД (написание какая группа, тема и цели)		еденге лақтыру және жерге тиіп, секірген допты екі қолмен қағып алу. Төрт адымнан бастап қос аяқпен жоғарыға секіру. Сап қатарында жүру, бағытын өзгерту Мақсаты: Допты төмен қарай еденге лақтыру және жерге тиіп, секірген допты екі қолмен қағып алу. Төрт адымнан бастап қос аяқпен жоғарыға секіру. Сап қатарында жүру, бағытын өзгертуді үйрету.	білу. Жүгіру түрлері-45 секунд. Үлкен допты екі қолымен алға лақтыру және қағып алу. Бір орнында екі аяқпен секіруді үйрету Мақсаты: Музыка дыбысына қозғалыс жасай білу. Жүгіру түрлері-45 секунд. Үлкен допты екі қолымен алға лақтыру және қағып алу. Бір орнында екі аяқпен секіруді үйрету	Ходьба парами с изменением направления Цел: Учить прыгать с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления	мен жүру әдістерін пысықтау, доға астынан биіктігі 40см астынан қолды еденге тигізбей өту Мақсаты: Орташа жылдамдықпен ирек жолмен жүру әдістерін пысықтау, доға астынан биіктігі 40см астынан қолды еденге тигізбей өту	даль. Ходьба парами с изменением направления Цел: Закрепить прыгать с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Шеңбер бойлап және тоқтап жүру және жүгіру. Допты жоғарыға лақтыру. Бөрененің үстімен еңбектеу. Мақсаты: Шеңбер бойлап және тоқтап жүру және жүгіру. Допты жоғарыға лақтыру. Бөрененің үстімен еңбектеуді үйрету.	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы:. Шеңбер бойлап және тоқтап жүру және жүгіру. Допты жоғарыға лақтыру. Бөрененің үстімен еңбектеу. Мақсаты: Шеңбер бойлап және тоқтап жүру және жүгіру. Допты жоғарыға лақтыру. Бөрененің үстімен еңбектеуді үйрету.		Ортаңғы «А» топ 2. Тақырыбы:. Шеңбер бойлап және тоқтап жүру және жүгіру. Бөрененің үстімен еңбектеу. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру. Мақсаты: Шеңбер бойлап және тоқтап жүру және жүгіру. Бөрененің үстімен еңбектеу. Биіктігі	

					5-10 см заттан жерге секіруді үйрету.	
09.40-10.00		Ортаңғы»А» топ 3. Тақырыбы:. Шеңбер бойлап және тоқтап жүру және жүгіру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру. Еңіс тақтай бойымен еңбектеу. Мақсаты: Шеңбер бойлап және тоқтап жүру және жүгіру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру. Еңіс тақтай бойымен еңбектеуді үйрету.	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Спорттық ойындар элементтері арқылы қозғалыс.Бір орыннан ұзындыққа секіру. Допты аяқпен екпінді түрде итеру. Мақсаты: Спорттық ойындар элементтері арқылы қозғалыс.Бір орыннан ұзындыққа секіру. Допты аяқпен екпінді түрде итеруді үйрету.	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Шеңбер бойлап және тоқтап жүру және жүгіру. Бөрененен үстімен еңбектеу. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру. Мақсаты: Шеңбер бойлап және тоқтап жүру және жүгіру. Бөрененен үстімен еңбектеу. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіруді үйрету.		
10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп 0,5 (1-3) Тема: Ходьба с перешагиванием предметов. Лазание по наклонной доске, лестнице на четвереньках. Цел: Закрепить ходить с перешагиванием предметов.Лазание по наклонной доске,	М/Д-«А» топ 3.Тақырыбы: Допты еденге лақтыру,жерге тиіп секірген допты қос қолдың еркін қимылымен қағып алу.Қойылған заттарға жанас пай,олардың арасымен бағытын ауыстыра еңбектеу. Доппен жаттығу жасауды жалғастыру.	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Аяқты тиісті жерінде, алыстан және затқа қатты жақындамай дер кезінде итеру. Жұптасып жеңіл әрі ырғақпен жүгіру және жүру. Жіптің үстімен жүргенде бойды тік ұстау.	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топпен қайта тұру. Тұрған орнынан ұзындыққа секіру. Допты жоғарыға лақтыру. Мақсаты: Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын	

			лестнице на четвереньках.	Мақсаты: Допты еденге лақтыру, жерге тиіп секірген допты қос қолдың еркін қимылымен қағып алу. Қойылған заттарға жанас пай, олардың арасымен бағытын ауыстыра еңбектеу. Доппен жаттығу жасауды жалғастыру.	Мақсаты: Аяқты тиісті жерінде, алыстан және затқа қатты жақындамай дер кезінде итеру. Жұптасып жеңіл әрі ырғақпен жүгіру және жүру. Жіптің үстімен жүргенде бойды тік ұстауды үйрету.	топпен қайта тұру. Тұрған орнынан ұзындыққа секіру. Допты жоғарыға лақтыруды үйрету.
Жеке балалармен жұмыс (<i>қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек</i>) / Индивидуальная работа (<i>какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована</i>)	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Башпай Каукар Негізгі қимылдар: Допты жоғарыға лақтыру. Бөрененің үстімен еңбектеу.	Ортаңғы «В» топ Игілік Әмірхан Негізгі қимылдар: Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру. Еңіс тақтай бойымен еңбектеу.	Ересектер «А» Аманбай Диас Негізгі қимылдар: орындық үстімен текшерлерден аттап жүру Допты төмен қарай еденге лақтыру және жерге тиіп, секірген допты екі қолмен қағып алу.	М/Д топ. О.П.П Смагулов Сагын Негізгі қимылдар: Орташа жылдамдықпен ирек жолмен жүру әдістерін пысықтау	П/Ш «Б» групп Мусмлим Асар Основные движение: Прыжки с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления

Құжаттармен жұмыс (өтпелі тақырып бойынша инновациялық материал қосу) / Работа с документами (добавление инновационного материала по сквозной теме)	12.00 - 12.30	Денсаулық – адамның табиғаттан алатын бірден-бір бағалы сыйлығы. Оны шындау үшін, әр адам өзінің ағзасын шамасынша шынықтырып, салауатты өмір сүруге ұмтылуға тиіс. Бұл ұмтылыс жас шағынан басталғаны өте дұрыс екенін өмірден байқауға болады.Денсаулық сақтау технологиясының мақсаттарына жету, дене шынықтыру сабақтары, денені сауықтыру жұмыстары, түрлі гимнастика, сергіту сәттері, түскі ұйқыдан кейінгі шынықтыру жаттығулары, ойындар арқылы іске асырылады. Баланың жеке бас тазалығын сақтау ережелерін қалыптастыру, дене жаттығуларын, қозғалыс ойындарын, сергіту сәттерін, табиғи әдістермен (күн, су, ауа) ағзаны шынықтыруды ұйымдастыру, пайдалы дағдыларды дарыту, зиянды әдеттерден сақтандыруды үйрету күнделікті өткізілетін іс-шара болып табылады.Дене шынықтыру ұйымдастырылған оқу іс-әрекеті–балаларға дене тәрбиесі жаттығуларын жүйелі түрде үйретудің негізгі формасы. Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінің арнаулы міндеті барлық жастағы топтардың балаларын дұрыс қимыл-қозғалысқа үйрету мен дене қасиетін тәрбиелеу болып табылады.				
Әдістемелік жұмыс / Методическая работа (Интернет ресурстарымен жұмыс, өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Өз білімін жетілдіру тақырыбы бойынша жұмыс: Қимыл-қозғалыс белсенділігі-жоғары дамыған тірі материяның ерекшелігі ғана емес, тіршілікке қажетті жағдай. Адамның эволюциясындағы дамуы оның барлық мүшелері мен жүйелерінің қалыпты қызмет атқаруын тек белсенді қимыл-қозғалыс әрекеттері бар жағдайларда ғана мүмкін еткен. Баланың қимыл-қозғалыстар табиғи мұқтаждығы шектелген болса, оның іштен туа біткен мүмкіндіктері өз маңызынан айырылады. Әрекетсіздік денені де бұзады. Қимыл-қозғалыс белсенділігінің шектелуі организмнің қызметтік және құрылымдық өзгерістеріне әкеліп, өмірін дене жаттығуларын жасау барысында организмнің ішкі ортасында пайда болатын өзгерістерге төтеп бергіштік – жаттыққан организмнің ерекше қасиеті. Сонымен қатар, дене жаттығулары адамның сыртқы ортаның зиянды факторларына да беріктігін арттырады. Спортпен жүйелі шұғылданатын балалардың денсаулығы мықты, суық тигеннен болатын ауруларының жиілігі төмен. Мектеп тіршілігі жағдайларында, қалыпты дене дамуы мен денсаулыққа қажетті қимыл-қозғалысқа деген табиғи мұқтаждық шектелген. Дене тәрбиесі мұғалімінің, спорт мектебі бапкерінің назарында дене жаттығуларының сауықтырушы рөлі бірінші кезекте болуы керек. ысқартады.				
Көрнекі құралдарды дайындау (өтпелі және тақырыршаға сәйкес дидактикалық ойындар қосу) /	13.00 - 14.00	Ортаңғы топ. Қимылды ойын «Ақ қоян секіреді» Мақсаты: балаларды ойынның	Ортаңғы топ. Қимылды ойын «Көлбақа» Мақсаты: Балалардың музыка лық есту қабілетін дамыту.	М/Д «А» топ. Қимылды ойын: «Дөңгеллек үлгер» Мақсаты: Ұқыптылық пен жылдамдықты және ой өрісін дамыту. Жылдам-	П/Ш «Б» групп Дидактические игры «Найди свою место» Цель: Точно выполнять движение, чтобы	Ересек топ Ұлттық ойын «Ақ сандық» Мақсаты: Шапшаңдықты,ұқып-тылықты дамыту. Мақсаты: Ұлтшыл болуға,намысты

Изготовление наглядного пособия <i>(добавление дидактических игр в соответствии с свонной и подтемой)</i>		шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағды- ландыру	Көлбақ қалай секіретінін көрсету	дықты дамыту.	остался четкий след.	болуға үйрету.
---	--	---	--	---------------	----------------------	----------------

**«Күншуақ» бөбекжай балабақшасы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

**денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуры (1 аусым -1 смена)
2021-2022 оқу жылы / учебный год) Қазан/Октябрь
Іапта / I неделя (29/30.11.2021 - 03.12.2021)**

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Қардың пайдасы»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Менің Қазақстаным»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Жайнай бер Қазақстан!» «»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 29.11.2021	Сейсенбі / Вторник 30.11.2021	Сәрсенбі / Среда 01.12.2021	Бейсенбі / Четверг 02.12.2021	Жұма / Пятница 03.12.2021
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: доптар, доғалар, жалаушалар.	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: қалталар, гимнастикалық	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: кұрсаулар, гимнастикалық	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар, гимнастикалық	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: дөңгелек,кегли, гимнастикалық

			орындық, ойын атрибуттары.	қабырға, ойын атрибуттары.	орындық, кіші топқа қимылды ойынға жұмсақ ойыншықтар дайындау (мысық,ит,аю)	орындық, ойын атрибуттары.
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какая группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Шеңбер түрінде дөңгелентіп тасталған жіпті бойлай жүру.Төрттаяқтап еңбектеген кезде қол мен аяқтың үйлесімдігі.Жабдықты топ-пен бірге жұмыс істеу және жіпке денесін тигізбеу.Спортпен айналысу,сұлу да шымыр болуға деген қызығушылығын қалыптастыру. Мақсаты: Шеңбер түрінде дөңгелентіп тасталған жіпті бойлай жүру.Төрттаяқтап еңбектеген кезде қол мен аяқтың үйлесімдігі.Жабдықты топ-пен бірге жұмыс істеу және жіпке денесін тигізбеу.Спортпен айналысу,сұлу да шы-	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Негізгі қимылдар: Гимнастикалық орындық үстімен арақашықтығы баладан екі қадам қашықтықта қойылған толтырыған доптардан аттап жүру,екпінмен ұзындыққа қос ақтап секіру. Мақсаты: Негізгі қимылдар: Гимнастикалық орындық үстімен арақашықтығы баладан екі қадам қашықтықта қойылған толтырыған доптардан аттап жүру,екпінмен ұзындыққа қос ақтап секіруді үйрету.	П/Ш-«Б» групп Тема: Ходьба с приседанием по сигналу воспитателя. Ползание по скамейке с мешочком на спине. Лазание по гимнастической стенке чередующим шагом. Цель: Учить ходить приседанием по сигналу воспитателя. Ползание по скамейке мешочком на спине. Лазание по гимнастической стенке чередующим шагом.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Бір орнында бір аяқпен оң,сол аяқ секіріп межеге жету.Екі аяқпен алға ырғып секіріп жылжу.Құрсауларды айналдырып,олардың ішінен өту Мақсаты: Бір орнында бір аяқпен оң,сол аяқ секіріп межеге жету.Екі аяқпен алға ырғып секіріп жылжу.Құрсауларды айналдырып,олардың ішінен өтуді үйрету.	П/Ш- «Б» гр Тема: Ходьба с приседанием по сигналу воспитателя. Ползание по скамейке с мешочком на спине. Лазание по гимнастической стенке чередующим шагом. Цель: Закрепить ходить приседанием по сигналу воспитателя. Ползание по скамейке мешочком на спине. Лазание по гимнастической стенке чередующим шагом.

		мыр болуға деген қызығушылығын калыптастыру.				
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы: «Жыланша» заттарды айналып өтіп жүру және жүгіру. Еңіс тақтай бойымен еңбектеу. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Мақсаты: «Жыланша» заттарды айналып өтіп жүру және жүгіру. Еңіс тақтай бойымен еңбектеу. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Екі аяқпен секіру- (ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) Шеңбер бойына сап-қа тұрып жаяу жүру. Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпау. Мақсаты: Екі аяқпен секіру- (ақты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру) Шеңбер бойына сап-қа тұрып жаяу жүру. Жаттығу кезінде тыныс алуды тоқтатпауды үйрету		Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы: «Жыланша» заттарды айналып өтіп жүру және жүгіру. Еңіс тақтай бойымен еңбектеу.Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.Лақтырылған допты қағып алу. Мақсаты: «Жыланша» заттарды айналып өтіп жүру және жүгіру.Еңіс тақтай бойымен еңбектеу.Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.Лақтырылған допты қағып алуды үйрету.	
	09.40-10.00		Ортаңғы«А»топ 3.Тақырыбы: «Жыланша» заттарды айналып өтіп жүру және жүгіру.	Ересек «А» топ Таза ауада өткізу. 2.Тақырыбы: Нысанаға дәлдеп лақтыру және ұзындыққа	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: «Жыланша» заттарды айналып	

			Лақтырылған допты қағып алу. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу. Мақсаты: «Жыланша» заттарды айналып өтіп жүру және жүгіру. Лақтырылған допты қағып алу. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеуді үйрету	секіру.Текшені көлденең нысанаға қолды екпінді түрде түзету арқылы лақтыру. Бір оыннан ұзындыққа секіру. Мақсаты: Нысанаға дәлдеп лақтыру және ұзындыққа секіру.Текшені көлденең нысанаға қолды екпінді түрде түзету арқылы лақтыру. Бір оыннан ұзындыққа секіруді үйрету.	өтіп жүру және жүгіру. Еңіс тақтай бойымен еңбектеу.Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.Лақтырылған допты қағып алу. Мақсаты: «Жыланша» заттарды айналып өтіп жүру және жүгіру.Еңіс тақтай бойымен еңбектеу.Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.Лақтырылған допты қағып алуды үйрету.	
	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп 0,5 (1-3) Тема: Прыжки в длину с места. Подлезание под дугу. Цель: Учить прыгать в длину с места. Подлезание под дугу.	М/Д-«А» топ 3.Тақырыбы: Допты жоғары лақтыру,қабырғаға ұру,қағып алу. Допты бір-біріне лақтыру.Орындық үстінде еңбектеу. Мақсаты: Допты жоғары лақтыру,қабырғаға ұрдыу,қағып алуды, допты бір-	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Заттардың арасымен қысқа –қысқа жүру.Нысанаға дәлдеп лақтыру. Допты алға жоғары лақтырып қағып алу. Мақсаты: Көлденең нысанаға дәлдеп	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: «Жыланша» заттарды айналып өтіп жүру және жүгіру. Лақтырылған допты қағып алу. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу. Мақсаты: «Жыланша» заттарды айналып өтіп жүру және жүгіру. Лақтырылған допты

				біріне лақтыруды, орынды ық үстінде еңбектеуді үйрету	лақтыру дағдысын қалыптастыру, ады мын кең ашып, жылдам қарқынмен жүгіруді жетілдіру. Табанд ы өкшеден аяқтың ұшына дейін тигізу, тепе-теңдік сақтау қабілетін нығайту.	қағып алу. Орындық аяқтарының арасы- мен еңбектеуді бекіту.
Жеке балалармен жұмыс (<i>қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек</i>) / Индивидуальна я работа (<i>какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована</i>)	11.30- 12.00	Ересек «А» топ Айтжан Расул Негізгі қимылдар «Жыланша» заттарды айналып өтіп жүру және жүгіру. Еңіс тақтай бойымен еңбектеу. Берік Сәния Негізгі қимылдар «Жыланша» заттарды айналып өтіп жүру және жүгіру. Еңіс тақтай бойымен еңбектеу.	Ортаңғы «В» топ Лияс Алмат Негізгі қимылдар Лақтырылған допты қағып алу. Орындық аяқтарының арасы- мен еңбектеу. Ерлан Іңкәр Негізгі қимылдар Лақтырылған допты қағып алу. Орындық аяқтарының арасы- мен еңбектеу.	П/Ш-«Б» групп Аким Мерейлім Основные движение: Учить ползать Ползание по ска- мейке с мешочком на спине. Лазание по гимнастической стенке чередующим шагом.	Ересек «А» тобы Тыным Азель Негізгі қимылдар: Нысанаға дәлдеп лақтыру. Допты алға жоға- ры лақтырып қағып алу.	М/Д А» топ Смагулов Сагын Негізгі қимылдар: Допты жоғары лақтыру, қабыр- ғаға ұру, қағып алу.

Құжаттармен жұмыс <i>(өтпелі тақырып бойынша инновациялық материал қосу) /</i> Работа с документами <i>(добавление инновационного материала по сквозной теме)</i>	12.00 - 12.30	Мектепке дейінгі білім беру ұйым әрекетінің басым бағыттарыныңбірі - әр баланың физикалық және психикалық денсаулығын сақтауға жағдайжасау, балалардың дұрыс эмоционалдық саулығын сақтау, әрбір баланыңерекшелігін сақтауға, педагогикалық сүйемелдеуіне жағдай жасау болыптабылады. Осының бәрі – денсаулық сақтау кеңістігі немесе білім беру мекемесінің денсаулық сақтау ортасы деген түсінікке жатады.Денсаулық сақтау ортасы дегеніміз – баланы икемді дамытатын, қысымкөрсетпейтін орта, оның негізіне балалардың эмоционалды жайлы ортасымен жағымды күн тәртібі жатады. Қазіргі кезде денсаулық сақтау кеңістігіәлеуметтік-гигиеналық және психологиялық-педагогикалық, әдеп-этикалық,экологиялық, денсаулықты сауықтыру білім беру жүйелерінің кешенді шаралары деп қарастырылады. Осы кешенді шаралар баланың отбасында,балабақшада, тұрмыстық ортада аман-сау дамуына, психологиялық жәнефизикалық денсаулығына жағдай жасайды. Мектепке дейінгі жаста адамның денсаулығының өмір бойықалыптасуы орындалады. Бұл жаста дене тәрбиесінің ұйымдастырылуыбаланың алдағы уақыттағы дамуына әсерінтигізеді.Осы жас аралығындабаланың өзіндік қасиеттері, сабаққа қызығушылығы және баланыңқабілеттері ашыла бастайды. Мектепке дейінгі балалардың жасында дене шынықтырудың қалыптасуы оқу-тәрбие үрдісінде қоршаған ортаны таныпбілуде, жолдастарына және өзіне деген оң көзқарастық орнатады.
Әдістемелік жұмыс / Методическая работа <i>(Интернет ресурстарымен жұмыс, өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)</i>	12.30 - 13.00	Мектеп жасына дейінгі балалардың негізгі дене қимылдарына жүру,жүгіру, секіру, лақтыру, еңбектеу, өрмелеу, асып түсу, шығу, тепе-теңдіктісақтау түрлерін дұрыс қалыптастыру негізгі мақсат болып табылады. Бұлдағдыларды қалыптастыру кезінде балалардан ынталы болуды, дұрысорындауға талпынуды, оларға нақты нұсқаулар беруді, орындауларына көмеккөрсетуді талап етеді. Дене шынықтыруды қимыл-қозғалыс ойындары арқылы жүзеге асырубалалардың дене мүшелері мен көңіл-күйлеріне қатты әсерін тигізеді.Қимыл-әрекетке толық жағдай жасаудың, барлық бала ойыннан қуаныштабуға мүмкіндік жасаудың маңызы зор. Ойын барысындағы іс-қимылды дұрыс сапалы түрде балаға жеткізіп,бірнеше рет қайталап әдетке айналдырғанда, бала ағзасындағы зат алмасуартып, жүйке жүйесі белсенділігін танытып, қан айналымы жақсарады.Қозғалыс барысындағы жиі демалудан бала ағзасындағы оттегіге дегенқажеттілік артады. Дене шынықтырудың арқасында баланың көңіл-

		күйжоғарылап, жүйке жүйесі бекиді. Дене шынықтыру нәтижесінде бала өзінің әрекетіне және топтық тәртіпке үйреніп, оның ережесіне бағынады. Бұлоның жан-жағындағы оқиғаға мән беріп қарауына, төзімді болуына, тәртіпті сақтауына септігін тигізеді.				
Көрнекі құралдарды дайындау <i>(өтпелі және тақырыпшаға сәйкес дидактикалық ойындар қосу) /</i> Изготовление наглядного пособия <i>(добавление дидактических игр в соответствии с сюжетом и темой)</i>	13.00 - 14.00	М/Д топ Қимылды ойын «Біз көінлді балалар» Мақсаты: балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру	Ортаңғы топ Қимылды ойын «Қасқырлар мен лақтар» Мақсаты: балаларды шапшаңдыққа, тез қимылдауға тәрбиелеу. Шарты Балалар екі топқа бөлінеді. Алдарында әр түрлі заттар тұрады. Белгі бойынша жүгіріп сол заттарды себетке салады.	Ортаңғы топ Қимылды ойын: «Ақ қоян» Мақсаты: Ұқыптылық пен жылдамдықты және ой-өрісін дамыту. Шарты: Балалар шеңберде тұрады. Бір баланы қасқыр болады. Қалғандары: Қоян отыр екі құлағы дір-дір етіп, екі қолын сілкілдетіп тоңды секірді, бір кезде оларды қасқыр келіп қорқытты деген кезде қасыр	Дидактические игры «Мы веселые ребята Цель игры: Закрепление знаний о видах ходьбы бега, прыжков. Правила игры: Точно выполнять движение, чтобы остался четкий след. Правильно называть выполненное движение.	Ересек топ. Қимылды ойын «Өткеншек» Мақсаты: Шапшаңдықты, ұқыптылықты дамыту.

**«Күншуақ» бөбекжай балабақшасы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА
денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуры (1 аусым -1 смена)
2021-2022 оқу жылы / учебный год) Қазан/Октябрь
II апта / II неделя (06.12.2021 – 10.12.2021)**

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Қардың пайдасы»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Менің Қазақстаным»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Жайнай бер Қазақстан!» «»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 06.12.2021	Сейсенбі / Вторник 07.12.2021	Сәрсенбі / Среда 08.12.2021	Бейсенбі / Четверг 09.12.2021	Жұма / Пятница 10.12.2021
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/	08.40- 08.45	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды	Қолданылатын кұрал-жабдық	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды

Подготовка ОУД		дайындау: қалталар, құрсаулар, стөп, доптар	дайындау: таяқшалар, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	дайындау: кеглилар кішкентай доптар, жалаушала, кубиктер	тарды дайындау: жіптер, фитбол, доғалар, атрибуттар	дайындау: скакалка, доптар, аттар, гантельдер
ҰОҚ (қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) / ОУД (написание какой группа, тема и цели)	08.45-09.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Футбол элементтерін қолдану (оңға, солға) кеңістікті бағдарлау. Алға қарай екпінмен қос аяқпен секіру және тізені жартылай бүгіп, аяқтың ұшымен жерге түсу. Заттарға жанаспай, оларды айналып өту. Мақсаты: Футбол элементтерін қолдану (оңға, солға) кеңістікті бағдарлау. Алға қарай екпінмен қос аяқпен секіру және тізені жартылай бүгіп, аяқтың ұшымен жерге түсу. Заттарға жанаспай, оларды айналып өтуді үйрету.	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Негізгі қимылдар: Төбешіктен бір-бірлеп және екі-екіден шанамен сырғанау. Шанамен төбешікке көтерілу. Мақсаты: Төбешіктен бір-бірлеп және екі-екіден шанамен сырғанау. Шанамен төбешікке көтерілуді үйрету.	П/Ш-«Б» групп Тема: 1. Прыжки с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления. Цель: Учить прыгать с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Негізгі қимылдар: Допты бір қолмен еденнен ыршытып, қос қолмен қағып алу. 3-4 доғаның астынан еңбектеп өту. Мақсаты: Допты бір қолмен еденнен ыршытып, қос қолмен қағып алу. 3-4 доғаның астынан еңбектеп өтуді үйрету.	П/Ш- «Б» гр Тема: Прыжки с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления. Цель: Закреплять прыгать с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления.

	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу. Допты көлденен нысанаға лақтыру. Мақсаты: Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу. Допты көлденен нысанаға лақтыруды үйрету.	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы:. Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу. Допты көлденен нысанаға лақтыру. Мақсаты: Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу. Допты көлденен нысанаға лақтыруды үйрету.		Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы: Қол ұстасып,арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Допты көлденен нысанаға лақтыру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Мақсаты: Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Допты көлденен нысанаға лақтыру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.	

	09.40-10.00		Ортаңғы«А»топ 3.Тақырыбы: Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру.Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Лақтырған допты қағып алу. Мақсаты: Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру.Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Лақтырған допты қағып алуды үйрету.	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Таза ауада өткізу. 2.Тақырыбы: Бір орыннан итеріле отырып, көлденең жолмен сырғанау.Тақтайдың екі ұшынан бастап жүріп,екі жаққа айрылып кету. Оңға қосалқы адым жасап, бір кемеден екіншісіне өту арқылы гимнастикалық қабырғамен өрмелеу. Мақсаты: Бір орыннан итеріле отырып, көлденең жолмен сырғанау.Тақтайдың екі ұшынан бастап жүріп,екі жаққа айрылып кету. Оңға қосалқы адым жасап, бір кемеден екіншісіне өту арқылы гимнастикалық қабырғамен өрмелеуді үйрету.	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Допты көлденен нысанаға лақтыру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Мақсаты: Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Допты көлденен нысанаға лақтыру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.	
--	-------------	--	---	--	---	--

	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп 0,5 (1-3) Прыжки с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления. Цель: Закреплять прыгать с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления.	М/Д-«А» топ 3.Тақырыбы: 3-4 доғаның астынан еңбектеп өту. Тізенің арасына қапшықты қысып, қос аяқтап секіру. Мақсаты: 3-4 доғаның астынан еңбектеп өту. Тізенің арасына қапшықты қысып, қос аяқтап секіруді үйрету.	Ересек «А»топ 3.Тақырыбы: Бір-біріне доп лақтыруды және қолды төбеге көтеріп, қос қолдап қағып алу.Алға қарай секірген кезде қос аяқты бірдей көтеру және тізені аздап бүгіп,жерге түсу. Мақсаты: Бір-біріне доп лақтыруды және қолды төбеге көтеріп, қос қолдап қағып алу.Алға қарай секірген кезде қос аяқты бірдей көтеру және тізені аздап бүгіп,жерге түсуді үйрету.	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Қол ұстасып арқаннан ұстап жүру және аланның бір жағынан екінші жағына жүгіру.Еніс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.Лақтырған допты қағып алу. Мақсаты: Қол ұстасып арқаннан ұстап жүру және аланның бір жағынан екінші жағына жүгіру.Еніс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.Лақтырған допты қағып алуды үйрету.

Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальная работа (какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Мәди Нұрахмет Негізгі қимылдар Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу. Допты көлденен нысанаға лақтыру.	Ортаңғы«В»топ Болатқызы Зере Негізгі қимылдар Еңіс тақтай бойымен жүруде тептендікті сақтау. Лақтырған допты қағып алу.	М/Д топ.О.П.П Смагулов Сагын Негізгі қимылдар 3-4 доғаның астынан еңбектеп өту. Тізенің арасына қапшықты қысып, қос аяқтап секіруді үйрету.	Ересектер «А» тобы Мейрамбек Ақниет Негізгі қимылдар: Алға қарай секірген кезде қос аяқты бірдей көтеру және тізені аздап бүгіп,жерге түсу.	П/Ш-«Б» групп Основные движение: Сахиева Альбина Учить прыгать с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления.
Құжаттармен жұмыс (өтпелі тақырып бойынша инновациялық материал қосу) / Работа с документами (добавление инновационного материала по сквозной теме)	12.00 - 12.30	Денсаулық бұл – адамның ең ұзақ ғұмыры бойындағы әлеуметтік белсенділігі мен тиімді еңбекке қабілеттілік дәрежесін, биологиялық физиологиялық және психологиялық қызметін сақтауы мен дамыту үдерісі. Ендеше, жас ұрпақтың дені сау, білімді азамат болып ер жетуі, қоғамнан өзіндік дұрыс таңдай алатын,еркін ойлау қабілеті қалыптасқан, мәдениетті,іскер жеке тұлға тәрбиелеу ең алдымен, ата-анасына, одан соң мектепке дейінгі ұйымға және қоршаған ортаға байланысты . Оқу-тәрбие үдерісінің сапасы мен нәтижесі ең алдымен алдымызда отырған өскелең ұрпақ пен оны өмірге жетелейтін мұғалім денсаулығына тікелей байланысты болатынын ескере келіп, денсаулығы төмен тәрбиеші бен тәрбиеленушінің берері де аз, нәтижесі де төмен болады. Олай болса, ең бастысы тәрбиеші мен тәрбиеленушінің денсаулығын сақтау басты міндетіміз деп, ұлы ойшыл Әбунасыр әл-Фарабидің: «Адам денесінің жетілуі - оның денсаулығы. Егер денің сау болса, оның денсаулығы. Егер дені сау болса, онда оны сақтамақ керек; - деген асыл сөзінен негіз аламыз. Баланың денсаулығы – қоғамның экономикалық, әлеуметтік және денсаулығын жетістіктерін сипаттайтын маңызды көрсеткіштердің қатарына жатады. Қазақстандағы балалардың денсаулық деңгейлері қоғамның, әсіресе дәрігерлер мен педагогтердің арасында дабыл қағуда.				

Әдістемелік жұмыс / Методическая работа (Интернет ресурстарымен жұмыс, өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Өз білімін жетілдіру тақырыбы бойынша жұмыс: Қимыл-қозғалыс белсенділігі-жоғары дамыған тірі материяның ерекшелігі ғана емес, тіршілікке қажетті жағдай. Адамның эволюциясындағы дамуы оның барлық мүшелері мен жүйелерінің қалыпты қызмет атқаруын тек белсенді қимыл-қозғалыс әрекеттері бар жағдайларда ғана мүмкін еткен. Баланың қимыл-қозғалыстар табиғи мұқтаждығы шектелген болса, оның іштен туа біткен мүмкіндіктері өз маңызынан айырылады. Әрекетсіздік денені де бұзады. Қимыл-қозғалыс белсенділігінің шектелуі организмнің қызметтік және құрылымдық өзгерістеріне әкеліп, өмірін дене жаттығуларын жасау барысында организмнің ішкі ортасында пайда болатын өзгерістерге төтеп бергіштік – жаттыққан организмнің ерекше қасиеті. Сонымен қатар, дене жаттығулары адамның сыртқы ортаның зиянды факторларына да беріктігін арттырады. Спортпен жүйелі шұғылданатын балалардың денсаулығы мықты, суық тигеннен болатын ауруларының жиілігі төмен. Мектеп тіршілігі жағдайларында, қалыпты дене дамуы мен денсаулыққа қажетті қимыл-қозғалысқа деген табиғи мұқтаждық шектелген. Дене тәрбиесі мұғалімінің, спорт мектебі бапкерінің назарында дене жаттығуларының сауықтырушы рөлі бірінші кезекте болуы керек. ысқартады.				
Көрнекі құралдарды дайындау (өтпелі және тақырыпшаға сәйкес дидактикалық ойындар қосу) / Изготовление наглядного пособия (добавление дидактических игр)	13.00 - 14.00	Ортаңғы топ. Қимылды ойын «Өз орныңды-ды тап» Мақсаты: Балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс	Ортаңғы топ. Қимылды ойын «Жалауға қарай жүгір» Мақсаты: Түстерді ажырата білу, ұқыптылықты, жылдамдықты дамыту.	М/Д «А» топ. Қимылды ойын: «Тышқан мен қақпан» Мақсаты: Ұқыптылық пен жылдамдықты және ой-өрісін дамыту. Жылдамдықты дамыту.	П/Ш «Б» групп Дидактические игры «Узнай движение по следу» Правила игры: Точно выполнять движение, чтобы остался четкий след. Правильно называть выполненное движение.	Ересек топ Ұллық ойын «Қозы» Мақсаты: Дыбысты ажырата білуге, достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.

*в соответствии с
свозной и
подтемой)*

жасауға дағды-
ландыру

**«Күншуақ» бөбекжай балабақшасы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА
денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)
2021-2022 оқу жылы / учебный год) Қазан/Октябрь
III апта / III неделя (13.12.2021 – 17.12.2021)**

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Қардың пайдасы»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Менің Қазақстаным»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Жайнай бер Қазақстан!» «Процветай мой Казахстан!»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 13.12.2021	Сейсенбі / Вторник 14.12.2021	Сәрсенбі / Среда 15.12.2021	Бейсенбі / Четверг 16.12.2021	Жұма / Пятница 17.12.2021
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ		
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау:	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар,	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау:кеглилар кішкентай		

		қалталар,кұрсаулар,стэп,доптар	гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	доптар,жалаушала, кубиктер		
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какой группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Гимнастикалық орындық бойымен етпетінен өрмелеу. Допты бір-біріне лақтырып, қолдың басын еркін қимылда-тып,бір мезгілде қос қолдап қағып алу.Қолды иыққа қойып,аяқтың ұшымен жүру,сызықтан шығып кетпеу. Мақсаты: Гимнастикалық орындық бойымен етпетінен өрмелеу. Допты бір-біріне лақтырып, қолдың басын еркін қимылда-тып,бір мезгілде қос қолдап қағып алу.Қолды иыққа қойып,аяқтың ұшымен жүру,сызықтан шығып кетпеуді үйрету	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Негізгі қимылдар: 2мин дейін заттардың арасымен үздіксіз жүгіру, қиылысқан жерлермен баяу жүгіру. Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу.Сап түзеу және сапқа қайта тұрудың бұрын игерілген әдістерін қайталау және жетілдіру. Мақсаты: 2мин дейін заттардың арасымен үздіксіз жүгіру, қиылысқан жерлермен баяу жүгіру. Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу.Сап түзеу және сапқа қайта тұрудың бұрын игерілген әдістерін қайталау және жетілдіру.	П/Ш-«Б» групп Тема: 1. Бег в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя. Прыжки в длину с места.Бросание мяча в парах. Цель: Учить бегать в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя. Прыжки в длину с места.Бросание мяча в парах.		

	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Төбешікке шығып және одан түсіп саппен жүру және тұтас топпен сапқа қайта тұру. Лақтырылған допты қағып алу. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу. Мақсаты: Төбешікке шығып және одан түсіп саппен жүру және тұтас топпен сапқа қайта тұру. Лақтырылған допты қағып алу. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеуді үйрету.	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы:. Төбешікке шығып және одан түсіп саппен жүру және тұтас топпен сапқа қайта тұру. Лақтырылған допты қағып алу. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу. Мақсаты: Төбешікке шығып және одан түсіп саппен жүру және тұтас топпен сапқа қайта тұру. Лақтырылған допты қағып алу. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеуді үйрету.			
	09.40-10.00		Ортаңғы«А»топ 3.Тақырыбы: Төбешікке шығып және одан түсіп саппен жүру және	Ересек «А» топ Таза ауада өткізу. 2.Тақырыбы:		

			тұтас топпен сапқа қайта тұру. Допты нысанаға лақтыру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру. Мақсаты: Төбешікке шығып және одан түсіп саппен жүру және тұтас топпен сапқа қайта тұру. Допты нысанаға лақтыру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіруді үйрету.	Мұзды жолмен сырғанау. Арақашықтығы 2 метрлік екі қатарға тұрып, қолды жоғары көтеріп доп лақтыру. Қолмен төменге және алға қарай оқыс қимылдар жасау, бір орыннан ұзындыққа секіру Мақсаты: Мұзды жолмен сырғанау. Арақашықтығы 2 метрлік екі қатарға тұрып, қолды жоғары көтеріп доп лақтыру. Қолмен төменге және алға қарай оқыс қимылдар жасау, бір орыннан ұзындыққа секіруді үйрету.		
	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп 0,5 (1-3) Проползать под верёвкой, с мячом в руках. Прыгать в длину с места. Цель: Учить проползать под верёвкой, с мячом в руках. Прыгать в длину с места.	М/Д-«А» топ 3.Тақырыбы: Хоккей, берілген бағытта, қапқаға доптаяқпен шайбаны сырғанату, оны қақпаға енгізу Мақсаты: Хоккей, берілген бағытта, қапқаға доптаяқпен шайбаны сырғанату,		

				оны қақпаға енгізуді үйрету.		
Жеке балалармен жұмыс <i>(қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) /</i> Индивидуальна я работа <i>(какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)</i>	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Мұсағали Әлихан Негізгі қимылдар Лақтырылған допты қағып алу. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу.	Ортаңғы«В»топ Болатқызы Зере Негізгі қимылдар Допты нысанаға лақтыру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіруді үйрету.	Ересек «А» топ Негізгі қимылдар Ақылбай Аяна Гимнастикалық орындық бойымен етпетінен өрмелеу. Допты бір-біріне лақтырып, қолдың басын еркін қимылда-тып,бір мезгілде қос қолдап қағып алу.		
Құжаттармен жұмыс <i>(өтпелі тақырып бойынша инновациялық материал қосу) /</i> Работа с документами <i>(добавление инновационного материала по сквозной теме)</i>	12.00 - 12.30	Денсаулық бұл – адамның ең ұзақ ғұмыры бойындағы әлеуметтік белсенділігі мен тиімді еңбекке қабілеттілік дәрежесін, биологиялық физиологиялық және психологиялық қызметін сақтауы мен дамыту үдерісі. Ендеше, жас ұрпақтың дені сау, білімді азамат болып ер жетуі, қоғамнан өзіндік дұрыс таңдай алатын,еркін ойлау қабілеті қалыптасқан, мәдениетті,іскер жеке тұлға тәрбиелеу ең алдымен, ата-анасына, одан соң мектепке дейінгі ұйымға және қоршаған ортаға байланысты . Оқу-тәрбие үдерісінің сапасы мен нәтижесі ең алдымен алдымызда отырған өскелең ұрпақ пен оны өмірге жетелейтін мұғалім денсаулығына тікелей байланысты болатынын ескере келіп, денсаулығы төмен тәрбиеші бен тәрбиеленушінің берері де аз, нәтижесі де төмен болады. Олай болса, ең бастысы тәрбиеші мен тәрбиеленушінің денсаулығын сақтау басты міндетіміз деп, ұлы ойшыл Әбунасыр әл-Фарабидің: «Адам денесінің жетілуі - оның денсаулығы. Егер денің сау болса, оның денсаулығы. Егер дені сау болса, онда оны сақтамақ керек; - деген асыл сөзінен негіз аламыз. Баланың денсаулығы – қоғамның экономикалық, әлеуметтік және денсаулығын жетістіктерін сипаттайтын маңызды көрсеткіштердің қатарына жатады. Қазақстандағы балалардың денсаулық деңгейлері қоғамның, әсіресе дәрігерлер мен педагогтердің арасында дабыл қағуда.				

Әдістемелік жұмыс / Методическая работа (Интернет ресурстарымен жұмыс, өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Өз білімін жетілдіру тақырыбы бойынша жұмыс: Қимыл-қозғалыс белсенділігі-жоғары дамыған тірі материяның ерекшелігі ғана емес, тіршілікке қажетті жағдай. Адамның эволюциясындағы дамуы оның барлық мүшелері мен жүйелерінің қалыпты қызмет атқаруын тек белсенді қимыл-қозғалыс әрекеттері бар жағдайларда ғана мүмкін еткен. Баланың қимыл-қозғалыстар табиғи мұқтаждығы шектелген болса, оның іштен туа біткен мүмкіндіктері өз маңызынан айырылады. Әрекетсіздік денені де бұзады. Қимыл-қозғалыс белсенділігінің шектелуі организмнің қызметтік және құрылымдық өзгерістеріне әкеліп, өмірін дене жаттығуларын жасау барысында организмнің ішкі ортасында пайда болатын өзгерістерге төтеп бергіштік – жаттыққан организмнің ерекше қасиеті. Сонымен қатар, дене жаттығулары адамның сыртқы ортаның зиянды факторларына да беріктігін арттырады. Спортпен жүйелі шұғылданатын балалардың денсаулығы мықты, суық тигеннен болатын ауруларының жиілігі төмен. Мектеп тіршілігі жағдайларында, қалыпты дене дамуы мен денсаулыққа қажетті қимыл-қозғалысқа деген табиғи мұқтаждық шектелген. Дене тәрбиесі мұғалімінің, спорт мектебі бапкерінің назарында дене жаттығуларының сауықтырушы рөлі бірінші кезекте болуы керек. ысқартады.				
Көрнекі құралдарды дайындау (өтпелі және тақырыпшаға сәйкес дидактикалық ойындар қосу) / Изготовление наглядного пособия (добавление дидактических игр)	13.00 - 14.00	Ортаңғы топ. Қимылды ойын «Өз орныңды тап» Мақсаты: Балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс	Ортаңғы топ. Қимылды ойын «Жалауға қарай жүгір» Мақсаты: Түстерді ажырата білу, ұқыптылықты, жылдамдықты дамыту.	М/Д «А» топ. Қимылды ойын: «Тышқан мен қақпан» Мақсаты: Ұқыптылық пен жылдамдықты және ой-өрісін дамыту. Жылдамдықты дамыту.		

*в соответствии с
свозной и
подтемой)*

жасауға дағды-
ландыру

**«Күншуақ» бөбекжай балабақшасы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

**денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуры (1 аусым -1 смена)
2021-2022 оқу жылы / учебный год) Қазан/Октябрь
IVапта / IV неделя (20.12.2021 - 24.12.2021)**

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Қардың пайдасы»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Менің Қазақстаным»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Жайнай бер Қазақстан!» «Процветай Мой Казахстан!»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 20.12.2021	Сейсенбі / Вторник 21.12.2021	Сәрсенбі / Среда 22.12.2021	Бейсенбі / Четверг 23.12.2021	Жұма / Пятница 24.12.2021
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: калталар,кұрсау лар,стэп,доптар	Қолданылатын құрал-жабдықтар- ды дайындау: таяқшалар, гимнастикалық	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: кұрсаулар, гимнастикалық	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар, гимнастикалық	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: дөңгелек,кегли, гимнастикалық

			орындық, ойын атрибуттары.	қабырға, ойын атрибуттары.	орындық, кіші топқа қимылды ойынға жұмсақ ойыншықтар дайындау (мысық,ит,аю)	орындық, ойын атрибуттары.
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какая группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Биікте жүрген кезде,заттарды аттап өту. Допты еденге тігінен лақтырып,кейін қос қолдап қағып алу. Мақсаты: Биікте жүрген кезде,заттарды аттап өту. Допты еденге тігінен лақтырып,кейін қос қолдап қағып алуды үйрету.	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: 1.Тақырыбы: Негізгі қимылдар: Бір орнында бір аяқпен секіріп межеге жету.Екі аяқпен алға ырғып секіріп жылжу Құрсауларды айналдырып,олардың ішінен өту. Мақсаты: Бір орнында бір аяқпен секіріп межеге жету.Екі аяқпен алға ырғып секіріп жылжу Құрсауларды айналдырып,олардың ішінен өтуді үйрету.	П/Ш-«Б» групп Тема: Прыжки с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления. Цель: Учить прыгать с высоты. Бросание мяча в даль и ходить парами с изменением направления.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Негізгі қимылдар: Гимнастикалық орындық үстімен арақашықтығы баладан екі қадам қашықтықта қойылған толтырылған доптардан аттап жүру,екпінмен ұзындыққа қос аяқтап секіру Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстімен арақашықтығы баладан екі қадам қашықтықта қойылған толтырылған доптардан аттап	П/Ш- «Б» гр Тема: Прыжки с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления. Цель Учить прыгать с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления.

					жүру, екпінмен ұзындыққа қос аяқтап секіруді үйрету.	
09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы: Жүрелеп жүру және«жыланша» жүгіру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Мақсаты: Жүрелеп жүру және«жыланша» жүгіру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Жүрелеп жүру және«жыланша» жүгіру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Мақсаты: Жүрелеп жүру және«жыланша» жүгіру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.		Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы: Жүрелеп жүру және«жыланша» жүгіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау Допты тура нысанаға лақтыруды пысықтау. Мақсаты: Жүрелеп жүру және«жыланша» жүгіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау Допты тура нысанаға лақтыруды пысықтау.		
09.40-10.00		Ортаңғы«А»топ 3.Тақырыбы: Жүрелеп жүру және «жыланша» жүгіру.Еңіс тақ-	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Таза ауада өткізу. 2.Тақырыбы:	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Жүрелеп жүру және«жыланша»		

			тай бойымен жү- руде тепе-теңдікті сақтау.Допты ту- ра нысанаға лақ- тыру. Мақсаты: Жүрелеп жүру және «жыланша» жүгіру.Еңіс тақ- тай бойымен жү- руде тепе-теңдікті сақтау.Допты ту- ра нысанаға лақ- тыруды үйрету.	Қарды нысанаға лақтыру,сермеу. Бір-бірін шанамен сүйреу,ша наны бірде оң,бірде сол қолы-мен сүйреу. Биікте жүрген кезде денені тік ұсатау. Мақсаты: Қарды нысанаға лақтыру,сермеу. Бір-бірін шанамен сүйреу,ша наны бірде оң,бірде сол қолы-мен сүйреу. Биікте жүрген кезде денені тік ұсатауды үйрету.	» жүгіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе- теңдікті сақтау Допты тура ны- санаға лақтыру- ды пысықтау. Мақсаты: Жүрелеп жүру және«жыланша » жүгіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе- теңдікті сақтау Допты тура ны- санаға лақтыру- ды пысықтау.	
	10.10- 10.30		П/Ш-«Б» групп 0,5 (1-3) Тема: Бросать мяч о землю и ловить его двумя руками. Ходьба по гимнастической скамейке с разных положении рук.	М/Д-«А» топ 3.Тақырыбы: Екпінмен ұзындыққа қос аяқтап секіру .Биіктігі 40см жіптің астынан қолды еденге тигізбей,бүйірімен еңбектеу Мақсаты: Екпінмен ұзын-	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Биікте жүрген кезде,заттарды аттап өту. Допты еденге тігінен лақты- рып,кейін қос қолдап қағып алу. Мақсаты:	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Жүрелеп жүру және «жыланша» жүгіру.Еңіс тақ- тай бойымен жүруде тепе-тең- дікті сақтау. Допты тура ныса- наға лақтыру. Мақсаты:

			Цель: Учить Бросать мяч о землю и ловить его двумя руками. Ходьба по гимнастической скамейке с разных положений рук.	дыққа қос аяқтап секіру .Биіктігі 40см жіптің астынан қолды еденге тигізбей,бүйірімен еңбектеу	Биікте жүрген кезде,заттарды аттап өту. Допты еденге тігінен лақтырып,кейін қос қолдап қағып алу.	Жүрелеп жүру және «жыланша» жүгіру.Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Допты тура нысанаға лақтыруды үйрету.
Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальна я работа (какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)	11.30-12.00	Ересек«А»топ Берік Сәния Негізгі қимылдар Биікте жүрген кезде,заттарды аттап өту.Допты еденге тігінен лақтырып,кейін қос қолдап қағып алу.	Ортаңғы«В»топ Ерлан Іңкар Негізгі қимылдар Еңіс тақ-тай бойымен жү-руде тепе-теңдікті сақтау.Допты тура нысанаға лақтыру.	II/III-«Б» групп Аким Мерейлім Основные движение: Прыжки с высоты. Бросание мяча в даль.	Ересектер «А» Мұратқызы Аяла Негізгі қимылдар: Биікте жүрген кезде,заттарды аттап өту. Допты еденге тігінен лақтырып,кейін қос қолдап қағып алу.	Ортаңғы А» топ Білімбек Ханшайым Негізгі қимылдар: Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-тең-дікті сақтау. Допты тура нысанаға лақтыру.
Құжаттармен жұмыс (өтпелі тақырып бойынша инновациялық материал қосу) / Работа с документами (добавление	12.00 - 12.30	Мектепке дейінгі білім беру ұйым әрекетінің басым бағыттарыныңбірі - әр баланың физикалық және психикалық денсаулығын сақтауға жағдайжасау, балалардың дұрыс эмоционалдық саулығын сақтау, әрбір баланыңерекшелігін сақтауға, педагогикалық сүйемелдеуіне жағдай жасау болыптабылады. Осының бәрі – денсаулық сақтау кеңістігі немесе білім беру мекемесінің денсаулық сақтау ортасы деген түсінікке жатады.Денсаулық сақтау ортасы дегеніміз – баланы икемді дамытатын, қысымкөрсетпейтін орта, оның негізіне балалардың эмоционалды жайлы ортасымен жағымды күн тәртібі жатады. Қазіргі кезде денсаулық сақтау				

инновационного материала по сквозной теме)		кеңістігіәлеуметтік-гигиеналық және психологиялық-педагогикалық, әдеп-этикалық,экологиялық, денсаулықты сауықтыру білім беру жүйелерінің кешенді шаралары деп қарастырылады. Осы кешенді шаралар баланың отбасында,балабақшада, тұрмыстық ортада аман-сау дамуына, психологиялық жәнефизикалық денсаулығына жағдай жасайды. Мектепке дейінгі жаста адамның денсаулығының өмір бойықалыптасуы орындалады. Бұл жаста дене тәрбиесінің ұйымдастырылуыбаланың алдағы уақыттағы дамуына әсерінтигізеді.Осы жас аралығындабаланың өзіндік қасиеттері, сабаққа қызығушылығы және баланыңқабілеттері ашыла бастайды. Мектепке дейінгі балалардың жасында дене шынықтырудың қалыптасуы оқу-тәрбие үрдісінде қоршаған ортаны таныпбілуде, жолдастарына және өзіне деген оң көзқарастық орнатады.				
Әдістемелік жұмыс / Методическая работа <i>(Интернет ресурстарымен жұмыс, өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)</i>	12.30 - 13.00	Мектеп жасына дейінгі балалардың негізгі дене қимылдарына жүру,жүгіру, секіру, лақтыру, еңбектеу, өрмелеу, асып түсу, шығу, тепе-теңдіктісақтау түрлерін дұрыс қалыптастыру негізгі мақсат болып табылады. Бұлдағдыларды қалыптастыру кезінде балалардан ынталы болуды, дұрысорындауға талпынуды, оларға нақты нұсқаулар беруді, орындауларына көмеккөрсетуді талап етеді. Дене шынықтыруды қимыл-қозғалыс ойындары арқылы жүзеге асырубалалардың дене мүшелері мен көңіл-күйлеріне қатты әсерін тигізеді.Қимыл-әрекетке толық жағдай жасаудың, барлық бала ойыннан қуаныштабуға мүмкіндік жасаудың маңызы зор. Ойын барысындағы іс-қимылды дұрыс сапалы түрде балаға жеткізіп,бірнеше рет қайталап әдетке айналдырғанда, бала ағзасындағы зат алмасуартып, жүйке жүйесі белсенділігін танытып, қан айналымы жақсарады.Қозғалыс барысындағы жиі демалудан бала ағзасындағы оттегіге дегенқажеттілік артады. Дене шынықтырудың арқасында баланың көңіл-күйжоғарылап, жүйке жүйесі бекиді. Дене шынықтыру нәтижесінде бала өзініңіс әрекетіне және топтық тәртіпке үйреніп, оның ережесіне бағынады. Бұлоның жан-жағындағы оқиғаға мән беріп қарауына, төзімді болуына, тәртіптісақтауына септігін тигізеді.				
Көрнекі құралдарды дайындау <i>(өтпелі және</i>	13.00 - 14.00	М/Д топ Қимылды ойын «Тез	Ортаңғы топ Қимылды ойын	Ортаңғы топ Қимылды ойын: «Ақ қоян»	Подвижные агры; «Колокольчик»	Ересек топ. Қимылды ойын; «Дөңгелекке үлгер» Мақсаты:

<i>тақырыпшаға сәйкес дидактикалық ойындар қосу) /</i> Изготовление наглядного пособия <i>(добавление дидактических игр в соответствии с сквозной и подтемой)</i>		үлгер» Мақсаты: балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру	«Қу түлкі» Мақсаты: балаларды шапшаңдыққа, тез қимылдауға тәрбиелеу.	Мақсаты: Ұқыптылық пен жылдамдықты және ой-өрісін дамыту.	Цель игры: Правила игры: Точно выполнять движение, чтобы остался четкий след.	Шапшаңдықты, ұқыптылықты дамыту, намысқа тырысуға икемдендіру.
---	--	--	--	--	--	---

**«Күншуақ» бөбекжай балабақшасы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

**денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуры (1 аусым -1 смена)
2021-2022 оқу жылы / учебный год) Қазан/Октябрь
Vапта / V неделя (27.12.2021 – 31.12.2021)**

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Қардың пайдасы»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Менің Қазақстаным»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Жайнай бер Қазақстан!» «»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 06.12.2021	Сейсенбі / Вторник 07.12.2021	Сәрсенбі / Среда 08.12.2021	Бейсенбі / Четверг 09.12.2021	Жұма / Пятница 10.12.2021
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: қалталар,кұрсау лар,стәп,доптар	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау:кеглилар кішкентай доптар,жалаушала, кубиктер	Қолданылатын кұрал-жабдық тарды дайын- дау: жіптер,фит бол,доғалар, атрибуттар	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: скакалка,доптар,a ттар,гантельдер

ҰОҚ (қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) / ОУД (написание какая группа, тема и цели)	08.45-09.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Футбол элементтерін қолдану (оңға,солға)кеңістік ті бағдарлау.Алға қарай екпінмен қос аяқпен секіру және тізені жартылай бүгіп,аяқтың ұшымен жерге түсу. Заттарға жанаспай,оларды айналып өту. Мақсаты: Футбол элементтерін қолдану (оңға,солға)кеңістік ті бағдарлау.Алға қарай екпінмен қос аяқпен секіру және тізені жартылай бүгіп,аяқтың ұшымен жерге түсу. Заттарға жанаспай,оларды айналып өтуді үйрету.	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Негізгі қимылдар: Төбешіктен бір-бірлеп және екі-екіден шанамен сырғанау. Шанамен төбешікке көтерілу. Мақсаты: Төбешіктен бір-бірлеп және екі-екіден шанамен сырғанау. Шанамен төбешікке көтерілуді үйрету.	П/Ш-«Б» групп Тема: 1. Прыжки с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления. Цель: Учитъ прыгать с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Негізгі қимылдар: Допты бір қолмен еденнен ыршытып,қос қолмен қағып алу.3-4доғаның астынан еңбектеп өтуді үйрету.	П/Ш- «Б» гр Тема: Прыжки с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления. Цель: Закреплять прыгать с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления.
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Қол ұстасып, арқаннан ұстап	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы:. Қол ұстасып, арқаннан ұстап жү-		Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы:	

		жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу. Допты көлденен нысанаға лақтыру. Мақсаты: Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу. Допты көлденен нысанаға лақтыруды үйрету.	ру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу. Допты көлденен нысанаға лақтыру. Мақсаты: Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу. Допты көлденен нысанаға лақтыруды үйрету.		Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Допты көлденен нысанаға лақтыру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Мақсаты: Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Допты көлденен нысанаға лақтыру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.	
	09.40-10.00		Ортаңғы«А»топ 3.Тақырыбы: Қол ұстасып, арқаннан ұстап	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Таза ауада өткізу. 2.Тақырыбы:	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы:	

			жүру және аланның бір жағынан екінші жағына жүгіру.Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Лақтырған допты қағып алу. Мақсаты: Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және аланның бір жағынан екінші жағына жүгіру.Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Лақтырған допты қағып алуды үйрету.	Бір орыннан итеріле отырып, көлденең жолмен сырғанау.Тақтайдың екі ұшынан бастап жүріп,екі жаққа айрылып кету. Оңға қосалқы адым жасап, бір кемеден екіншісіне өту арқылы гимнастикалық қабырғамен өрмелеу. Мақсаты: Бір орыннан итеріле отырып, көлденең жолмен сырғанау.Тақтайдың екі ұшынан бастап жүріп,екі жаққа айрылып кету. Оңға қосалқы адым жасап, бір кемеден екіншісіне өту арқылы гимнастикалық қабырғамен өрмелеуді үйрету.	Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Допты көлденен нысанаға лақтыру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Мақсаты: Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Допты көлденен нысанаға лақтыру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.	
10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп 0,5 (1-3)	М/Д-«А» топ 3.Тақырыбы:	Ересек «А»топ 3.Тақырыбы:	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы:	

			Прыжки с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления. Цель: Закреплять прыгать с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления.	3-4 доғаның астынан еңбектеп өту. Тізенің арасына қапшықты қысып, қос аяқтап секіру. Мақсаты: 3-4 доғаның астынан еңбектеп өту. Тізенің арасына қапшықты қысып, қос аяқтап секіруді үйрету.	Бір-біріне доп лақтыруды және қолды төбеге көтеріп, қос қолдап қағып алу. Алға қарай секірген кезде қос аяқты бірдей көтеру және тізені аздап бүгіп, жерге түсу. Мақсаты: Бір-біріне доп лақтыруды және қолды төбеге көтеріп, қос қолдап қағып алу. Алға қарай секірген кезде қос аяқты бірдей көтеру және тізені аздап бүгіп, жерге түсуді үйрету.	Қол ұстасып арқаннан ұстап жүру және аланның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Лақтырған допты қағып алу. Мақсаты: Қол ұстасып арқаннан ұстап жүру және аланның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Лақтырған допты қағып алуды үйрету.
Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Кумарова Айлана Негізгі қимылдар Орындық аяқтарының арасымен	Ортаңғы«В»топ Нұржан Көзайым Негізгі қимылдар Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-	М/Д топ.О.П.П Смагулов Сагын Негізгі қимылдар 3-4 доғаның астынан еңбектеп өту.	Ересектер «А» тобы Талғат Аружан Негізгі қимылдар:	П/Ш-«Б» групп Основные движение: Сахиева Альбина

жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальна я работа (какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)		еңбектеу. Допты көлденен нысанаға лақтыру.	теңдікті сақтау. Лақтырған допты қағып алу.	Тізенің арасына қапшықты қысып, қос аяқтап секіруді үйрету.	Алға қарай секірген кезде қос аяқты бірдей көтеру және тізені аздап бүгіп, жерге түсу.	Учить прыгать с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления.
Құжаттармен жұмыс (өтпелі тақырып бойынша инновациялық материал қосу) / Работа с документами (добавление инновационного материала по сквозной теме)	12.00 - 12.30	Денсаулық бұл – адамның ең ұзақ ғұмыры бойындағы әлеуметтік белсенділігі мен тиімді еңбекке қабілеттілік дәрежесін, биологиялық физиологиялық және психологиялық қызметін сақтауы мен дамыту үдерісі. Ендеше, жас ұрпақтың дені сау, білімді азамат болып ер жетуі, қоғамнан өзін орынды алатын, еркін ойлау қабілеті қалыптасқан, мәдениетті, іскер жеке тұлға тәрбиелеу ең алдымен, ата-анасына, одан соң мектепке дейінгі ұйымға және қоршаған ортаға байланысты. Оқу-тәрбие үдерісінің сапасы мен нәтижесі ең алдымен алдымызда отырған өскелең ұрпақ пен оны өмірге жетелейтін мұғалім денсаулығына тікелей байланысты болатынын ескере келіп, денсаулығы төмен тәрбиеші бен тәрбиеленушінің берері де аз, нәтижесі де төмен болады. Олай болса, ең бастысы тәрбиеші мен тәрбиеленушінің денсаулығын сақтау басты міндетіміз деп, ұлы ойшыл Әбунасыр әл-Фарабидің: «Адам денесінің жетілуі - оның денсаулығы. Егер дені сау болса, оның денсаулығы. Егер дені сау болса, онда оны сақтамақ керек; - деген асыл сөзінен негіз аламыз. Баланың денсаулығы – қоғамның экономикалық, әлеуметтік және денсаулығын жетістіктерін сипаттайтын маңызды көрсеткіштердің қатарына жатады. Қазақстандағы балалардың денсаулық деңгейлері қоғамның, әсіресе дәрігерлер мен педагогтердің арасында дабыл қағуда.				
Әдістемелік жұмыс / Методическая работа (Интернет ресурстарымен жұмыс, өзін-өзі)	12.30 - 13.00	Өз білімін жетілдіру тақырыбы бойынша жұмыс: Қимыл-қозғалыс белсенділігі-жоғары дамыған тірі материяның ерекшелігі ғана емес, тіршілікке қажетті жағдай. Адамның эволюциясындағы дамуы оның барлық мүшелері мен жүйелерінің қалыпты қызмет атқаруын тек белсенді қимыл-қозғалыс әрекеттері бар жағдайларда ғана мүмкін еткен.				

дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)		Баланың қимыл-қозғалыстар табиғи мұқтаждығы шектелген болса, оның іштен туа біткен мүмкіндіктері өз маңызынан айырылады. Әрекетсіздік денені де бұзады. Қимыл-қозғалыс белсенділігінің шектелуі организмнің қызметтік және құрылымдық өзгерістеріне әкеліп, өмірін дене жаттығуларын жасау барысында организмнің ішкі ортасында пайда болатын өзгерістерге төтеп бергіштік – жаттыққан организмнің ерекше қасиеті. Сонымен қатар, дене жаттығулары адамның сыртқы ортаның зиянды факторларына да беріктігін арттырады. Спортпен жүйелі шұғылданатын балалардың денсаулығы мықты, суық тигеннен болатын ауруларының жиілігі төмен. Мектеп тіршілігі жағдайларында, қалыпты дене дамуы мен денсаулыққа қажетті қимыл-қозғалысқа деген табиғи мұқтаждық шектелген. Дене тәрбиесі мұғалімінің, спорт мектебі бапкерінің назарында дене жаттығуларының сауықтырушы рөлі бірінші кезекте болуы керек. ысқартады.				
Көрнекі құралдарды дайындау (өтпелі және тақырыпшаға сәйкес дидактикалық ойындар қосу) / Изготовление наглядного пособия (добавление дидактических игр в соответствии с сквозной и подтемой)	13.00 - 14.00	Ортаңғы топ. Қимылды ойын «Аралар мен аю» Мақсаты: Балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру	Ортаңғы топ. Қимылды ойын «Жалауға қарай жүгір» Мақсаты: Түстерді ажырата білу, ұқыптылықты, жылдамдықты дамыту.	М/Д «А» топ. Қимылды ойын: «Тышқан мен қақпан» Мақсаты: Ұқыптылық пен жылдамдықты және ой-өрісін дамыту. Жылдамдықты дамыту.	П/Ш «Б» групп Подвижные игры; «Чижик» Задачи: Побуждать к сов-местным действиям и произнесению текста. Вызывать чувство радости от совместных действий со сверстниками.	Ересек топ Ұллық ойын «Қозы» Мақсаты: Дыбысты ажырата білуге, достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.

**«Күншуақ» бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

**денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуры (1 аусым -1 смена)
2021-2022 оқу жылы / учебный год) қаңтар/январь
Іапта / I неделя (05.01.2022/06.01.2022)**

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Көлік»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Табиғат әлемі»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Қызықты қыс мезгілі», «Интересная зима»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник	Сейсенбі / Вторник	Сәрсенбі / Среда 05.01.2022	Бейсенбі / Четверг 06.01.2022	Жұма / Пятница
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35			М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	.		Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау: таяқшалар, гимнастикалық	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар,	

				қабырға,доға,үн-таспа,секіртпе,ойынға қажетті атрибуттар	гимнастикалық орындық, ортатопқа қимылды ойынға жұмсақ ойыншықтар дайындау (мысық,ит,аю)	
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какая группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10 10.45 10.10			П/Ш «Б» групп Тема: Ходьба друг за другом высоко поднимая колени. (лошадка). Проползание под верёвкой с мячом в руках. Прыжки в длину с места. Прыгать в длину с места Цель: Учить ходить друг за другом высоко поднимая колени. (лошадка). Проползание под верёвкой с мячом в руках. Прыжки в длину с места. Прыгать в длину с места	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Сапқа бір,екі, үш қатармен тұру,сап түзеуден бір және екі, үш қатармен қайта тұру.Бадминтон воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып қағып лақтыру; Мақсаты: Сапқа бір,екі,үш қатармен тұру,сап түзеуден бір	

					және екі, үш қатармен қайта тұруды, бадминтон воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып қағып лақтыруды үйрету.	
	09.20-09.35				Ортаңғы «А» топ 1.Тақырыбы: Бұрылып жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Лақтырылған допты қағып алу. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Мақсаты: Бұрылып жүру жән алаңның бір жағынан екінші жағына	

					жүгіру.Лақтырған допты қағып алу.Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтауды дамытуды үйрету.	
	09.40-10.00			1.Тақырыбы: Ересек «А» топ Бір орыннан ұзындыққа секірген кезде бастапқы қалыпты сақтау. Допты екпінмен итеру және доптың қозғалыс бағытын сақтау. Мақсаты: Бір орыннан ұзындыққа секірген кезде бастапқы қалыпты сақтау қабі-летін нығайту, допты екпінмен итеру және доптың қозғалыс бағытын сақтау қабілетін	Ортаңғы-«В» 2.Тақырыбы: Бұрылып жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Лақтырылған допты қағып алу. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Мақсаты: Бұрылып жүру жән алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру.Лақтырған допты қағып	

				жетілдіру.	алу.Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтауды дамытуды үйрету	
	10.10-10.30				Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Шаңғыны киюге және шешуге,дайындық жаттығулары.Арақашықығы 2метрлік қос қатарда тұрып,қолды жоғары көтеру әдісімен бірбіріне доп лақтырып ойнау. Қолдарымен төменге және алға оқыс қимылдар жасау. Мақсаты: Шаңғыны киюге және шешуге,дайындық жаттығуларын үйрету.	

					Арақашықтығы 2метрлік қос қатарда тұрып, қолды жоғары көтеру әдісімен бір-біріне доп лақтырып ой- науға үйрету	
Жеке балалармен жұмыс <i>(қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) /</i> Индивидуальна я работа <i>(какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)</i>	11.30- 12.00			Ортаңғы «А» топ Ильяс Ақылжан Негізгі қимылдар: Бұрылып жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Лақтырылған допты қағып алу. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау	Ересектер «А» тобы Тыным Азель Негізгі қимылдар: Бір орыннан ұзындыққа секірген кезде бастапқы қалыпты сақтау қабі-летін нығайту, допты екпінмен итеру және доптың қозғалыс бағытын сақтау қабілетін жетілдіру.	

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30			Сиқырлы жаттығулар	Циклограмма 2 апта	
Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Саусаққа арналған жаттығулар. ҰОҚ. 1. «Кірпі» жаттығуы 2. «Достық» жаттығуы» 3. «Қимылды қайтала» жаттығуы» 4. Қолдың саусақтарын дамытуға арналған жаттығу.				

**«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуры (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год қаңтар/январь

II апта / II неделя (10.01.2022 – 14.01.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Көлік»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Табиғат әлемі»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная шруппа: «Қызықты қыс мезгілі», «Интересная зима»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 10.01.2022	Сейсенбі / Вторник 11.01.2022	Сәрсенбі / Среда 12.01.2022	Бейсенбі / Четверг 13.01.2022	Жұма / Пятница 14.01.2022
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: доптар, доғалар, жалаушалар.	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: қалталар, гимнастикалық орындық, ойын	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: күрсаулар, гимнастикалық қабырға, ойын	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар, гимнастикалық орындық, кіші	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: дөңгелек,кегли, гимнастикалық орындық, ойын

			атрибуттары.	атрибуттары.	топқа қимылды ойынға жұмсақ ойыншықтар дайындау (мысық,ит,аю)	атрибуттары.
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какая группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10 10.45-11.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Бөренеде төрт аяқтап өрмелеу. Екі метр қашықтықта тұрып,бір-біріне доп лақтыру. Мақсаты: Бөренемен төрт аяқтап өрмелеген кезде,аяқ пен қолдың жұмысын үйлестіруге үйрету. Екі метр қашықтықта тұрып,бір-біріне доп лақтыру қабілетін жетілдіруді әрі қарай жалғастыру.	М/Д-«А» топ (2-4)апта (ауада) 1.Тақырыбы: Түрлі іжылдамдықпен баяу,жылдам,орташа қарқынмен 1,5-2мин тоқтаусыз жүгіру; Өздігінен мұзды жолмен жүгіріп келіп сырғанау; Сырғанау кезінде тізені бүгіп және орнынан тұру. Мақсаты: Түрлі жылдамдықпен баяу,жылдам,орташа қарқынмен 1,5-2мин тоқтаусыз жүгіруді, өздігінен мұзды жолмен жүгіріп келіп сырғанауды, сырғанау кезінде тізені бүгіп және	П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом Подлезание под верёвку с мячом в руках. Перепрыгивать через бревно. Цель: Учить ходить по гимнастической скамейке приставным шагом. Подлезание под верёвку с мячом в руках. Перепрыгивать через бревно.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Жүру мен жүгіруді қайталап кезектестіру; Оң және сол аяғын кезектестіріп секіру,кедергілер арасынан және қолды еденге тигізбей доға астынан еңбектеу Мақсаты: Жүру мен жүгіруді қайталап кезектестіруді, оң және сол аяғын кезектестіріп секіруді, кедергілер арасынан және қолды еденге ти-	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: Ходьба по скамейке приставным шагом. Подлезание под верёвку, с мячом в руках. Перепрыгивание через бревно. Цель: закреплять ходить поскамейке приставным шагом. Подлезание под верёвку, с мячом в руках. Перепрыгивание через бревно.

			орнынан тұруды үйрету.		гізбей доға астынан еңбектеуді үйрету.	
09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Төбешікке шығып және одан түсіп саппен жүру және тұтас топпен сапқа қайта тұру.Бөрененің үстімен еңбектеу. Лақтырылған допты қағып алуды қалыптастыру. Мақсаты: Төбешікке шығып және одан түсіп саппен жүру және тұтас топпен сапқа қайта тұру.Бөрененің үстімен еңбектеу.Лақтырған допты қағып алуды қалыптастыруды үйрету.	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Төбешікке шығып және одан түсіп саппен жүру және тұтас топпен сапқа қайта тұру.Бөрененің үстімен еңбектеу.Лақтырылған допты қағып алуды қалыптастыру. Мақсаты:Төбешікке шығып және одан түсіп саппен жүру және тұтас топпен сапқа қайта тұру.Бөрененің үстімен еңбектеу.Лақтырған допты қағып алуды қалыптастыруды үйрету.		Ортаңғы«А» 2.Тақырыбы: Төбешікке шығып және одан түсіп саппен жүру және тұтас топпен сапқа қайта тұру.Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Мақсаты: Төбешікке шығып және одан түсіп саппен жүру және тұтас топпен сапқа қайта тұру.Лақтырған допты қағып алу.Тепе-теңдікті сақтай оты отырып бір-бірінен		

		Өтпелі тақырыпқа байланысты қимылды ойын: «Көлік»			10см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүруді үйрету	
09.40-10.00			Ортаңғы»А» топ 3.Тақырыбы: Төбешікке шығып және одан түсіп саппен жүру және тұтас топпен сапқа қайта тұру. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Допты екі қолмен жоғарыға лақтыру Мақсаты:. Төбешікке шығып және одан түсіп-саппен жүру және тұтас топпен сапқа қайта тұру. Бір-бірінен 10см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Допты екі қолы-	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Төбеге қап қойып жүру,басты тік ұстау.Бөренемен еңбектеу.Допты басынан асырмай, алға және жоғары лақтыру. Мақсаты: Төбеге қап қойып жүру, басты тік ұстауды бақылау.Бөренемен еңбектеген кезде тепе-теңдікті сақтау. Допты басынан асырмай,алға және жоғары лақтыру қабілетін жетілдіру.	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Төбешікке шығып және одан түсіп саппен жүру және тұтас топпен сапқа қайта тұру. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Мақсаты Төбешікке шығып және одан түсіп саппен жүру және тұтас топпен сапқа қайта тұру.Лақтырған допты қағып	

			мен жоғарыға лақтыруды үйрету.	Өтпелі тақырыпқа байланысты қимылды ойын: «Қысқы құбылыс»	алу.Тепе-теңдік ті сақтай отырып бір-бірінен 10см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүруді үйрету	
	10.10-10.30			М/Д-«А» топ (2-4)апта 3.Тақырыбы: Кедергілер арасынан және қолды еденге тигізбей доға астынан еңбектеу.Еденнен ыршытып қос қолмен қағып алу.2-2,5м арақашықтығы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Мақсаты: Кедергілер арасынан және қолды еденге тигізбей доға астынан еңбектеуді,.еденнен ыршытып қос қолмен қағып алу.2-2,5м арақашықта-	Ересек «А» 3.Тақырыбы: Таза ауада өту. (шаңғымен жүру кезінде динамикалық тепе-теңдікті) сақтау Музыкаға сай әр түрлі ырғақпен түрлі қимыл-қозғалыстар жасау. Алға қарай қос аяқпен секіру. Мақсаты: (шаңғымен жүру кезінде динамикалық тепе-теңдікті) сақтауға,музыкаға сай әр түрлі ырғақпен түрлі қимыл-	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Төбешікке шығып және одан түсіп саппен жүру және тұтас топпен сапқа қайта тұру. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Допты екі қолмен жоғарыға лақтыру Мақсаты:. Төбешікке шығып және одан түсіп-саппен жүру және тұтас топпен сап-қа

				ғы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыруды үйрету.	қозғалыстар жасауды жалғастыру, алға қарай қос аяқпен секіру жаттығуларын жалғастыру.	қайта тұру. Бір-бірінен 10см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. Допты екі қолымен жоғарыға лақтыруды үйрету.
Жеке балалармен жұмыс <i>(қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) /</i> Индивидуальна я работа <i>(какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)</i>	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Мұсағали Алихан Негізгі қимылдар Бөрененің үстімен еңбектеу.Лақтырған допты қағып алуды қалыптастыруды үйрету.	Ортаңғы«В»топ Болатқызы Зере Негізгі қимылдар Бөрененің үстімен еңбектеу.Лақтырған допты қағып алуды қалыптастыруды үйрету. Ерлан Іңкәр Бөрененің үстімен еңбектеу.Лақтырған допты қағып алуды қалыптастыруды үйрету.	П/Ш-«Б» групп Сахиева Альбина Основные движение: Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом Подлезание под верёвку с мячом в руках. Перепрыгивать через бревно	Ересектер «А» тобы Амантай Жансезім Негізгі қимылдар: Бөренемен төрт аяқтап өрмелеген кезде, аяқпен қолдың жұмысын үйлестіру. Екі метр қашық-тықта тұрып, бір-біріне доп лақтыру.	П/Ш «Б» групп Исламбек Фердаус Основные движение: Учить прыгать с высоты. Бросание мяча в даль. Ходьба парами с изменением направления.

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30	Саусаққа арналған жаттығулар. ҰОҚ әзірлемесін әзірлеу.	«Өз білімін жетілдіру» құжаттарын әзірлеу	Тыныс алу жаттығулары әзірлемесі. Таңертеңгілік гимнастика.	Сыбайлас жемқорлыққа қарсы күрес құжаттары.	Циклограмма 3 апта
Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Саусаққа арналған жаттығулар. «Фигураларды құрастыр» жаттығуы. Мақсаты : қол қимылдарының икемділігін, дәлдігін, көз мөлшерін дамыту. Жаттығу барысы: жүргізуші балаларға есептік таяқшаларды таратып береді. Балалар солардан геометриялық фигураларды жасап шығару керек. Төмендегідей тапсырмалар беріледі: 1.Төрт таяқшадан шаршы құрастыру. 2.Үш таяқшадан үшбұрыш құрастыру. 3.Үй құрастыру. 4.Жалауша құрастыру. 5. Жұлдызша құрастыру.				

**«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год қаңтар/январь

III апта / III неделя (17.01.2022 – 21.01.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Көлік»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Табиғат әлемі»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Қызықты қыс мезгілі», «Интересная зима»

Мазмұны / Содержание	Уақы- ты / Время	Дусенбі/ Понедельник 17.01.2022	Сейсенбі / Вторник 18.01.2021	Сәрсенбі / Среда 19.01.2022	Бейсенбі / Четверг 20.01.2022	Жұма / Пятница 21.01.2022
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»топ Ортаңғы «В»топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»топ Ортаңғы «В»топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: доптар, доғалар, жалаушалар.	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: қалталар, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: құрсаулар, гимнастикалық қабырға, ойын атрибуттары.	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау: таяқшалар, гим- настикалық орындық, кіші топқа қимылды ойынға маскалар	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: дөңгелек,кегли, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.

ҰОҚ (қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) / ОУД (написание какая группа, тема и цели)	08.45- 09.10		М/Д-«А» топ (2-4)апта 1.Тақырыбы: Қозғалыс бағытын өзгерту,шашырап,з аттар арасымен,адымдап алға қарай жүру.Допты қабырғаға ұрып және еденнен ыршытып қо қолмен қағып алу Мақсаты: Қозғалыс бағытын өзгертуді, шашырап,заттар арасымен,адымдап алға қарай жүруді,допты қабырғаға ұрып және еденнен ыршытып қолмен қағып алуды үйрету.	П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Бег галопом, высоко поднимая колени. Бросание мешочка правой (левой) рукой в даль. Прыжки через бревно. Цель: Учить бегать галопом, высоко поднимая колени. Бросание мешочка правой (левой) рукой в даль. Прыжки через бревно. .		
	10.45- 11.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Қолдарын бүгіп,ек- пінді тез-детпей және баяулатпай, қысқа адымдармен бірқалыпты жүгіру Қос аяқпен екпін- мен итеріліп 5 жіп- тен кезекпен секіру Төрт аяқтап еңбек- теу және заттар ар- қылы еңбектеп өту Мақсаты: Қолдарын бүгіп, екпінді тездетпей және баяулатпай, қысқа адымдармен бірқалыпты жүгі- руге үйретуді жал- ғастыру,қос аяқпен екпінмен итеріліп 5 жіптен кезекпен секіруді нығайту, төрт аяқтап еңбек- теу және заттар ар- қылы еңбектеп өту қабілетін		М/Д-«А» топ далада 2.Тақырыбы: Шаңғымен жүру.Оң және сол аяқтарымен сырғанай отырып,бірінің артынан бірі кезектескен адыммен алға жылжу. Мақсаты: Шаңғымен жүруді,оң және сол аяқтарымен сырғанай отырып,бірінің артынан бірі кезектескен адыммен алға жылжуды үйрету	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: Бег галопом , высоко поднимая ноги. Бросание мешочка правой (левой) рукой. Прыжки через бревно. Цель: Закреплять бегать галопом, высоко поднимая колени. Бросание мешочка правой (левой) рукой в даль. Прыжки через бревно.	

		жалғастыру.				
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның жағынан екінші жағына жүгіру. Допты екі қолмен жоғары лақтыру. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу. Мақсаты: Қол ұстасып арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Допты екі қолымен жоғарыға лақтыру.Орындық аяқтарының арасымен еңбектеуді үйретуді бекіту.	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның жағынан екінші жағына жүгіру. Допты екі қолмен жоғары лақтыру. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу. Мақсаты: Қол ұстасып арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Допты екі қолымен жоғарыға лақтыру.Орындық аяқтарының арасымен еңбектеуді үйретуді бекіту.		Ортаңғы«А» 2.Тақырыбы Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаңның жағынан екінші жағына жүгіру. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу.Допты көлденен нысанаға лақтыру. Мақсаты: Қол ұстасып арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру.Допты көлденең нысанаға лақтыру. Бөрененің үстімен еңбектеу дағдысын дамытуды үйрету.	
	09.40-10.00		Ортаңғы»А» топ 2.Тақырыбы:	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы:	Ортаңғы«В» 2.Тақырыбы:	

			Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаң-ның жағынан екінші жағына жүгіру. Орын-дық аяқтарының арасымен еңбектеу. Допты көлденен нысанаға лақтыру. Мақсаты: Қол ұстасып арқан-нан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Допты көлденең нысанаға лақтыру. Бөрененің үсті-мен еңбектеу дағдысын дамы-туды үйрету.	Допты меңгеру және гимнастикалық орындық бойымен жүру. Түрегеп тұрған күйі допты бастан асырып аласқа лақтыру. Төбеге қапшық қойып, гимнастикалық орындықта жүру. Мақсаты: Допты меңгеру және гимнастикалық орындық бойы-мен жүруді, түрегеп тұрған күйі допты бастан асырып аласқа лақтыруды, төбеге қапшық қойып, гимнастикалық орындықта жүруді үйрету.	Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаң-ның жағынан екінші жағына жүгіру. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу. Допты көлденен нысанаға лақтыру. Мақсаты: Қол ұстасып арқаннан ұстап жүру және алаң-ның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Допты көлденең нысанаға лақтыру. Бөрененің үсті-мен еңбектеу дағдысын дамы-туды үйрету.	
	10.10-10.30			М/Д-«А» топ (2-4) апта	Ересек «А» 3.Тақырыбы: Таза ауада өткізу. Мұзды жолдар-мен сырғанау.	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру және алаң-ның жағынан

					Жүгіру, қол мен аяқ қимыл үйлесімділігі. Шанамен сырғанау. Мақсаты: Мұзды жолдармен сырғанауға, жүгіру, қол мен аяқ қимыл үйлесімділігін бекіту. Шанамен сырғанауға жаттықтыру.	екінші жағына жүгіру. Допты екі қолмен жоғары лақтыру. Бөрененің үстімен еңбектеу. Мақсаты: Қол ұстасып арқаннан ұстап жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Допты көлденең нысанаға лақтыру. Бөрененің үстімен еңбектеуді үйретуді бекіту
Жеке балалармен жұмыс <i>(қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек)</i> / Индивидуальная работа <i>(какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)</i>	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Қайрат Айлин Түсіп Адия Негізгі қимылдар Допты екі қолмен жоғары лақтыру. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу.	Ортаңғы «В» топ Игілік Әмірхан Сламғали Ақерке Негізгі қимылдар Допты екі қолмен жоғары лақтыру. Орындық аяқтарының арасымен еңбектеу.	Ересек «А» топ Төкен Назым Негізгі қимылдар Допты меңгеру және гимнастикалық орындық бойымен жүру. Түрегеп тұрған күйі допты бастан асырып аласқа лақтыру. Төбеге қапшық қойып, гимнастикалық орындықта жүру		

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30	«Қимылды ойын – баланың жан-жақты дамуы мен денсаулық сақтау құралы» семинарға	Балалармен стэп аэробика әзірлемесін әзірлеу	Сыбайлас жемқорлыққа қарсы стратегиясын іске асыру бойынша жүргізіліп жатқан іс-шара әзірлемелері	Балабақша сайтына жұмыстар орналастыру	Циклограмма №4
Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Саусақ жаттығулары 1.Шынжыр. Оң және сол қолдағы басбармақпен баланүйрек саусақтары түйісіп, жүзіктер секілді айқасып, шынжыр жасайды. 2.Піл: оң қол алақаны жайылып тұрады. Сол қол саусақтары бас бармақ пен кішкене бөбек артқы аяғы болса, баланүйрек саусақ пен шылдыр шүмек саусақ алдыңғы аяқтар, ал ортаңғы саусақ пілдің тұмсығы. 3.Доп: алақандар бір-бірімен жабысады. (доп пішінін жасайды). 4.Гүл: қолдар, саусақтар жоғары қарайды. Алақандар айшанақпен қосыла түптері өзара жанасады. Саусақтар ашылады. Осы жаттығуларды орындай отырып, мына өлең жолдарын айтады.				

**«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуры (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год желтоқсан/декабрь

IV апта / IV неделя (24.01.2022 – 28.01.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Көлік»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Табиғат әлемі»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная шруппа: «Қызықты қыс мезгілі», «Интересная зима»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 24.01.2022	Сейсенбі / Вторник 25.01.2022	Сәрсенбі / Среда 26.01.2022	Бейсенбі / Четверг 27.01.2022	Жұма / Пятница 28.01.2022
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: доптар, доғалар, жалаушалар.	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: қалталар, гир гимнастикалық орындық, доп	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: күрсаулар, гимнастикалық қабырға,	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар, гимнастикалық тақтайша, кіші	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: дөңгелек, кегли, гимнастикалық тақтайша, маска

			ойын атрибуттары.	кішкентай доптар	топқа қимылды ойынға жұмсақ ойын заттары	
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какая группа, тема и цели)</i>	08.45- 09.10		М/Д-«А» топ (2-4)апта/далада 1.Тақырыбы: Заттардан аттап жүру,шектелген беткей үстімен адымдап,аяқ ұшымен жүру, нысанаға құм са- лынған қапшықты асықты дәлдеп лақтыру. Мақсаты: Заттардан аттап жүруді,шектелген беткей үстімен адымдап,аяқ ұшыменжүруді, нысанаға құм салынған қап- шықты,асықты дәлдеп лақты- руды үйрету.	П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Лазание по гимнастической скамейке чередующим шагом. Прыжки правым и (левым)боком с поворотом на 180%. Цель: Учить		
	10.45- 11.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Секіру және допты бір-біріне лақтыру.Бірне- ше сызықтан ке- зекпен секіру. Музыкаға сай түрлі қимыл-дар жасау. Мақсаты: Секіру және допты бір-біріне лақтыру дағдыларын қалыптастыру. Бірнеше сызық- тан кезекпен секіруді үйрету, музыкаға сай түрлі қимылдар жасау қабілетін жетілдіру.		М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Гимнастикалық орындық үсті- мен арақашық- тығы баладан екі қадам қа- шықтықта қойылған тол- тырылған доп- тардан аттап жүру,екпінмен ұзындыққа қос аяқтап секіру Мақсаты: Аяқты тигізе отырып,орын- дық үстінде жүруді,допты қолға ұстап, жіптің астынан өтуді,бөрене ден аттап секіруді үйретуді бекіту	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: Бег в колонне по одному с остано- вой по сигналу воспитателя. Прыгать в длину с места.Бросание мяча в парах. Цель: Закреплять бегать в колонне по одному с остановкой по сигналу воспита- теля. Прыгать в длину с места. Бросание мяча в парах.	

	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Жүрелеп жүру және«жыланша» жүгіру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Мақсаты: Жүрелеп жүру және жыланша жүгіру.Биіктігі 5-10 см заттан жергесекіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтауды жетілдіруді үйрету.	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Жүрелеп жүру және«жыланша» жүгіру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Мақсаты: Жүрелеп жүру және жыланша жүгіру.Биіктігі 5-10 см заттан жергесекіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтауды жетілдіруді үйрету.		Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы: Жүрелеп жүру және жыланша жүгіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.Допты тура нысанаға лақтыруды пысықтау. Мақсаты: Жүрелеп жүру және жыланша жүгіру.Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.Допты тура нысанаға лақтыруды пысықтауды үйрету.	
	09.40-10.00		Ортаңғы»А» топ 3.Тақырыбы: Жүрелеп жүру және «жыланша» жүгіру.Еңіс тақтай бойымен	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Қарды нысанаға лақтыру,сермеу. Бір-бірін шанамен сүйреу,ша наны	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Жүрелеп жүру және жыланша жүгіру. Еңіс	

			жүруде тепе-теңдікті сақтау. Допты тура нысанаға лақтыру. Мақсаты: Жүрелеп жүру және « жыланша» жугіру.Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.Лақтырғандопты қағып алу-ды жетілдіруді үйрету	бірде оң,бірде сол қолымен сүйреу. Биікте жүрген кезде денені тік ұстау. Мақсаты: Қарды нысанаға лақтыру,сермеуге үйрету.Бір-бірін шанамен сүйреу,шананы бірде оң, бірде сол қолымен сүйреу білігін дамыту. Биікте жүрген кезде денені тік ұстап дене сымбатын сақтау.	тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.Допты тура нысанаға лақтыруды пысықтау. Мақсаты: Жүрелеп жүру және жыланша жугіру.Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.Допты тура нысанаға лақтыруды пысықтауды үйрету.	
	10.10-10.30			М/Д-«А» топ (2-4)апта 3.Тақырыбы: Қарды нысанаға лақтыру,сермеу. Бір-бірін шанамен сүйреу,шананы бірде оң,бірде сол қолы-мен сүйреу. Биікте жүрген кезде денені тік ұстап дене сымба-	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Бір-біріне доп лақтыруды және қолды төбеге көтеріп, қос қолдап қағып алу.Алға қарай секірген кезде қос аяқты бірдей көтеру жә-	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Жүрелеп жүру және «жыланша» жугіру.Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Допты тура нысанаға лақтыру. Мақсаты:

				тын сақтау. Мақсаты: Қарды нысанаға лақтыру, сермеуге үйрету. Бір-бірін шанамен сүйреу,шананы бірде оң,бірде сол қолымен сүйреу білігін бекіту. Биікте жүрген кезде денені тік ұстап дене сымбатын сақтауды қалыптастыру.	не тізені аздап бүгіп,жерге түсу. Мақсаты: Бір-біріне доп лақтыруды және қолды төбеге көтеріп, қос қолдап қағып алу әдісін меңгеруді жалғастырамыз,алға қарай секірген кезде қос аяқты бірдей көтеру және тізені аздап бүгіп, жерге түсу қабілетін қалыптастыру.	Жүрелеп жүру және « жыланша» жугіру.Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.Лақтырған допты қағып алуды жетілдіруді үйрету.
Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальная работа (какая группа, имя ребенка и указать какая	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Балтабай Мустафа Негізгі қимылдар Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Допты тура нысанаға лақтыруды	М/Д«А»топ Дүйсенбай Хамза Негізгі қимылдар Бір орнында бір аяқпен секіріп межеге жету.Екі аяқпен алға ырғып секіріп жылжу.Құрсауларды айналдырып, олардың ішінен	П/Ш-«Б» групп Батырхан Асылжан Основные движение: Учить бегать в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя. Прыгать в длину с	Ересек «А» Амантай Жансезім Негізгі қимылдар: Бір-біріне доп лақтыруды және қолды төбеге көтеріп, қос қолдап қағып алу.Алға қарай	П/Ш «Б» групп Исламбек Фердаус Основные движение: Бег в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя. Прыгать в длину с места.Бросание

<i>работа запланирована)</i>		үйрету.	өтуді үйрету.	места.Бросание мяча в парах.	секірген кезде қос аяқты бір- дей көтеру жә- не тізені аздап бүгіп,жерге түсуді үйрету.	мяча в парах.
----------------------------------	--	---------	---------------	---------------------------------	--	---------------

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30	Тыныс алу жаттығулары. Таңертеңгілік гимнастика әзірлемесін әзірлеу.	Ұлттық ойындар. Ойындар картотекасын әзірлеу.	Балабақша сайтына ақпараттар жүктеу.	Әр топқа байланысты ұлттық ойындар картотекасын дайындау	Балабақша сайтына ақпараттар жүктеу.
Әдістемелік жұмыс <i>(Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыс- тары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)</i>	12.30 - 13.00	Қолдың саусақтарын дамытуға арналған жаттығу. Мақсаты : қол саусақтарының күрделі үйлесімді қимылдарын дамыту. А) Алақанды үстелдің үстіне қоямыз. Балалар бірінші оң, содан кейін сол қолдың саусақтарын бір-бірден көтереді. Осы жаттығуды кері жасап, қайталайды. Б) Алақандар үстелдің үстінде, балалар кезекпен екі қолдың саусақтарын шынашақтан бастап көтереді. В) Балалар сұқ және ортаңғы саусақтарымен қаламды немесе қарындашты ұстайды. Осы саусақтарын бүгіп, қайтадан қалпына келтіреді., бұл жерде қаламды үлкен саусақтан төмен түсіп кетпеуін қадағалау керек. Г) Үстелдің үстінде 10-15 қарындаш немесе есептік таяқшалар жатыр. Оларды бір-бірден алып қолға жинау керек. Содан кейін тура солай қайтадан үстелге қою керек. Екінші қолмен көмектесуге болмайды.				

«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА
денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуры (1 аусым -1 смена)
2021-2022 оқу жылы / учебный год ақпан/февраль
I апта / I неделя (31.01.2022 – 04.02.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Ас атасы-нан»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Бізді қоршаған әлем»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Табиғат әлемі», «Мир природы»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 31.12.2021	Сейсенбі / Вторник 01.02.2022	Сәрсенбі / Среда 02.02.2022	Бейсенбі / Четверг 03.02.2022	Жұма / Пятница 04.12.2022
Танертенгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15	М/Д-топ	М/Д-топ	М/Д-топ	М/Д-топ	М/Д-топ
	08.15 - 08.20	Ересек топ	Ересек топ	Ересек топ	Ересек топ	Ересек топ
	08.20 - 08.27	Ортаңғы «А»- топ	Ортаңғы «А»-топ	Ортаңғы «А»-топ	Ортаңғы «А»- топ	Ортаңғы «А»-топ
	08.27 - 08.35	Ортаңғы «В»- топ	Ортаңғы «В»-топ	Ортаңғы «В»-топ	Ортаңғы «В»- топ	Ортаңғы «В»-топ

ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: доптар, доғалар, жалаушалар,лен талар,стэп	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: қалталар, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: құрсаулар, гимнастикалық қабырға, ойын атрибуттары.	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар, гимнастикалық орындық, кіші топқа қимылды ойынға маска	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: дөңгелек,кегли, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какая группа, тема и цели)</i>	08.45- 09.10 10.45- 11.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Қырлы тақтай- мен жүру. Еденде бүйірі- мен тұрған саты- ның тепкішекте- рінің арасымен жанаспай еңбек- теу, еңбектеген кезде бағытты солға және оңға қарай жылдам өзгерту.Шектеу-	М/Д-«А» топ (2-4)апта/далада	П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Ходьба с приседанием. Метание мешочка из-за головы двумя руками.Прыжки с гимнастической скамейке. Цель: Учить ходить с приседанием. Метание мешочка из-за головы двумя руками.Прыжки с гимнастической скамейке.	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Гимнастикалық орындық үсті- мен баланың екі адымы ара қашықтығында орналасқан тек- шелерді аттап жүру.Секіру, доптарды асы- ра лақтыру жаттығулары. Мақсаты: Гимнастика-	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: Ходьба с приседанием. Метать мешочки из-за головы. Прыгать с гимнастической скамейке. Цель: Закреплять ходить с приседанием. Метание мешочка из-за

		лі алаңда қос аяқтап секіру. Мақсаты: Қырлы тақта мен жүрген кезде тепе-теңдікті сақтау, (жалпақтаба нның алдын алу) қабілетін жетілдіру. Еденде бүйірімен тұрған сатының тепкішектеріні ң арасымен жанаспай еңбектеуді, еңбектеген кезде бағытты солға және оңға қарай жылдам өзгертуді үйрету.			лық орындық үстімен баланың екі адымы ара қашықтығында орналас- қан текшелерді аттап жүруді, секіруді ,доптарды асыра лақтыруды жаттығуларын үйрету..	головы двумя руками.Прыжки с гимнастической скамейке.
--	--	--	--	--	--	--

		Шектеулі алаңда қос аяқтап секіріп жаттығу.				
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру.Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру. Көлденең нысанаға лақтыруды қалыптастыру. Мақсаты: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру.Көлденең нысанаға лақтыруды қалыптастыру үйрету.	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру.Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру. Көлденең нысанаға лақтыруды қалыптастыру. Мақсаты: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру.Көлденең нысанаға лақтыруды қалыптастыру үйрету.		Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру.Көлденең нысанаға лақтыру.Бір аяқтан бір аяққа секіруді үйрету. Мақсаты: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Көлденең нысанаға лақтыру.Бір аяқтан бір аяққа секіруді үйретуді бекіту.	

	09.40-10.00		Ортаңғы»А» топ 3.Тақырыбы: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Бір аяқтан бір аяққа секіру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту. Мақсаты: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Бір аяқтан бір аяққа секіру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өтуді үйретуді бекіту	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Таза ауада өткізу. Балаларды хоккей ойынымен таныстыру.Шайбаны тура бағытта алып жүру. Мақсаты: Балаларды хоккей ойынымен таныстыру,қозғалыстың алғашқы циклын дұрыс бастау,шайбаны тура бағытта алып жүруге үйрету.	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру.Көлденең нысанаға лақтыру.Бір аяқтан бір аяққа секіруді үйрету. Мақсаты: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Көлденең нысанаға лақтыру.Бір аяқтан бір аяққа секіруді үйретуді бекіту.	
	10.10-10.30		П/Ш- «Б» гр (1-3) неделя (на воздухе). 3.Тема: Бросать мяч о пола и ловить его	М/Д-«А» топ (2-4)апта	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Қырлы тақтаймен жүру.Еден-	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Бір аяқтан

			двумя руками. Ползание по скамейке. Подтягиваясь руками. Цель: Учить бросать мяч о пол и ловить его двумя руками. Ползание по скамейке. Подтягиваясь руками.		де бүйірімен тұрған сатының тепкішектерінің арасымен жанаспай еңбектеу, еңбектеген кезде бағытты солға және оңға қарай жылдам өзгерту.Шектеулі алаңда қос аяқтап секіру. Мақсаты: Қырлы тақтаймен жүруді, еденде бүйірімен тұрған сатының тепішектерінің арасымен жанаспай еңбектеу, еңбектеген кезде бағытты солға және оңға қарай жылдам өзгертуді,шектеу	бір аяққа секіру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту. Мақсаты: Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Бір аяқтан бір аяққа секіру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өтуді үйретуді бекіту
--	--	--	--	--	---	--

					лі алаңда қос аяқтап секіруді бекіту.	
Жеке балалармен жұмыс <i>(қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальна я работа (какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)</i>	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Мәди Нұрахмет Негізгі қимылдар Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Бір аяқтан бір аяққа секіру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту.	Ортаңғы«В»топ Лияс Алмат Негізгі қимылдар Нық қадаммен алға жүру және түрлі бағытта жүгіру. Бір аяқтан бір аяққа секіру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту.	П/Ш-«Б» групп Основные движение: Лукашев Даниль Учить ходить с приседанием. Метание мешочка из-за головы двумя руками.Прыжки с гимнастической скамейке.	Ересектер «А» тобы Нұрлыбек Ясмин Негізгі қимылдар: Қырлы тақтаймен жүру.Еденде бүйірімен тұрған сатының тепкішектерінің арасымен жанаспай еңбектеу.	

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30	Балабақша сайтына материалдар жариялау	Өз білімін жетілдіру тақырыбына байланысты қимылды ойындар картотекасы	Тыныс алу жаттығулары әзірлемесі. Таңертеңгілік гимнастика. Релаксация	Әр топқа байланысты ұлттық ойындар картотекасын дайындау	Циклограмма 2 апта
--------------------------	---------------	--	--	--	--	--------------------

Әдістемелік жұмыс <i>(Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)</i>	12.30 - 13.00	Өз білімін жетілдіру тақырыбына байланысты әр топқа арналған қимылды ойындар картотекасын дайындау.
--	------------------	---

**«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год ақпан/февраль

II апта / II неделя (07.02.2022 – 11.02.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Ас атасы-нан»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Бізді қоршаған әлем»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Табиғат әлемі», «Мир природы»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 07.02.2022	Сейсенбі / Вторник 08.02.2022	Сәрсенбі / Среда 09.02.2022	Бейсенбі / Четверг 10.02.2022	Жұма / Пятница 11.02.2022
Танертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/	08.40- 08.45	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды

Подготовка ОУД		дайындау: доптар, доғалар, жалаушалар, лен талар, стэп	дайындау: қалталар, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	дайындау: құрсаулар, гимнастикалық қабырға, ойын атрибуттары.	дайындау: таяқшалар, гимнастикалық орындық, кіші топқа қимылды ойынға маска	дайындау: дөңгелек, кегли, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.
ҰОҚ (қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) / ОУД (написание какой группа, тема и цели)	08.45-09.10 10.45-11.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: 2метр қашықтықтан көлденең нысанаға лақтыру.Құрсаудан-құрсауға қос аяқ-пен секіру. Жүру мен жүгіруді бір-бірі-мен кезектестіріп орындау. Мақсаты: 2метр қашықтықтан көлденең нысанаға лақтыруды құрсаудан-құрсауға қос аяқ-пен	М/Д-«А» топ (2-4)апта/далада 1.Тақырыбы: Орнында тұрып, биіктікке секіру. Екі аяқпен секіру. Допты лақтырып қағып алу жаттығулары. Мақсаты: Орнында тұрып, биіктікке секіруді, екі аяқпен секіруді, допты лақтырып қағып алу жаттығуларын үйрету.	П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Бег друг за другом, высоко поднимая колени. (лошадка) Ползание под верёвкой, не касаясь руками пола. Ходьба по бревну, руки в стороны. Цель: Учить Бег друг за другом, высоко поднимая колени. (лошадка) Ползание под верёвкой, не касаясь руками пола. Ходьба по бревну, руки в стороны.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Белгі бойынша заттардың арасымен жүру және шашы-рап жүру, жүгі-ру жаттығулары.Секіру жаттығулары.Доппен ойын жаттығулары. Мақсаты: Белгі бойынша заттардың арасымен жүруді және шашырап	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: Бег друг за другом высоко поднимая колени. (лошадка) под верёвкой, с мячом в руках. Ходьба по бревну, руки в стороны. Ползание под верёвкой, мяч в руках. Цель: Закреплять бегать друг за другом высоко поднимая колени. (лошадка) под

		секіруді, жүру мен жүгі-руді бір-бірімен кезектестіріп орындауды үйрету.			жүрді,,жүгіру-ді,секіру және доппен ойын жаттығуларын үйрету	верёвкой, с мячом в руках. Ходьба по бревну, руки в стороны.Ползание под верёвкой, мяч в руках.
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20м) жүгіру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту.Тура секіру. Мақсаты: Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20м) жүгіру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту.Тура	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20м) жүгіру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту.Тура секіру. Мақсаты: Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20м) жүгіру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту.Тура секіруді үйретуді бекіту.		Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру.Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Бір аяқпен бір аяққа секіру дағдысын дамыту. Мақсаты: Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру.Тура жолмен жүруде	

		секіруді үйретуді бекіту.			тепе-теңдікті сақтау. Бір аяқпен бір аяққа секіру дағдысын дамытуды үйрету.	
	09.40- 10.00		Ортаңғы»А» топ 3.Тақырыбы: Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру.Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Бір аяқпен бір аяққа секіру дағдысын дамыту. Мақсаты: Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру.Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Бір аяқпен бір аяққа секіру	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Таза ауада өткізу. Хоккей ойнауға үйрету. Шайбаны тура бағытта алып жүру. Мақсаты: Хоккей ойнауға үйрету,қозғалысты ң алғашқы циклын дұрыс бастау,шайба- ны тура бағытта алып жүрге үйрету.	Ортаңғы- «В»топ 2.Тақырыбы: Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру.Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Бір аяқпен бір аяққа секіру дағдысын дамыту. Мақсаты: Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру.Тура	

			дағдысын дамы- туды үйретуді бекіту.		жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Бір аяқпен бір аяққа секіру дағдысын дамытуды үйрету	
10.10- 10.30			П/Ш- «Б» гр (1-3) неделя	М/Д-«А» топ (2-4)апта Допты жоғары лақтыру,қабыр- ғаға ұру,қағып алу. Допты бір-біріне лақтыру.Орындық үстінде еңбектеу. Мақсаты: Допты жоғары лақтыру,қабыр- ғаға ұрдыу,қағып алуды, допты бір- біріне лақтыруды,орын- дық үстінде еңбектеуді үйрету	Ересек «А» 3.Тақырыбы: Көлденең ныса- наға дәлдеп лақтыру. Адымын кең ашып,жылдам қарқынмен жү- гіру.Табанды өкшеден аяқ- тың ұшына дейін тигізу. Мақсаты: Көлденең нысанаға дәл- деп лақтыру дағдысын қалыптастыру, адымын кең ашып,жылдам	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру.Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Бір аяқпен бір аяққа секіру дағдысын дамыту. Мақсаты: Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру.Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Бір аяқпен бір аяққа секіру

					қарқынмен жүгіруді жетілдіру. Табанды өкшеден аяқтың ұшына дейін тигізу, тепе-теңдік сақтау қабілетін нығайту.	дағдысын дамытуды үйретуді бекіту.
Жеке балалармен жұмыс <i>(қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) /</i> Индивидуальна я работа <i>(какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)</i>	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Өмірбек Айару Негізгі қимылдар Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру. Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Бір аяқпен бір аяққа секіру дағдысын дамыту.	Ортаңғы«В»топ Лияс Алмат Назаркулова Ляйсан Негізгі қимылдар Нық қадаммен артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру. Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Бір аяқпен бір аяққа секіру дағдысын дамыту.	.	Ересектер «А» тобы Бекблат Зарина Негізгі қимылдар: Көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру. Адымын кең ашып, жылдам қарқынмен жүгіру. Табанды өкшеден аяқтың ұшына дейін тигізу.	

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30	Таңғы жаттығулар, тыныс алу жаттығулары, қимылды ойындарды әзірлеу	Өз білімін жетілдіру тақырыбына байланысты қимылды ойындар картотекасы	Тыныс алу жаттығулары әзірлемесі. Таңертеңгілік гимнастика. Релаксация	Әр топқа байланысты ұлттық ойындар картотекасын дайындау	Циклограмма 3 апта
Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Өз білімін жетілдіру тақырыбына байланысты әр топқа арналған қимылды ойындар картотекасын дайындау.				

«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»

ЦИКЛОГРАММА

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год ақпан/февраль

III апта / III неделя (14.02.2022 – 18.02.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Ас атасы-нан»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Бізді қоршаған әлем»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Табиғат әлемі», «Мир природы»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 14.02.2022	Сейсенбі / Вторник 15.02.2022	Сәрсенбі / Среда 16.02.2022	Бейсенбі / Четверг 17.02.2022	Жұма / Пятница 18.02.2022
Танертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау:	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау:	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау:	Қолданылатын құрал- жабдықтарды	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау:

Подготовка ОУД		доптар, доғалар, жалаушалар,гир	қалталар,фитбол, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	құрсаулар, доптар, гимнастикалық қабырға, маскалар.	дайындау: таяқшалар, гимнастикалық орындық,жалау	құрсаулар,кегли, гимнастикалық орындық,кішкен-тай доптар
ҰОҚ (қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) / ОУД (написание какая группа, тема и цели)	08.45-09.10 10.45-11.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Далада өткізу. Төбешікке қосалқы қадаммен бір қырымен көтерілу.Шаңғы жолымен бірінің артынан бірі сырғымалы қадаммен жүру. Мақсаты: Төбешікке қосалқы қадаммен бір қырымен көтерілуді,Шаңғы жолымен бірінің артынан бірі сырғымалы қадам-	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Үздіксіз 1мин жүгіру.Секіру және доппен ойнау жаттығулары. Мақсаты: Үздіксіз 1мин жүгіруді,секіру және доппен ойнау жаттығуларын үйрету.	П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Ходьба по гимнастической скамейке,перешагивая кубики.Бросание мяча в цель.Прыжки через скакалку. Цель: Учить ходить по гимнастической скамейке,перешагивая кубики. Бросание мяча в цель.Прыжки через скакалку. .	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Құрсаудың ішімен түзу өту және жанымен өту.Допты асыра лақтыру және секіру жаттығулары. Мақсаты: Құрсаудың ішімен түзу өту және жанымен өтуді,допты асыра лақтыруды және секіру жаттығуларын үйрету.	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая кубики. Бросать мяч в цель. Прыжки через скакалку. Цель: Закреплять ходить по гимнастической скамейке,перешагивая кубики. Бросание мяча в цель.Прыжки через скакалку.

		мен жүруді үйрету.				
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Нық қадаммен алға артқа жүру және жылдам жүгіру. Бір аяқтан бір аяққа секіру.Көлденең нысанаға лақтыруды қалыптастыру. Мақсаты: Нық қадаммен алға артқа жүру және жылдам жүгіруді,бір аяқтан бір аяққа секіруді,көлденең нысанаға лақтыруды қалыптастыруды дамыту.	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Нық қадаммен алға артқа жүру және жылдам жүгіру. Бір аяқтан бір аяққа секіру.Көлденең нысанаға лақтыруды қалыптастыру. Мақсаты: Нық қадаммен алға артқа жүру және жылдам жүгіруді,бір аяқтан бір аяққа секіруді,көлденең нысанаға лақтыруды қалыптастыруды дамыту.		Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы Нық қадаммен алға артқа жүру және жылдам жүгіру.Көлденең нысанаға лақтыру. Еденнен тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өтуді үйрету Мақсаты: Нық қадаммен алға артқа жүру және жылдам жүгіруді,көлденең нысанаға лақтыруды, еденнен тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өтуді үйретуді пысықтау.	

	09.40-10.00		Ортаңғы»А» топ 3.Тақырыбы: Нық қадаммен алға артқа жүру және түрлі бағытта жүгіру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту. Алысқа лақтыру. Мақсаты: Нық қадаммен алға артқа жүру және түрлі бағытта жүгіруді, еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өтуді, алысқа лақтыруды қалыптастыру.	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Өрмелеу және алысқа лақтыру. Аяқты кезекпен қойып гимнастикалық қабырғамен жоғары және төмен өрмелеу. Кеңістікті бағдарлау, бастапқы қалыпты дұрыс ұстай білу. Мақсаты: Өрмелеу және алысқа лақтыруды, аяқты кезекпен қойып гимнастикалық қабырғамен жоғары және төмен өрмелеуді, кеңістікті бағдарлауды, бастапқы қалыпты дұрыс ұстай білуді үйрету.	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Нық қадаммен алға артқа жүру және жылдам жүгіру. Көлденең нысанаға лақтыру. Еденнен тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өтуді үйрету Мақсаты: Нық қадаммен алға артқа жүру және жылдам жүгіруді, көлденең нысанаға лақтыруды, еденнен тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өтуді үйретуді пысықтау.	

	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп (1-3) неделья (на воздухе). Бросать мяч об пол и ловить его двумя руками. Ходьба по гимнастической скамейке с разных положении рук. Цель: Учить бросать мяч об пол и ловить его двумя руками. Ходьба по гимнастической скамейке с разных положении рук	М/Д-«А» топ (2-4)апта	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Аздап жоғары көтерілген баспалдақтың тақтайшалары арқылы аттап өту. Еденде бүйірімен тұрған баспалдақ тепкіштерінің арасымен еңбектеп өту. Мақсаты: Аздап жоғары көтерілген баспалдақтың тақтайшалары арқылы аттап өту ді, еденде бүйірімен тұрған баспалдақ тепкіштерінің арасымен еңбектеп өтуді үйрету.	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Нық қадаммен алға артқа жүру және түрлі бағытта жүгіру. Еденде тігінен тұрған құр саудан еңбектеп өту. Алысқа лақтыру Мақсаты: Нық қадаммен алға артқа жүру және түрлі бағытта жүгіруді, еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өтуді, алысқа лақтыруды қалыптастыру.
--	-------------	--	---	-------------------------------------	---	---

Жеке балалармен жұмыс <i>(қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальна я работа (какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)</i>	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Балтабай Мустафа Дүйсебай Асия Негізгі қимылдар Бір аяқтан бір аяққа секіруді, көлденең нысанаға лақтыруды үйретіп қалыптастыру.	Ортаңғы«В»топ Лияс Алмат Игілік Әмірхан Негізгі қимылдар Бір аяқтан бір аяққа секіруді, көлденең нысанаға лақтыруды үйретіп қалыптастыру.	П/Ш-«Б» групп Основные движение: Әкім Мерейлім Учить ходить по гимнастической скамейке,перешагивая кубики. Бросание мяча в цель.Прыжки через скакалку.	Ересектер «А» тобы Артурұлы Саит Аздап жоғары көтерілген баспалдақтың тақтайшалары арқылы аттап өтуді,еденде бүйірімен тұрған баспалдақ теп-кіштерінің арасымен еңбектеп өтуді үйрету.	М/Д «А» групп Шайкамал Нұрсұлтан Құрсаудың ішімен түзу өту және жанымен өтуді,допты асыра лақтыруды және секіру жаттығуларын үйрету.
---	-------------	---	--	---	--	--

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30	«Ұлы математика»-апталығының ашылуы. Салтанатты жиын барлық топтарға ұйымдастыру.	Математикалық апталық бойынша Ересек тобының балалармен спорттық ойын сауық «математикалық эстафета»-ға	Жылдамырақ,жоғары,ересек, жас. «Қозғалыс математикасы» Спорттық ойын-сауық ,ересектер,мектеп		«Ұлы математика»-апталығының жабылуы. Салтанатты жиын барлық топтарға ұйымдастыру
--------------------------	---------------	---	--	---	--	---

			байланысты жарыс түрлерін өткізу.	палды даярлық топтарына		
Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыс- тары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Тыныс алу жаттығулары-әдемі сөйлеудің, денсаулық кепілінің басты негізі. 4. «Шарды үрлейміз». Ортаңғы топтың балаларына Шарты: бала шарды алып, алдымен қатты, сонан соң жәймен үреді. 5. «Терезенің жапқыштарын үрлеп ұшыр» Ересектер тобы Шарты: үйдің терезе жапқыштарын балалар жеке-жеке үрлеп ұшырады. 6. «Шәйді суыт» Мектепалды даярлық тобы Шарты: кеседегі шәйды балалар үрлеп суытады. Ондағы шәйдың ыстық екендігі айтып түсіндіріледі. Суытып болған соң оны ішіп, дәміне тамсанады.				

**«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год ақпан/февраль

IV апта / IV неделя (21.02.2022 – 25.02.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Ас атасы-нан»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Бізді қоршаған әлем»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Табиғат әлемі», «Мир природы»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 21.02.2022	Сейсенбі / Вторник 22.02.2022	Сәрсенбі / Среда 23.02.2022	Бейсенбі / Четверг 24.02.2022	Жұма / Пятница 25.02.2022
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау:	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау: қалталар,фитбол,	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау: күрсаулар, доптар,	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау:	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау: күрсаулар,кегли,

		доптар, доғалар, жалаушалар,гир	гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	гимнастикалық қабырға, маскалар.	таяқшалар, гимнастикалық орындық,жалау	гимнастикалық орындық,кішкентай доптар
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какая группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10		М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Саптізбекте тоқтамай жүгіру,допты асыра лақтыру және секіру. Мақсаты: Саптізбекте тоқтамай жүгіруді, допты асыра лақтыру және секіруді үйрету.	П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Бег «змейкой» между предметами.Прыжки из обруча в обруч. Ползание под дугой. (по пластунски). Цель: Учить бегать «змейкой» между предметами. Прыжки из обруча в обруч. Ползание под дугой. (по пластунски).		
	10.45-11.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Таза ауада өткізу. Шайбаны берілген бағытта доп-таяқпен сырғанату.Бастапқы қалыпты дұрыс ұстай білу.Заттарды қолды жазу арқылы күшпен алға-жоғары-алысқа лақтыру. Мақсаты: Шайбаны берілген бағытта доп-таяқпен сырғанатуды,бастапқы	Өтпелі тақырыпқа байланысты қимылды ойын: «Табиғат әлемі» Ойын арқылы қысқы табиғатқа байланысты түсіндіре отырып қыстың ауа-райы		М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Гимнастикалық орындық бойымен үстімен жанымен қырындап жүру. Жіптердің үстімен қос аяқтап секіру,допты қос қолдан кеудеден лақтыру. Мақсаты: Гимнастикалық орындық бойымен үстімен жанымен қырындап жүруді, жіптердің үстімен қос аяқтап секіру,допты	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: Бег «змейкой» между предметами. Прыжки из обруча в обруч. Ползание под дугой по пластунски. Цель: Закреплять бегать «змейкой» между предметами. Прыжки из обруча в обруч. Ползание под дугой. (по пластунски).

		қалыпты дұрыс ұстай білуді,заттарды қолды жазу арқылы күшпен алға-жоғары-алысқа лақтыру	құбылыстарына байланысты қимылдар жасау		қос қолдан кеудеден лақтыруды үйрету.	
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Нық қадаммен алға артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру. Алысқа лақтыру. Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтауды қалыптастыру. Мақсаты: Нық қадаммен алға артқа жүру және жылдам (10-20м) жүгіруді,алысқа лақтыруды,тура жолмен жүруде	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Нық қадаммен алға артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру. Алысқа лақтыру. Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтауды қалыптастыру. Мақсаты: Нық қадаммен алға артқа жүру және жылдам (10-20м) жүгіруді,алысқа лақтыруды,тура жолмен жүруде тепе-теңдікті		Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы Нық қадаммен алға артқа жүру және жылдам (10-20м) жүгіру Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту дағдысын дамыту. Мақсаты: Нық қадаммен алға артқа жүру және жылдам (10-20м) жүгіру	

		тепе-теңдікті сақтауды қалыптастыруды жалғастыру.	сақтауды қалыптастыруды жалғастыру.		Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту дағдысын дамытуды бекіту.	
	09.40-10.00		Ортаңғы»А» топ 3.Тақырыбы: Нық қадаммен алға артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіруді үйрету. Мақсаты: Нық қадаммен алға артқа жүру және жылдам (10-20 м) жүгіру. Еденде тігінен	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Орындықтан секіру.Солға қарай қосалқы адым жасау. Заттардың арасымен «жыланша» жүгіру Мақсаты: Орындықтан секіруді,солға қарай қосалқы адым жасауды, заттардың арасымен «жыланша» жүгіруді үйрету.	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Нық қадаммен алға артқа жүру және жылдам (10-20м) жүгіру Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту дағдысын дамыту. Мақсаты: Нық қадаммен алға артқа жүру	

			тұрған құрсаудан еңбектеп өту. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіруді үйретуді бекіту.		және жылдам (10-20м) жүгіру Тура жолмен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту дағдысын дамытуды бекіту.	
	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп (1-3) неделя	М/Д-«А» топ (2-4) апта 3.Тақырыбы: Тізені жоғары көтеріп жүру Үзіліссіз 1,5мин жүгіру жаттығулары.Допты оң және сол аяқпен домалату,оң және сол қол қолмен допты алып жүру.Секіру жаттығулары Мақсаты: Тізені жоғары көтеріп жүруді,	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: 2метр жерде тұрып,допты көтерілген қолдың деңгейін де тартылған жіп арқылы лақтыру. Текшелерді алысқа лақтыру Қолдарын түрлі қалыпта ұстап, толтырмалы	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Нық кадаммен алға артқа жүру және түрлі бағытта жүгіру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту. Алысқа лақтыру Мақсаты: Нық кадаммен алға артқа жүру және түрлі бағытта жүгіруді, еден-

				үзіліссіз 1,5мин жүгіру жаттығуларын,допты оң және сол аяқпен домалатуды,оң және сол қол қолмен допты алып жүруді,секіру жаттығуларын үйрету.	щарлардан аттап өту. Мақсаты: Аздап жоғары көтерілген баспалдақтың тақтайшалары арқылы аттап өтуді,еденде бүйірімен тұрған баспалдақ теп--кіштерінің арасымен еңбектеп өтуді үйрету.	де тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өтуді,алысқа лақтыруды қалыптастыру.
Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальна я работа (какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Алшинханова Айзере Негізгі қимылдар Бір аяқтан бір аяққа секіруді, көлденең нысанаға лақтыруды үйретіп қалыптастыру	Ортаңғы«В»топ Абілғазы Мирас Негізгі қимылдар Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіруді үйрету.	П/Ш-«Б» групп Лукашов Данил Основные движение: Учить бегать «змейкой» между предметами. Прыжки из обруча в обруч. Ползание под дугой.	Ересек «А»топ Төкен Назым Негізгі қимылдар Орындықтан секіру.Солға қарай қо-салқы адым жасау. Заттардың арасы-мен	М/Д «А» групп Балтабек Айсұлтан Негізгі қимылдар Гимнастикалық орындық бойы-мен үстімен жанымен қырындап жүру. Жіптердің үсті-мен қос аяқтап секіру,допты қос

					«жыланша» жүгіру	қолдан кеу-деден лақтыру.
--	--	--	--	--	------------------	---------------------------

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30	Ұлттық ойындарға байланысты құрал-жабдықтар, атрибуттар дайындау .	Қимылды ойындар жинағын әзірлеу барлық топтарға арналған	Өзін –өзі тану тақырыбына байланысты материалдарды реттеу	Дене шынықтыру залындағы таңғы жаттығуға құрал-жабдықтарды алдын ала түгендеу	Келесі аптаның циклограммасы
Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Қимылды ойындар Балалар арасында ұлттық, спорттық ойындар және жарыстар ұйымдастыру. Мектепке даярлық тобының балаларымен қазақтың ұлттық ойындарын өткізу. «Қозы», «Тауық күрес» «Тұтқын алу» Асық ойындары: алшы, оңқа, бүк, шік, томпа балаларға үйрету. Ұлттық ойындарға арналған жарыстар өткізу. Отаңғы тобының балаларына қимылды ойынға байланысты әр түрлі атрибуттар әзірлеу. Жарыстар ұйымдастыру. Қимылға байланысты өлең жолдарын жаттатқызу.				

**«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год наурыз/март

I апта / I неделя (28.02.2022 – 04.03.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Көктем жаршысы»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Салттар мен фольклор»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Өнер көзі халықта», «Культура-мир народа»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 28.02.2022	Сейсенбі / Вторник 01.03.2022	Сәрсенбі /Среда 02.03.2022	Бейсенбі / Четверг 03.03.2022	Жұма / Пятница 04.03.2022
Танертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын кұрал-жабдық- тарды дайындау: доптар, доғалар, жалаушалар,гир	Қолданылатын кұрал-жабдық- тарды дайындау: қалталар,фитбол , гимнастикалық	Қолданылатын кұрал-жабдық- тарды дайындау: кұрсаулар, доптар, гимнастикалық	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар,	Қолданылатын кұрал-жабдық- тарды дайындау: кұрсаулар,кегли, гимнастикалық

			орындық, ойын атрибуттары.	қабырға, маскалар.	гимнастикалық орындық, жалау	орындық, кішкентай доптар
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какой группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10		М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Орындық үстінен тізені жартылай бүгіп секіріп түсу. Допты асыра лақтыру, кедергілер үстінен төрт тағандап еңбектеп өту жаттығулары.	П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Бег друг за другом правым и (левым) боком. Метание мешочка правой (левой) рукой в горизонтальную цель. Прыжки через бревно.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Орындық үстінен тізені жар-тылай бүгіп се-кіріп түсу. Допты асыра лақтыру, кедергілер үстінен төрттағандап еңбектеп өту жаттығулары. Аяқтың ұшымен, өкшесімен жүру, 1,5 минутқа дейін жүгіру жаттығулары. Доппен ойналатын жаттығулар. Жүгіру жә-не секіру ойын жаттығулары.	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: Бег друг за другом правым и (левым) боком. Метание мешочка правой (левой) рукой в горизонтальную цель. Прыжки через бревно.
	10.45-11.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Тақтайдың екі жағынан жүріп ажырау. 20см биіктіктен тереңдікке секіру. Оңға қосалқы адым жасап бір кермеден екіншісіне өту. Мақсаты: Тақтайдың екі жағынан жүріп ажырауды, 20см биіктіктен тереңдікке секіруді, оңға қосалқы адым жасап бір кермеден екін-	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Орындық үстінен тізені жартылай бүгіп секіріп түсу. Допты асыра лақтыру, кедергілер үстінен төрт тағандап еңбектеп өту жаттығулары. Мақсаты: Орындық үстінен тізені жартылай бүгіп секіріп түсуді, допты асыра лақтыруды, кедергілер үстінен төрт тағандап еңбектеп өту жаттығуларын үйрету.	П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Бег друг за другом правым и (левым) боком. Метание мешочка правой (левой) рукой в горизонтальную цель. Прыжки через бревно. Цель: Учить бегать друг за другом правым и (левым) боком. Метание мешочка правой (левой) рукой в горизонтальную цель. Прыжки через бревно.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Орындық үстінен тізені жар-тылай бүгіп се-кіріп түсу. Допты асыра лақтыру, кедергілер үстінен төрттағандап еңбектеп өту жаттығулары. Аяқтың ұшымен, өкшесімен жүру, 1,5 минутқа дейін жүгіру жаттығулары. Доппен ойналатын жаттығулар. Жүгіру жә-не секіру ойын жаттығулары.	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: Бег друг за другом правым и (левым) боком. Метание мешочка правой (левой) рукой в горизонтальную цель. Прыжки через бревно. Цель: Закреплять бегать друг за другом правым и (левым) боком. Метание мешочка правой (левой) рукой в горизонтальную цель. Прыжки через бревно.

		шісіне өтуді үйрету.	Өтпелі тақырыпқа байланысты қимылды ойын: «Өнер көзі халықта» Ойын арқылы өнер көзі халықта деген сөздің мазмұнын түсіндіре отырып, аспаптарды атап қимылдар жасау арқылы бойларына сіңіру.		Мақсаты: Орындық үсті-нен тізені жар-тылай бүгіп се-кіріп түсуді, допты асыра лақтыруды,кедергілер үсті-нен төрттаған-дап еңбектеп өтуді, жаттығулары.Аяқтың ұшымен,өкшесімен жүру,1,5 минутқа дейін жүгіру жаттығуларын,доппен ойналатын жаттығуларды, жүгіру және секіру ойын жаттығуларын үйрету.	
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары		Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп	

		көтеріп жүру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру. Тура нысанаға оң қолмен лақтыруды дамыту. Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, биіктігі 5-10 см заттан жерге секіруді, тура нысанаға оң қолмен лақтыруды дамытуды жалғастыру.	көтеріп жүру. Биіктігі 5-10 см заттан жерге секіру. Тура нысанаға оң қолмен лақтыруды дамыту. Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, биіктігі 5-10 см заттан жерге секіруді, тура нысанаға оң қолмен лақтыруды дамытуды жалғастыру.		жүру. Тура нысанаға оң қолмен лақтыру. Доғаның астымен өрмелеуді үйрету. Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, тура нысанаға оң қолмен лақтыруды, доғаның астымен өрмелеуі үйретуді жалғастыру.	
	09.40-10.00		Ортаңғы»А» топ 3.Тақырыбы: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру. Доғаның астымен өрмелеу.	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Таза ауада өткізу. Бойды тік ұстап сызық бойынша жүру.	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру. Тура нысанаға оң қолмен лақтыру. Доғаның	

			Тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру дағдысын дамыту. Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, доғаның астымен өрмелеуді, тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру дағдысын дамытуды жалғастыру.	Футбол добын берілген бағытта домалату. Мақсаты: Бойды тік ұстап сызық бойынша жүруді, футбол добын берілген бағытта домалатуды үйрету.	астымен өрмелеуді үйрету. Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, тура нысанға оң қолмен лақтыруды, доғаның астымен өрмелеуі үйретуді жалғастыру.	
	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп (1-3) неделя Тема: Бег друг за другом правым и (левым) боком. Метание мешочка правой (левой) рукой в горизонтальную	М/Д-«А» топ (2-4) апта	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Алға қарай қосалқы адым жасау және ырғақпен жеңіл секіру. Тақтайдың екі жағынан жүріп ажырау. Фитбол-	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру. Доғаның астымен өрмелеу. Тақтай бойымен тепе-теңдікті сақ-

			цель. Прыжки через бревно. Цель: Закреплять бегать друг за другом правым и (левым) боком. Метание мешочка правой (левой) рукой в горизонтальную цель. Прыжки через бревно.		ды домалату және оны қолдың күшімен итеру. Мақсаты: Алға қарай қосалқы адым жасау және ырғақпен жеңіл секіруді, тақтайдың екі жағынан жүріп ажырауды, фитболды домалатуды және оны қолдың күшімен итеруді үйрету.	тап жүру дағдысын дамыту. Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, доғаның астымен өрмелеуді, тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру дағдысын дамытуды жалғастыру.
Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальна я работа (какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Кенжетай Инабат Негізгі қимылдар Доғаның астымен өрмелеу. Тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру	Ортаңғы «В» Лияс Алмат Негізгі қимылдар Доғаның астымен өрмелеу. Тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру	П/Ш-«Б» групп Шишов Матвей Основные движение: Бег друг за другом правым и (левым) боком. Метание мешочка правой (левой) рукой в горизонтальную цель. Прыжки через бревно.	Ересек «А» топ Нұрлыбек Ясмин Негізгі қимылдар Алға қарай қосалқы адым жасау және ырғақпен жеңіл секіру. Тақтайдың екі жағынан жүріп ажырау. Фитбол-	М/Д «А» групп Тыным Азель Негізгі қимылдар Орындық үстінен тізені жартылай бүгіп секіріп түсу. Допты асыра лақтыру, кедергілер үстінен төрт тағандап еңбектеп өту

					ды домалату және оны қолдың күшімен итеру.	
--	--	--	--	--	--	--

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30	Ұлттық ойындарға байланысты құрал-жабдықтар, атрибуттар дайындау	Қимылды ойындар жинағын әзірлеу барлық топтарға арналған	Өзін –өзі тану тақырыбына байланысты материалдарды реттеу	Дене шынықтыру залындағы таңғы жаттығуға құрал-жабдықтарды алдын ала түгендеу	Келесі аптаның циклограммасы
Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Қимылды ойындар Балалар арасында ұлттық, спорттық ойындар және жарыстар ұйымдастыру. Мектепке даярлық тобының балаларымен қазақтың ұлттық ойындарын өткізу. «Қозы», «Тауық күрес» «Тұтқын алу» Асық ойындары: алшы, оңқа, бүк, шік, томпа балаларға үйрету. Ұлттық ойындарға арналған жарыстар өткізу. Отаңғы тобының балаларына қимылды ойынға байланысты әр түрлі атрибуттар әзірлеу. Жарыстар ұйымдастыру. Қимылға байланысты өлең жолдарын жаттатқызу.				

**«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год наурыз/март

II апта / II неделя (07.03.2022 – 11.03.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Көктем жаршысы»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Салттар мен фольклор»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Өнер көзі халықта», «Культура-мир народа»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 07.03.2022	Сейсенбі / Вторник 08.03.2022	Сәрсенбі /Среда 09.03.2022	Бейсенбі / Четверг 10.03.2022	Жұма / Пятница 11.03.2022
Танертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35			М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45			Қолданылатын кұрал-жабдық- тарды дайындау: кұрсаулар, доптар,	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар,	Қолданылатын кұрал-жабдық- тарды дайындау: кұрсаулар,кегли, гимнастикалық

				гимнастикалық қабырға, маскалар.	гимнастикалық орындық, жалау	орындық, кішкен- тай доптар
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какая группа, тема и цели)</i>	08.45- 09.10 10.45- 11.10			П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Ходьба по гимнастической скамейке на нос- ках и спрыгива- ние с неё. Бросание мешочка от груди двумя руками в даль. Проползание под дугой, тол- кая мяч головой. Цель: Учить ходит по гимнастичес- кой скамейке на носках и спры- гивание с неё. Бросание мешочка от груди двумя руками в даль. Проползание	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Кедергілерден аттап жүру, жүгі- ру жаттығулары. Үздіксіз 2мин жүгіру. Бадминтон футбол спорттық ойын элементтері. Секіру ойын жат- тығулары. Мақсаты: Кедергілерден аттап жүру, жүгі- ру жаттығуларын, үздіксіз 2мин жүгіруді, бадмин- тон футбол спорт- тық ойын элемент терін, секіру ойын	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: Ходьба по скамейке на носках и спрыгивание с неё. Бросание мешочка двумя руками в даль. Проползать под дугой, толкая мяч головой. Цель: Закреплять ходить по скамей- ке на носках и спрыгивание с неё. Бросание мешочка двумя руками в даль. Проползать под дугой, толкая мяч головой.

				под дугой, тол- кая мяч головой	жаттығуларын үйрету.	
	09.20- 09.35				Ортаңғы «А» топ 2.Тақырыбы Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяғы қарқында (50-60 сек) жүгіру. Тура нысанаға оң қолмен лақтыру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсуді үйрету.	
	09.40- 10.00			Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Допты қақпаға домалату.Төрт адымнан екі аяқтап жоғары секіру.Баяу қар- қында жүгіру және жүру. Мақсаты:	Ортаңғы-«В» топ 2.Тақырыбы: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяғы қарқында (50-60 сек) жүгіру. Тура нысанаға оң қолмен лақтыру. Гимнастикалық	

				Допты қақпаға домалатуды, төрт адымнан екі аяқтап жоғары секіруді, баяу қарқын да жүгіру және жүруді үйрету.	қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсуді үйрету. Мақсаты: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұруды және баяғы қарқында (50-60 сек) жүгіруді, тура нысанаға оң қолмен лақтыруды, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсуді үйретуді бекіту.	
	10.10-10.30			М/Д-«А» топ (2-4) апта (далада). Орнынан биіктікке секіру. Бір-біріне доп лақтыру. Мақсаты:	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Допты қақпаға домалату. Төрт адымнан екі аяқтап жоғары секіру.	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяғы қарқында (50-60 сек) жүгіру. Гимнастикалық қабырға бойымен

				Орнынан биіктікке секіруді, бір-біріне доп лақтыруды үйрету.	Баяу қарқында жүгіру және жүру. Мақсаты: Допты қақпаға домалатуды, төрт адымнан екі аяқтап жоғары секіруді, баяу қарқында жүгіру және жүруді бекіту.	жоғары өрмелеу және түсу. Қос аяқпен аяқтарды қосып қойып секіруді үйрету. Мақсаты: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяғы қарқында (50-60 сек) жүгіру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Қос аяқпен аяқтарды қосып қойып секіруді үйретуді жалғастыру
Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальна я работа (какая	11.30-12.00			П/Ш-«Б» групп Лукашев Данил Основные движение: Ходьба по гимнастической скамейке на носках и прыгивание с неё.	Ересек «А» топ Нұрлыбек Ясмин Негізгі қимылдар Допты қақпаға домалату. Төрт адымнан екі аяқтап жоғары секіру.	Ортаңғы«В» гр Назаркулова Ляйсан Негізгі қимылдар Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Қос аяқпен аяқтарды

<i>группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)</i>				Бросание мешочка от груди двумя руками в даль. Проползание под дугой, толкая мяч головой.	Баяу қарқында жүгіру және жүру.	қосып қойып секіруді үйрету.
--	--	--	--	---	---------------------------------	------------------------------

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30			Ұлттық ойындарға байланысты құрал-жабдықтар, атрибуттар дайындау	Дене шынықтыру залындағы таңғы жаттығуға құрал-жабдықтарды алдын ала түгендеу	Келесі аптаның циклограммасы
Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Ұлттық ойындар Балалар арасында ұлттық, спорттық ойындар және жарыстар ұйымдастыру. Мектепке даярлық тобының балаларымен қазақтың ұлттық ойындарын өткізу. «Қозы», «Тауық күрес» «Тұтқын алу» Асық ойындары: алшы, оңқа, бүк, шік, томпа балаларға үйрету. Ұлттық ойындарға арналған жарыстар өткізу. Отаңғы тобының балаларына ұлттық ойынға байланысты әр түрлі атрибуттар, құралдарды әзірлеу. Жарыстар ұйымдастыру. Ұлтқа, ойынға байланысты өлең жолдарын жаттатқызу.				

**«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год наурыз/март

III апта / III неделя (14.03.2022 – 18.03.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Көктем жаршысы»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Салттар мен фольклор»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Өнер көзі халықта», «Культура-мир народа»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 14.03.2022	Сейсенбі / Вторник 15.03.2022	Сәрсенбі /Среда 16.03.2022	Бейсенбі / Четверг 17.03.2022	Жұма / Пятница 18.03.2022
Танертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/	08.40- 08.45	Қолданылатын кұрал-жабдық-	Қолданылатын кұрал-жабдық-	Қолданылатын кұрал-жабдық-	Қолданылатын кұрал-	Қолданылатын кұрал-жабдық-

Подготовка ОУД		тарды дайындау: доптар, доғалар, жалаушалар,гир	тарды дайындау: қалталар,фитбол , гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	тарды дайындау: құрсаулар, доптар, гимнастикалық қабырға, маскалар.	жабдықтарды дайындау: таяқшалар, гимнастикалық орындық,жалау	тарды дайындау: құрсаулар,кегли, гимнастикалық орындық,кішкентай доптар
ҰОҚ (қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) / ОУД (написание какая группа, тема и цели)	08.45-09.10 10.45-11.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Орындықтың екі шетінен бастап жүріп,орта тұсына келгенде ажырау. Көлбеу тақтайдың шетінен ұстау,алға қарай жүру.Асықты бір қолмен алысқа лақтыру. Мақсаты: Орындықтың екі шетінен бастап жүріп,орта тұсы-	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: 1,5мин баяу жүгіру,секіру жаттығулары. Ұсақ заттармен, доппен ойналатын ойын жаттығулары. Мақсаты: 1,5мин баяу жүгіру,секіру жаттығуларын, ұсақ заттармен, доппен ойналатын ойын жаттығуларын жаттықтыру.	П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Ходьба с изменением направления. Ползание по скамейке на животе подтягиваясь руками. Прыжки на правой (левой) ноге на месте. Цель: Учить ходить с изменением направления. Ползание по скамейке на животе подтягиваясь руками. Прыжки на правой	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Допты қолдан қолға алдыңғы, артқы жағынан ауыстыра отырып гимнастикалық орындық үстімен жүру. Түзу сызық бойына қойылған заттар арасымен оң және сол аяқты кезектесті-ріп секіру.Сапта тұрып допты екі қолмен бастан асыра бір-біріне лақтыру.	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: Ходьба с изменением направления. Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками. Прыжки на правой (левой) ноге на месте. Цель: Закреплять ходить с изменением направления. Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь рука-

		на келгенде ажырауды, көлбеу тақтайдың шетінен ұстауды, алға қарай жүруді, асықты бір қолмен алысқа лақтыруды үйрету.	Өтпелі тақырыпқа байланысты қимылды ойын: «Өнер көзі халықта» Ойын арқылы өнер көзі халықта деген сөздің мазмұнын түсіндіре отырып, аспаптарды атап қимылдар жасау арқылы бойларына сіңіру.	(левой) ноге на месте.	Мақсаты: Допты қолдан қолға алдыңғы, артқы жағынан ауыстыра отырып гимнастикалық орындық үстімен жүруді, түзу сызық бойына қойылған заттар арасымен оң және сол аяқты кезектестіріп секіруді, сапта тұрып допты екі қолмен бастан асыра бірбіріне лақтыруды үйрету.	ми. Прыжки на правой (левой) ноге на месте.
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру. Тура нысанаға оң қолмен лақтыру. Гимнастикалық	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру. Тура нысанаға оң қолмен лақтыру. Гимнастикалық		Ортаңғы «А» топ 2.Тақырыбы Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Тура	

		қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу дағдысын жетілдіру. Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, тура нысанаға оң қолмен лақтыруды, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсу дағдысын жетілдіруді қалыптастыру.	қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу дағдысын жетілдіру. Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, тура нысанаға оң қолмен лақтыруды, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсу дағдысын жетілдіруді қалыптастыру.		ныса-наға сол қолмен лақтыруды үйретуді бекіту. Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсуді, тура нысанаға сол қолмен лақтыруды үйретуді бекіту	
	09.40-10.00		Ортаңғы»А» топ 3.Тақырыбы: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру. Тура нысанаға оң қолмен лақтыру.	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Мұрын арқылы дем алу, жеңіл әрі ырғақпен жүгіру. Гимнастикалық орындық үстінде	Ортаңғы-«В» топ 2.Тақырыбы: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және	

			Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтауды қалыптастыру. Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, тура нысанаға оң қолмен лақтыруды, арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтауды қалыптастыруды бекіту.	тапсырмалар орындау. Асықты қолдың күшімен алға-жоғары лақтыру. Мақсаты: Мұрын арқылы дем алу, жеңіл әрі ырғақпен жүгіруді, гимнастикалық орындауық үстінде тапсырмалар орындауды, асықты қолдың күшімен алға-жоғары лақтыруды үйрету.	түсу. Тура нысанаға сол қолмен лақтыруды үйретуді бекіту. Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсуді, тура нысанаға сол қолмен лақтыруды үйретуді бекіту	
	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп (1-3) неделя Тема: (на воздухе). Прыжки в длину с места. Бросание мяча в парах.	М/Д-«А» топ (2-4) апта	Ересек «А» топ 3. Тақырыбы: Таза ауада өткізу. Велосипед тебу. Баяу қарқында жүгіру. (1 мин) Мақсаты:	Ортаңғы «В» топ 3. Тақырыбы: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру. Тура нысанаға оң қолмен лақтыру. Арқан бойымен жүру

			Цель: Учить прыгать в длину с места. Бросание мяча в парах.		Велосипед тебүді, баяу қарқын-да жүгіруді (1мин) үйрету.	кезінде тепе-теңдікті сақтауды қалыптастыру. Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, тура нысанаға оң қолмен лақтыруды, арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтауды қалыптастыруды жалғастыру.
Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальна я работа (какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Мәди Нұрахмет Негізгі қимылдар Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Тура нысанаға сол қолмен лақтыруды	Ортаңғы «В» Шахман Айша Негізгі қимылдар Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Тура нысанаға сол қолмен лақтыруды	П/Ш-«Б» групп Құрманғали Дарын Основные движение: Ходьба с изменением направления. Ползание по скамейке на животе подтягиваясь руками. Прыжки на правой	Ересек «А» топ Төребек Темірлан Негізгі қимылдар Гимнастикалық орындық үстінде тапсырмалар орындау. Асықты қолдың күшімен алға-жоғары лақтыру.	М/Д «А» групп Дүйсенбай Хамза Негізгі қимылдар Допты қолдан қолға алдыңғы, артқы жағынан ауыстыра отырып гимнастикалық орындық үстімен жүру. Түзу сызық бойына қойылған заттар арасымен оң

				(левой) ноге на месте.		және сол аяқты кезектестіріп секіру.
--	--	--	--	---------------------------	--	--

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30	Жаратылыстану- танымдық сауат- тылық апталығының ашылуы		«Фиксиктер көмкке кеуге асығуды» Спорттық ойын- сауық. Ортаңғы тобы	«Дымбілмес бізде қонақта» ересектер мен м/д тобы	Келесі аптаның циклограммасы
Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыс- тары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Ортаңғы тобының балаларына қимылды ойынға байланысты әр түрлі атрибуттар әзірлеу. Жарыстар ұйымдастыру.Қимылға байланысты өлең жолдарын жаттатқызу. Ересектер және мектепалды даярлық тобының балаларына күрделі қимылды ойындар өткізу үшін интернеттен, жан-жақтан іздестіру,балаларды бейімдеу,қайталап ойнату арқылы бойларына күш-қуат жинап икемге келтіру үшін іздену,қызығушылықтарын арттыру арқылы нәтежие шығару.				

**«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

**денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)
2021-2022 оқу жылы / учебный год наурыз/март
IV апта / IV неделя (21.03.2022 – 25.03.2022)**

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Көктем жаршысы»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Салттар мен фольклор»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Өнер көзі халықта», «Культура-мир народа»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 21.03.2022	Сейсенбі / Вторник 22.03.2022	Сәрсенбі /Среда 23.03.2022	Бейсенбі / Четверг 24.03.2022	Жұма / Пятница 25.03.2022
Танертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35				М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45				Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар,	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау: құрсаулар,кегли, гимнастикалық

					гимнастикалық орындық, жалау	орындық, кішкентай доптар
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какой группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10					
	10.45-11.10				М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Бір аяқтан екінші аяққа алға жылжи отырып секіру. Гимнастикалық орындық үстімен бауырлап еңбектеу. Допты алып жүруге жаттығу. Мақсаты: Бір аяқтан екінші аяққа алға жылжи отырып секіруді, гимнастикалық орындық үстімен бауырлап еңбектеуді, допты алып жүруге жаттығуды қалыптастыру.	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: Бег «змейкой» между предметами. Бросание мяча в корзину. Подлезание под верёвку, не касаясь руками пола. Цель: Закреплять бегать «змейкой» между предметами. Бросание мяча в корзину. Подлезание под верёвку, не касаясь руками пола.
	09.20-09.35				Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы	

					Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру.Қос аяқпен аяқтарды қосып қойып секіру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсуді қалыптастыру. Мақсаты: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру.Қос аяқпен аяқтарды қосып қойып секіру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсуді қалыптас-	
--	--	--	--	--	---	--

					тыруды жалғастыру.	
	09.40-10.00				Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру.Қос аяқпен аяқтарды қосып қойып секіру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсуді қалыптастыру. Мақсаты: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру.Қос аяқпен аяқтарды қосып қойып секіру. Гимнасти-	

					калық кабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсуді қалыптастыруды жалғастыру.	
	10.10-10.30				Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Допты қос қолдап еденге ұру. Үш зат арқылы кезекпен секіру.төзімділігі н, икемділігін дамыту. Мақсаты: Допты қос қолдап еденге ұруды, үш зат арқылы кезекпен секіруді, төзімділігін, икемділігін дамытуды жалғастыру.	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру.Қос аяқпен аяқтарды қосып қойып секіру. Гимнастикалық кабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Қос аяқпен аяқтарын алшақ қойып,секіруді дамыту. Мақсаты: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында

						(50-60 сек) жүгіру.Қос аяқпен аяқтарды қосып қойып секіру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Қос аяқпен аяқтарын алшақ қойып,секі- руді дамытуды жалғастыру.
Жеке балалармен жұмыс <i>(қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) /</i> Индивидуальна я работа <i>(какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)</i>	11.30- 12.00				Ересек «А»топ Нұрбек Еркеназ Негізгі қимылдар Допты қос қолдап еденге ұру. Үш зат арқылы кезекпен секіру.төзімділігі н, икемділігін дамыту.	М/Д «А» групп Балғабай Айсұлтан Негізгі қимылдар Бір аяқтан екінші аяққа алға жылжи отырып секіру. Гимнастикалық орындық үстімен бауырлап еңбек- теу.Допты алып жүруге жаттығу.

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30				Дене шынықтыру залындағы таңғы жаттығуға, негізгі қимылдарға құрал-жабдықтарды дайындау және желі жоқ доптарға жел үрлеу	Келесі аптаның циклограммасы
Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Релаксация. ҰОҚ әзірлеу. Әр топқа байланысты дайындау. Әуен ырғағымен тыңдай білуге назар адаруды қалыптастыру. Түрлерін атап өту. Бойды, денені тік ұстауды, жатқанда терең дем алу керек екенін ескерту сияқты қажетті керектерді пайдаоану үшін интернеттен немесе кітаптардан қарастырып алдын ала дайындау.				

**«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год наурыз/март

V апта / V неделя (28.03.2022 – 18.03.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Көктем жаршысы»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Салттар мен фольклор»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Өнер көзі халықта», «Культура-мир народа»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 28.03.2022	Сейсенбі / Вторник 29.03.2022	Сәрсенбі /Среда 30.03.2022	Бейсенбі / Четверг 31.03.2022	Жұма / Пятница 01.04.2022
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау:	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау: қалталар,фитбол	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау: күрсаулар,	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау:	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау: күрсаулар,кегли,

		доптар, доғалар, жалаушалар, гир	, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	доптар, гимнастикалық қабырға, маскалар.	таяқшалар, гимнастикалық орындық, жалау	гимнастикалық орындық, кішкентай доптар
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какой группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10 10.45-11.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Орындықтың екі шетінен бастап жүріп, орта тұсына келгенде ажырау. Көлбеу тақтайдың шетінен ұстау, алға қарай жүру. Асықты бір қолмен алысқа лақтыру. Мақсаты: Орындықтың екі шетінен бастап жүріп, орта тұсына келгенде ажырауды,	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: 1,5мин баяу жүгіру, секіру жаттығулары. Ұсақ заттармен, доппен ойналатын ойын жаттығулары. Мақсаты: 1,5мин баяу жүгіру, секіру жаттығуларын, ұсақ заттармен, доппен ойналатын ойын жаттығуларын жаттықтыру. Өтпелі тақырыпқа	П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Ходьба с изменением направления. Ползание по скамейке на животе подтягиваясь руками. Прыжки на правой (левой) ноге на месте. Цель: Учить ходить с изменением направления. Ползание по скамейке на животе подтягиваясь руками. Прыжки на правой (левой) ноге на месте.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Допты қолдан қолға алдыңғы, артқы жағынан ауыстыра отырып гимнастикалық орындық үстімен жүру. Түзу сызық бойына қойылған заттар арасымен оң және сол аяқты кезектестіріп секіру. Сапта тұрып допты екі қолмен бастан асыра бір-біріне лақтыру. Мақсаты:	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: Ходьба с изменением направления. Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками. Прыжки на правой (левой) ноге на месте. Цель: Закреплять ходить с изменением направления. Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками. Прыжки на

		көлбеу тақтай-дың шетінен ұстауды, алға қарай жүруді, асықты бір қолмен алысқа лақтыруды үйрету.	байланысты қимылды ойын: «Өнер көзі халықта» Ойын арқылы өнер көзі халықта деген сөздің мазмұнын түсіндіре отырып, аспаптарды атап қимылдар жасау арқылы бойларына сіңіру.		Допты қолдан қолға алдыңғы, артқы жағынан ауыстыра отырып гимнастикалық орындық үстімен жүруді, түзу сызық бойына қойылған заттар арасымен оң және сол аяқты кезектестіріп секіруді, сапта тұрып допты екі қолмен бастан асыра бір-біріне лақтыруды үйрету.	правой (левой) ногой на месте.
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру. Тура нысанаға оң қолмен лақтыру. Гимнастикалық қабырға бойы-	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру. Тура нысанаға оң қолмен лақтыру. Гимнастикалық қабырға бойы-		Ортаңғы «А» топ 2.Тақырыбы Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру. Гимнастикалық қабырға бойы-мен жоғары өрмелеу және түсу. Тура нысанаға сол	

		мен жоғары өрмелеу және түсу дағдысын жетілдіру. Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, тура нысанаға оң қолмен лақтыруды, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсу дағдысын жетілдіруді қалыптастыру.	мен жоғары өрмелеу және түсу дағдысын жетілдіру. Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, тура нысанаға оң қолмен лақтыруды, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсу дағдысын жетілдіруді қалыптастыру.		қолмен лақтыруды үйретуді бекіту. Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсуді, тура нысанаға сол қолмен лақтыруды үйретуді бекіту	
	09.40-10.00		Ортаңғы»А» топ 3.Тақырыбы: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру. Тура нысанаға оң қолмен лақтыру. Арқан бойымен	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Мұрын арқылы дем алу, жеңіл әрі ырғақпен жүгіру. Гимнастикалық орындық үстінде тапсырмалар орындау.	Ортаңғы-«В» топ 2.Тақырыбы: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Тура ныса-	

			жүру кезінде тепе-теңдікті сақтауды қалыптастыру. Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, тура нысанаға оң қолмен лақтыруды, арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтауды қалыптастыруды бекіту.	Асықты қолдың күшімен алға-жоғары лақтыру. Мақсаты: Мұрын арқылы дем алу, жеңіл әрі ырғақпен жүгіруді, гимнастикалық орындауық үстінде тапсырмалар орындауды, асықты қолдың күшімен алға-жоғары лақтыруды үйрету.	наға сол қолмен лақтыруды үйретуді бекіту. Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсуді, тура нысанаға сол қолмен лақтыруды үйретуді бекіту	
	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп (1-3) неделя Тема: (на воздухе). Прыжки в длину с места. Бросание мяча в парах. Цель: Учить прыгать	М/Д-«А» топ (2-4) апта	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Таза ауада өткізу. Велосипед тебу. Баяу қарқында жүгіру.(1мин) Мақсаты: Велосипед тебуді, баяу қарқын-да	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру. Тура нысанаға оң қолмен лақтыру. Арқан бойымен жүру кезінде тепе-

			в длину с места. Бросание мяча в парах.		жүгіруді (1мин) үйрету.	теңдікті сақтауды қалыптастыру. Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, тура нысанаға оң қолмен лақтыруды, арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтауды қалыптастыруды жалғастыру.
Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальна я работа (какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Мәди Нұрахмет Негізгі қимылдар Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Тура нысанаға сол қолмен лақтыруды	Ортаңғы«В» Шахман Айша Негізгі қимылдар Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Тура нысанаға сол қолмен лақтыруды	П/Ш-«Б» групп Құрманғали Дарын Основные движение: Ходьба с изменением направления. Ползание по скамейке на животе подтягиваясь руками. Прыжки на правой	Ересек «А» топ Төребек Темірлан Негізгі қимылдар Гимнастикалық орындық үстінде тапсырмалар орындау. Асықты қолдың күшімен алға-жоғары лақтыру.	М/Д «А» групп Дүйсенбай Хамза Негізгі қимылдар Допты қолдан қолға алдыңғы, артқы жағынан ауыстыра отырып гимнастикалық орындық үстімен жүру. Түзу сызық бойына қойылған заттар арасымен оң және сол аяқты

				(левой) ноге на месте.		кезектестіріп секіру.
--	--	--	--	---------------------------	--	--------------------------

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30	Ұлттық ойындарға байланысты құрал- жабдықтар, атри буттар дайындау	Қимылды ойындар жинағын әзірлеу барлық топтарға арналған	Өзін –өзі тану тақырыбына байланысты материалдарды реттеу	Дене шынықтыру залындағы таңғы жаттығуға құрал- жабдықтарды алдын ала түгендеу	Келесі аптаның циклограммасы
Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыс- тары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Ортаңғы тобының балаларына қимылды ойынға байланысты әр түрлі атрибуттар әзірлеу. Жарыстар ұйымдастыру.Қимылға байланысты өлең жолдарын жаттатқызу. Ересектер және мектепалды даярлық тобының балаларына күрделі қимылды ойындар өткізу үшін интернеттен, жан-жақтан іздестіру,балаларды бейімдеу,қайталап ойнату арқылы бойларына күш-қуат жинап икемге келтіру үшін іздену,қызығушылықтарын арттыру арқылы нәтежие шығару.				

**«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год наурыз/март

I апта / I неделя (04.04.2022 – 08.04.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Көктемгі ағаштар»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Жылғалардан су ақты»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Техника және біз», «Техника и мы»»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 04.04.2022	Сейсенбі / Вторник 05.04.2022	Сәрсенбі /Среда 06.04.2022	Бейсенбі / Четверг 07.04.2022	Жұма / Пятница 08.04.2022
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау:	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау: қалталар,фитбол	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау: күрсаулар,	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау:	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау: күрсаулар,кегли,

		доптар, доғалар, жалаушалар, гир	, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	доптар, гимнастикалық қабырға, маскалар.	таяқшалар, гимнастикалық орындық, жалау	гимнастикалық орындық, кішкентай доптар
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какой группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10 10.45-11.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Заттардан секіріп өту және гимнастикалық қабырғаға өрмелеу. Аяқтарын кезекпен басып, гимнастикалық қабырғаның бірде-бір кермесін қалдырмау. Биіктігі 10см үш зат арқылы тізбесіз секіріп өту. Мақсаты: Заттардан секіріп өтуді және гимнастикалық қабырғаға өрме-	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Допты алып жүру. Құрсау ішінен жиегіне тиіп кетпей, жинақталып, қолына доп ұстап өту. Аяқтың ұшымен гимнастикалық орындық бойымен жүру. Мақсаты: Допты алып жүруді, құрсау ішінен жиегіне тиіп кетпей, жинақталып, қолына доп ұстап өтуді, аяқтың ұшымен гимнастикалық орындық бойымен жүруді үйрету.	П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Прыжки «змейкой» между предметами. Ползание по гимнастической скамейке, с мешочком на спине. Прыжки на правой(левой) ноге на месте. Цель: Учить прыгать «змейкой» между предметами. Ползание по гимнастической скамейке, с мешочком на спине. Прыжки на правой(левой) ноге на месте.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Үздіксіз баяу жүгіру, сапта бірбіріне допты басынан асыра лақтыру жаттығулары. Секіру және жүгіру ойын жаттығулары. Мақсаты: Үздіксіз баяу жүгіру, сапта бірбіріне допты басынан асыра лақтыру жаттығуларын, секіру және жүгіру ойын жаттығуларын үйрету.	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: Прыжки «змейкой» между предметами. Ползание по скамейке, с мешочком на спине. Прыжки на правой (левой) ноге на месте. Цель: Закреплять прыгать «змейкой» между предмета-ми. Ползание по гимнастической скамейке, с мешочком на спи-не. Прыжки на

		леуді, аяқтарын кезекпен басып, гимнастикалық қабырғаның бірде-бір кермесін қалдырмауды, биіктігі 10см үш зат арқылы тізбесіз секіріп өтуді үйрету.	Өтпелі тақырыпқа байланысты қимылды ойын: «Жылғалардан су ақты» Шарты; Көтем мезгіліне байланысты табиғаттың өзгерісін түсіндіре отырып судың ағысының дыбысына қарай әуенмен қимылдар жасау			правой(левой) ноге на месте.
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы: Нық қадаммен алға және артқа жүру. Қос аяқпен аяқтарды алшақ қойып секіру. Оң және сол	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Нық қадаммен алға және артқа жүру. Қос аяқпен аяқтарды алшақ қойып секіру. Оң және сол		Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы Нық қадаммен алға және артқа жүру. Оң және сол қолмен нысанаға көздеп лақтыру. Арқан бойымен жүру	

		қолмен нысанаға көздеп лақтыру. Мақсаты: Нық қадаммен алға және артқа жүруді, қос аяқпен аяқтарды алшақ қойып секіруді, оң және сол қолмен нысанаға көздеп лақтыруды үйрету.	қолмен нысанаға көздеп лақтыру. Мақсаты: Нық қадаммен алға және артқа жүруді, қос аяқпен аяқтарды алшақ қойып секіруді, оң және сол қолмен нысанаға көздеп лақтыруды үйрету.		Мақсаты: Нық қадаммен алға және артқа жүру. Оң және сол қолмен нысанаға көздеп лақтыру. Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау дағдысын дамыту.	
	09.40-10.00		Ортаңғы»А» топ 3.Тақырыбы: Нық қадаммен алға және артқа жүру. Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау. Допты педагогтан 1-1,5 м арақашықтыққа лақтыру. Мақсаты: Нық қадаммен алға және артқа	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Таза ауада өткізу 2.Тақырыбы: Допты берілген бағытта домалату. Доп ұстаған қолын артына апару. Мақсаты: Допты берілген бағытта домалатуды, доп ұстаған қолын арты-	Ортаңғы-«В» топ 2.Тақырыбы: Нық қадаммен алға және артқа жүру. Оң және сол қолмен нысанаға көздеп лақтыру. Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау дағдысын дамыту. Мақсаты: Нық қадаммен алға және артқа жүру. Оң және сол қолмен нысанаға	

			жүру.Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау. Допты педагог-тан 1-1,5 м арақашықтыққа лақтыруды үйрету	на апаруды үйрету.	көздеп лақтыру. Арқан бойымен жүрукезінде тепе-теңдікті сақтау дағдысын дамыту.	
	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп (1-3) неделя Тема: (на воздухе). Бросание мяча в парах. Подлезание под верёвку, с мячом в руках. Цель: Учить бросать мяча в парах. Подлезание под верёвку, с мячом в руках.	М/Д-«А» топ (2-4)апта	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Бір аяқпен секіру және гимнастикалық қабырғада өрмелеу.Бір орын да тұрып секіру. Аяқты кезекпен қойып,гимнастик алық орындықпен өрмелеу Мақсаты: Бір аяқпен секіруді және гимнастикалық қабырғада өрмелеуді,бір орында тұрып секіруді,аяқты кезекпен қойып,	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Нық қадаммен алға және артқа жүру. Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау. Допты педагогтан 1-1,5 м арақашықтыққа лақтыру. Мақсаты: Нық қадаммен алға және артқа жүру.Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау. Допты педагог-тан 1-1,5 м

					гимнастикалық орындықпен өрмелеуді үйрету.	ара-қашықтыққа лақтыруды үйрету
Жеке балалармен жұмыс <i>(қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальная работа (какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)</i>	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Мәди Нұрахмет Негізгі қимылдар Нық қадаммен алға және артқа жүру. Қос аяқпен аяқтарды алшақ қойып секіру. Оң және сол қолмен нысанаға көздеп лақтыру	Ортаңғы«В» Шахман Айша Негізгі қимылдар Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау.Допты педагогтан 1-1,5 м арақашықтыққа лақтыру.	П/Ш-«Б» групп Құрманғали Дарын Основные движение: Ползание по гимнастической скамейке, с мешочком на спине. Прыжки на правой(левой) ноге на месте.	Ересек «А»топ Төребек Темірлан Негізгі қимылдар Бір орында тұрып секіру. Аяқты кезекпен қойып,гимнастик алық орындықпен өрмелеу	М/Д «А» групп Дүйсенбай Хамза Негізгі қимылдар Допты алып жүру.Құрсау ішінен жиегіне тиіп кетпей,жинақталып, қолына доп ұстап өту.Аяқтың ұшымен гимнастикалық орындық бойымен жүру

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30	Қажетті құрал-жабдықтарды дайындау,жаңадан ойластыру мақсатында жаңарту	Таңғы жаттығудан кейін,бөлмені желдетіп, құжаттарды дайындау, ұйымдастырылған оқу қызметінің жоспары бойынша заттарды әзірлеу.	Ойын атрибуттарын жаңарту. Қимылды ойындар дайындау.	Айлық жоспар бойынша эстафета ойластыру.	Келесі аптаның циклограммасы
--------------------------	---------------	---	--	--	--	------------------------------

Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Балабақшадағы ритмопластика Аналарды мамандандырылған балабақшаларды таңдауға итермелейтін - баланы физикалық және ақыл-ой жағынан дамытуға деген ұмтылыс. Сонымен, сөйлеу қабілеті бұзылған балаларды логопедиялық бейімділікпен балабақшаларға жіберуге кеңес беріледі. Белсенді балаларды өз күштерін ысырап ету үшін спорт басым болатын бақтарға жібереді. Бірақ тірек-қимыл аппаратымен проблемалары бар балалары бар ата-аналарға ритмопластика сияқты ұғыммен танысуға кеңес беріледі. Ритмопластика міндетті кәсіп болып табылатын балабақшада сәбилердің физикалық дамуына ерекше көңіл бөлінеді. Ритмопластиканың анықтамасын екі бөлек ұғымға бөлу қисынды: ритм және пластика. Аты айтып тұрғандай, ритмопластика музыкамен орындалатын дене жаттығуларына жатады. Ритмопластика - бұл гимнастиканың сауықтыру түрі, оның барысында әр түрлі бұлшықет топтары қатысады, ырғақ сезімі дамиды, есте сақтау және зейінділікке үйретіледі. Онда гимнастика және хореография элементтері бар. Балабақшадағы ритмопластика бағдарламасы музыкамен бірдей физикалық жүктемені білдіреді, бірақ шағын топтарда. Баланың бостандығына, соның ішінде психологиялық тұрғыдан көмектесетін осы әрекеттер.
---	----------------------	--

**«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год наурыз/март

II апта / II неделя (11.04.2022 – 15.04.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Көктемгі ағаштар»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Жылғалардан су ақты»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Техника және біз», «Техника и мы»»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 11.04.2022	Сейсенбі / Вторник 12.04.2022	Сәрсенбі /Среда 13.04.2022	Бейсенбі / Четверг 14.04.2022	Жұма / Пятница 15.04.2022
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау:	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау: қалталар,фитбол	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау: күрсаулар,	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау:	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау: күрсаулар,кегли,

		доптар, доғалар, жалаушалар, гир	, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	доптар, гимнастикалық қабырға, маскалар.	таяқшалар, гимнастикалық орындық, жалау	гимнастикалық орындық, кішкентай доптар
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какая группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10 10.45-11.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Допты бір қолмен қайтара ұру және бір аяқпен секіру. Көлбеу баспалдақ бойымен гимнастикалық қабырғаға өрмелеп, жерге түсу. Мақсаты: Допты бір қолмен қайтара ұруды және бір аяқпен секіруді, көлбеу баспалдақ бойымен гимнастикалық қабырғаға	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Биіктігі 40см жіптің астынан қолды жерге тигізбей, бір қырындап өту. Заттардың арасымен оң және сол аяқты кезектестіріп секіру. Қапшықты төбесіне қойып, гимнастикалық орындық үстімен жүру. Мақсаты: Биіктігі 40см жіптің астынан қолды жерге тигізбей, бір қырындап өтуді, заттардың арасымен оң және сол	П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Ходьба по скамейке, приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке, чередующим шагом. Прыжки через бревно. Цель: Учить ходить по скамейке, приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке, чередующим шагом. Прыжки через бревно.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Кедергілерден өтіп жүгіру. Доппен секіру, жүгіру ойын жаттығулары. Мақсаты: Кедергілерден өтіп жүгіруді, доппен секіруді, жүгіру ойын жаттығуларын үйрету	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: Ходьба по скамейке приставным шагом. Лазать по гимнастической стенке чередующим шагом. Прыжки через бревно. Цель: Закреплять ходить по скамейке, приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке, чередующим шагом. Прыжки через бревно.

		өрмелеп, жерге түсуді үйрету.	аяқты кезектестіріп секіру.Қапшықты төбесіне қойып,гимнастикалық орындық үстімен жүруді үйрету.			
			Өтпелі тақырыпқа байланысты қимылды ойын: «Жылғалардан су ақты» Шарты;Көтем мезгіліне байланысты табиғаттың өзгерісін түсіндіре отырып судың ағысының дыбысына қарай әуенмен қимылдар жасау			
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:.	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы:		Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы	

		Сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек)жүгіру. Үлкен допты екі қолмен арқаннан, тордан асыра лақтыру. Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау Мақсаты: Сапқа қайта тұру және баяу қарқында(50-60сек) жүгіруді,үлкен допты екі қолмен арқаннан, тордан асыра лақтыруды, арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтауды жалғастыру.	Сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек)жүгіру. Үлкен допты екі қолмен арқаннан, тордан асыра лақтыру. Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау Мақсаты: Сапқа қайта тұру және баяу қарқында(50-60сек) жүгіруді,үлкен допты екі қолмен арқаннан, тордан асыра лақтыруды, арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтауды жалғастыру		Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру.Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Мақсаты: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіруді,арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтауды, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсуді жетілдіру.	
--	--	---	--	--	--	--

	09.40-10.00		Ортаңғы»А» топ 3.Тақырыбы: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру, үлкен допты екі қолмен арқаннан тордан асыра лақтыру Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, үлкен допты екі қолмен арқаннан тордан асыра лақтыруды үйрету.	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Таза ауада өткізу 2.Тақырыбы: Спорттық ойындар элементтері. Бастапқы қалыпты дұрыс бастай отырып,әр түрлі орналастырған кегельдерге допты лақтыру. Бағытты өзгерте отырып және заттарға тиіп кетпей,заттардың арасымен жүгіру. Мақсаты: Спорттық ойындар элементтері, бастапқы қалыпты дұрыс бастай отырып,әр түрлі орналастырған	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру.Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Мақсаты: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіруді,арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтауды, гимнастикалық	

				кегельдерге допты лақтыруды, бағытты өзгерте отырып және заттарға тиіп кетпей, заттардың арасымен жүгіруді үйрету	қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсуді жетілдіру.	
	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп (1-3) неделя Тема:	М/Д-«А» топ (2-4) апта Көлбеу тақтай үстімен жүру. Брустың үстінен қос аяқтап секіру. Тізерлеп тұрып, допты бастан асыра, қос қолмен бір-бірлеп лақтыру. Мақсаты: Көлбеу тақтай үстімен жүруді, брустың үстінен қос аяқтап секіруді, тізерлеп тұрып, допты бастан асыра, қос	Ересек «А» топ 3. Тақырыбы: Көлденең жатқан бөрене үстінде денені тік ұстап, ұстап, аяқтың ұшымен жүру. Көлбеу бұрышы үлкен баспалдақпен капталдағы сырықтарды ұстап өрмелеу. Допты еденге бір қолмен соғу. Мақсаты: Көлденең жатқан бөрене үстінде денені тік ұстап,	Ортаңғы «В» топ 3. Тақырыбы: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру, үлкен допты екі қолмен арқаннан тордан асыра лақтыру Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, үлкен допты екі қолмен арқаннан тордан асыра лақтыруды үйрету.

				қолмен бір-бір- леп лақтыруды үйрету.	ұстап,аяқтың ұшымен жүруді, көлбеу бұрышы үлкен баспалдақ- пен капталдағы сырықтарды ұс- тап өрмелеуді, допты еденге бір қолмен соғуды үйрету.	
Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальна я работа (какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)	11.30- 12.00	Ортаңғы «А» Мәди Нұрахмет Негізгі қимылдар Өз бетінше сап- қа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру, үлкен допты екі қолмен арқаннан тордан асыра лақтыру	Ортаңғы«В» Шахман Айша Негізгі қимылдар Өз бетінше сап- қа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру, үлкен допты екі қолмен арқаннан тордан асыра лақтыру	П/Ш-«Б» групп Шишов Матвей Основные движение: Ходьба по ска- мейке, пристав- ным шагом. Лазание по гимнастической стенке, чередую- щим шагом. Прыжки через бревно.	Ересек «А»топ Шарифолла Шахназар Негізгі қимылдар Допты бір қолмен қайтара ұру және бір аяқпен секіру. Көлбеу баспалдақ бойымен гимнас- тикалық қабырға- ға өрмелеп, жерге түсу.	М/Д «А» групп Шайкамал Айсұлтан Негізгі қимылдар Биіктігі 40см жіп- тің астынан қолды жерге тигізбей,бір қырын дап өту.Зат- тардың арасымен оң және сол аяқты кезектестіріп секі- ру.Қапшықты төбе сіне қойып,гимнас- тикалық орындық үстімен жүру.

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30	Қажетті құрал-жабдықтарды дайындау, жаңадан ойластыру мақсатында жаңарту	Таңғы жаттығудан кейін, бөлмені желдетіп, құжаттарды дайындау, ұйымдастырылған оқу қызметінің жоспары бойынша заттарды әзірлеу.	Ойын атрибуттарын жаңарту. Қимылды ойындар дайындау.	Айлық жоспар бойынша эстафета ойластыру.	Келесі аптаның циклограммасы
Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Балабақшадағы ритмопластика Ритмопластиканың анықтамасын екі бөлек ұғымға бөлу қисынды: ритм және пластика. Аты айтып тұрғандай, ритмопластика музыкамен орындалатын дене жаттығуларына жатады. Ритмопластика - бұл гимнастиканың сауықтыру түрі, оның барысында әр түрлі бұлшықет топтары қатысады, ырғақ сезімі дамиды, есте сақтау және зейінділікке үйретіледі. Онда гимнастика және хореография элементтері бар. Үлкен топтың балаларына ритмопластика жайында түсіндіре отырып сабақ соңында музыкамен жасатқызу, балаларды икемдендіру. Таңғы жаттығу кезінде де осы ритмопластиканы қолдану. Жалпы дамыту жаттығуларына да қолдану.				

**«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год наурыз/март

III апта / III неделя (18.04.2022 – 22.04.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Көктемгі ағаштар»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Жылғалардан су ақты»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Техника және біз», «Техника и мы»»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 18.04.2022	Сейсенбі / Вторник 19.04.2022	Сәрсенбі /Среда 20.04.2022	Бейсенбі / Четверг 21.04.2022	Жұма / Пятница 22.04.2022
Танертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын кұрал-жабдық- тарды дайындау: доптар, доғалар, жалаушалар,гир	Қолданылатын кұрал-жабдық- тарды дайындау: қалталар,фитбол гимнастикалық	Қолданылатын кұрал-жабдық- тарды дайындау: кұрсаулар, доптар,	Қолданылатын кұрал- жабдықтарды дайындау: таяқшалар,	Қолданылатын кұрал-жабдық- тарды дайындау: кұрсаулар,кегли, гимнастикалық

			орындық, ойын атрибуттары.	гимнастикалық қабырға, маскалар.	гимнастикалық орындық, жалау	орындық, кішкентай доптар
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какой группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10		М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Орнында тұрып, биіктікке секіру. Екі аяқпен секіру. Допты лақтырып қағып алу жаттығулары.	П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Ходьба парами друг за другом по сигналу воспитателя меняя направление. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская пролёта.		
	10.45-11.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Доппен жаттығулар арқылы қозғалыс тәжірибелерін байыту. Алаңда денені дұрыс ұстап, аяқтың ұшымен жүру. Арқанның астынан оң және сол бүйірімен өту. Мақсаты: Доппен жаттығулар арқылы қозғалыс тәжірибелерін байытуды, алаңда денені дұрыс ұс-	Мақсаты: Орнында тұрып, биіктікке секіруді, екі аяқпен секіруді, Допты лақтырып қағып алу жаттығуларын қалыптастыру. Өтпелі тақырыпқа байланысты	Цель: Учить ходить парами друг за другом по сигналу воспитателя меняя направление. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская пролёта.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Белгі бойынша заттардың арасымен жүру және шашырап жүру, жүгіру жаттығулары. Секіру жаттығулары. Доппен ойын жаттығулары. Мақсаты: Белгі бойынша заттардың арасымен жүру және шашырап жүруді, жүгіру жаттығуларын, секіру жаттығуларын, доппен ойын жатты-	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: (на воздухе). Бросание мяча в вертикальную цель и ловить его двумя руками. Прыжки через гимнастические палки. Цель: Учить бросание мяча в вертикальную цель и ловить его двумя руками. Прыжки через гимнастические палки.

		тап, аяқтың ұшымен жүруді, арқанның астынан оң және сол бүйірімен өтуді үйрету.	қимылды ойын: «Жылғалардан су ақты» Шарты; Көтем мезгіліне байланысты табиғаттың өзгерісін түсіндіре отырып судың ағысының дыбысына қарай әуенмен қимылдар жасау		ғуларын қалыптастыру.	
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1. Тақырыбы: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. Допты екі қолымен көкірек тұсынан лақтыру. 40 см биіктіктегі доғамен еңбектеу. Мақсаты: Қол мен аяқ қозғалыстарын	Ортаңғы «В» Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. 40 см биіктіктегі доғамен еңбектеу. Мақсаты: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіруді, допты екі қолымен көкірек тұ-		Ортаңғы «А» топ 2. Тақырыбы Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. 40 см биіктіктегі доғамен еңбектеу. Мақсаты: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіруді, допты екі қолымен көкірек тұ-	

		үйлестіріп жүру және жүгіруді, допты екі қолымен көкірек тұсынан лақтыруды, 40 см биіктіктегі доғамен еңбектеуді үйрету.	сынан лақтыруды, 40 см биіктіктегі доғамен еңбектеуді үйрету.		сынан лақтыруды, 40 см биіктіктегі доғамен еңбектеуді бекіту.	
	09.40-10.00		Ортаңғы»А» топ 3.Тақырыбы: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру дағдысын дамыту. Мақсаты: Қол мен аяқ қозғалыстарын	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Таза ауада өткізу 2.Тақырыбы: Бастапқы қалыпты сақтай отырып,кегельдерге допты лақтыру. Бөрене бойымен солға және оңға қосалқы адым жасауға үйрету. Құм салынған қапшықтарды алысқа лақтыру. Мақсаты: Бастапқы қалыпты сақтай оты-	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру.Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Мақсаты: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру	

			үйлестіріп жүруді, және жүгіруді еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру дағдысын дамыту.	рып, кегельдерге допты лақтыруды, бөрене бойымен солға және оңға қосалқы адым жасауға үйретуді, құм салынған қапшықтарды алысқа лақтыруды жалғастыру.	және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіруді, арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтауды, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсуді жетілдіру.	
	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп (1-3) неделя Тема: (на воздухе). Бросание мяча в вертикальную цель и ловить его двумя руками. Прыжки через гимнастические палки. Цель: Учить бросание мяча в вертикальную цель и ловить его двумя руками.	М/Д-«А» топ (2-4) апта	Ересек «А» топ 3. Тақырыбы: Секіргіш арқылы секіру, бөренемен жүру. Жұптасып жүргенде адым қарқыны үйлесімді болу. Көлденең бөрене бойымен жүру. Мақсаты: Секіргіш арқылы секіруді, бөренемен жүруді, жұптасып жүргенде адым қарқыны үйлесімді болуды,	Ортаңғы «В» топ 3. Тақырыбы: 3. Тақырыбы: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. 15-20 см биіктен секіру. Оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп

			Прыжки через гимнастические палки.		көлденең бөрене бойымен жүруді үйрету.	лақтыру дағдыларын дамыту. Мақсаты: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қар-қында(50-60сек жүгіруді,гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсуді 15-20 см биіктен секіруді, оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп лақтыру дағдыларын дамытуды жалғастыру.
Жеке балалармен жұмыс (қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) / Индивидуальна	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Өмірғали Муниса Негізгі қимылдар Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары	Ортаңғы«В» Түсіп Асхат Негізгі қимылдар Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қар-	П/Ш-«Б» групп Шайхутдинова Арина Основные движение: Бег «змейкой» между предметами.Катание мяча	Ересек «А»топ Түсіпбеков Рамазан Негізгі қимылдар Секіргіш арқылы секіру,бөренемен жүру.Жұптасып жүргенде адым	М/Д «А» групп Қали Абилмансур Негізгі қимылдар Бір аяқтан екінші аяққа алға жылжу арқылы секіру. Допты екі қолмен жоғары лақтыру,

я работа (какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)		өрме-леу және түсу. 15-20 см биіктен секіру. Оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп лақтыру	қында (50-60 сек)жүгіру. Арқан бойымен жүру	и пролезание в него боком. Прыжки правым и левым боком с поворотом на 180%.	қарқыны үйлесімді болу.Көлденең бөрене бойымен жүру.	қолды шапалақ-тау тосып алу. Кеглилер арасынан төрттағандап еңбектеп өту
--	--	---	---	---	--	--

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30	Облыстық апталық жоспары бойынша «Таза ауадағы таңғы жаттығу»	«Неге дәрігерлерден қорықпау керек» -атты балалармен әңгіме «Спорт түрін тап» дидактикалық ойын	«Қалай сау болу керек» викторина-сы (ұлттық ойын)	Ата-аналарға кеңес «Қозғалыс-бұл өмір» «Денсаулықты нығайту бойынша ата-аналардың ұсы ныстары»	«Біздің әскеріміз мықты кәсіп» Спорттық жарыс
Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Балабақшадағы ритмопластика Ритмопластиканың анықтамасын екі бөлек ұғымға бөлу қисынды: ритм және пластика. Аты айтып тұрғандай, ритмопластика музыкамен орындалатын дене жаттығуларына жатады. Ритмопластика - бұл гимнастиканың сауықтыру түрі, оның барысында әр түрлі бұлшықет топтары қатысады, ырғақ сезімі дамиды, есте сақтау және зейінділікке үйретіледі. Онда гимнастика және хореография элементтері бар. Үлкен топтың балаларына ритмопластика жайында түсіндіре отырып сабақ соңында музыкамен жасатқызу,балаларды икемдендіру. Таңғы жаттығу кезінде де осы ритмопластикеаны қолдану. Жалпы дамыту жаттығуларына да қолдану.				

**«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год наурыз/март

IV апта / IV неделя (25.04.2022 – 29.04.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Көктемгі ағаштар»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Жылғалардан су ақты»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Техника және біз», «Техника и мы»»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 25.04.2022	Сейсенбі / Вторник 26.04.2022	Сәрсенбі /Среда 27.04.2022	Бейсенбі / Четверг 28.04.2022	Жұма / Пятница 29.04.2022
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»- топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау:	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау: қалталар,фитбол	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау: күрсаулар,	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау:	Қолданылатын құрал-жабдық- тарды дайындау: күрсаулар,кегли,

		доптар, доғалар, жалаушалар, гир	гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары.	доптар, гимнастикалық қабырға, маскалар.	таяқшалар, гимнастикалық орындық, жалау	гимнастикалық орындық, кішкентай доптар
ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какой группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10 10.45-11.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Доппен жаттығулар арқылы қозғалыс тәжірибелерін байыту. Алаңда денені дұрыс ұстап, аяқтың ұшымен жүру. Арқанның астынан оң және сол бүйірімен өту. Мақсаты: Доппен жаттығулар арқылы қозғалыс тәжірибелерін байытуды, алаңда денені дұрыс ұстап, аяқ-	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Орнында тұрып, биіктікке секіру. Екі аяқпен секіру. Допты лақтырып қағып алу жаттығулары. Мақсаты: Орнында тұрып, биіктікке секіруді, екі аяқпен секіруді, допты лақтырып қағып алу жаттығуларын үйрету. Өтпелі тақырыпқа байланысты	П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Ходьба парами друг за другом по сигналу воспитателя меняя направление. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская пролёта. Цель: Учить ходить парами друг за другом по сигналу воспитателя меняя направление. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская пролёта.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Белгі бойынша заттардың арасымен жүру және шашырап жүру, жүгіру жаттығулары. Секіру жаттығулары. Доппен ойын жаттығулары. Мақсаты: Белгі бойынша заттардың арасымен жүруді және шашырап жүруді, жүгіру жаттығуларын, секіру жаттығуларын, доппен	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: (на воздухе). Бросание мяча в вертикальную цель и ловить его двумя руками. Прыжки через гимнастические палки. Цель: Учить бросание мяча в вертикальную цель и ловить его двумя руками. Прыжки через гимнастические палки.

		тың ұшымен жүруді, арқанның астынан оң және сол бүйірімен өтуді жалғастыру	қимылды ойын: «Жылғалардан су ақты» Шарты; Көтем мезгіліне байланысты табиғаттың өзгерісін түсіндіре отырып судың ағысының дыбысына қарай әуенмен қимылдар жасау		ойын жаттығуларын үйрету.	
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру, допты екі қолымен көкірек тұсынан лақтыру 40см биіктіктегі доғамен еңбектеу. Мақсаты: Қол мен аяқ қозғалыстарын үй-	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы:. Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру, допты екі қолымен көкірек тұсынан лақтыру 40см биіктіктегі доғамен еңбектеу. Мақсаты: Қол мен аяқ қозғалыстарын үй-		Ортаңғы «А» топ 2.Тақырыбы Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. 40 см биіктіктегі доғамен еңбектеу. Мақсаты: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүруді және жүгіруді,	

		лестіріп жүруді және жүгіруді, допты екі қолымен көкірек тұсынан лақтыруды 40см биіктіктегі доғамен еңбектеуді үйрету	лестіріп жүруді және жүгіруді, допты екі қолымен көкірек тұсынан лақтыруды 40см биіктіктегі доғамен еңбектеуді үйрету		40 см биіктіктегі доғамен еңбектеуді бекіту.	
	09.40-10.00		Ортаңғы»А» топ 3.Тақырыбы: Қол мен аяқ қозғалыс-тарын үйлестіріп жүру және жүгіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру дағдысын дамыту. Мақсаты: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүруді, және жүгіруді,	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы: Етпетінен жатып қолдың көмегімен гимнастикалық орындық үстімен еңбектеу.Допты бір-біріне лақтырып, қос қолды еркін қозғалтып қағып алу.Бастан жоғары көтеріп, допты қағып алу. Мақсаты: Етпетінен жатып қолдың көмегімен гимнастикалық орындық үстімен еңбек-	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. 40 см биіктіктегі доғамен еңбектеу. Мақсаты: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүруді және жүгіруді, 40 см биіктіктегі доғамен еңбектеуді бекіту.	

			еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтауды,екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру дағдысын дамытуды жалғастыру.	теуді,допты бір-біріне лақтырып, қос қолды еркін қозғалтып қағып алуды,бастан жоғары көтеріп, допты қағып алуды үйрету.		
	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп (1-3) неделя	М/Д-«А» топ (2-4)апта Допты жоғары лақтыру,қабырғаға ұру,қағып алу. Допты бір-біріне лақтыру.Орындық үстінде еңбектеу. Мақсаты: Допты жоғары лақтыруды,қабырғаға ұруды, қағып алуды, допты бір-біріне лақтыруды,орындық үстінде еңбектеуді үйрету.	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Аяқты тиісті жерінде,алыстан және затқа қатты жақындамай дер кезінде итеру. Жұптасып жеңіл әрі ырғақпен жүгіру және жүру. Жіптің үстімен жүргенде бойды тік ұстау Мақсаты: Аяқты тиісті жерінде,алыстан және затқа қатты жақындамай дер кезінде итеруді,	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. Еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтау.Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру дағдысын дамыту. Мақсаты: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүруді, және жүгіруді,

					жұптасып жеңіл әрі ырғақпен жүгіруді және жүруді,жіптің үстімен жүргенде бойды тік ұстауды үйрету.	еңіс тақтай бойымен жүруде тепе-теңдікті сақтауды, екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру дағдысын дамытуды жалғастыру.
Жеке балалармен жұмыс <i>(қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) /</i> Индивидуальная работа <i>(какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)</i>	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Төребек Темірлан Негізгі қимылдар Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. 40 см биіктіктегі доғамен еңбектеу.	Ортаңғы«В» Батырхан Әдия Негізгі қимылдар Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру және жүгіру. 40 см биіктіктегі доғамен еңбектеу.	П/Ш-«Б» групп Лукашов Данил Основные движение: Бросание мяча в вертикальную цель и ловить его двумя руками.Прыжки через гимнастические палки.	Ересек «А»топ Амантай Жансезім Негізгі қимылдар Аяқты тиісті жерінде,алыстан және затқа қатты жақындамай дер кезінде итеру. Жұптасып жеңіл әрі ырғақпен жүгіру және жүру. Жіптің үстімен жүргенде бойды тік ұстау	М/Д «А» групп Барменқұл Әлинұр Негізгі қимылдар Орнында тұрып, биіктікке секіру. Екі аяқпен секіру.Допты лақтырып қағып алу жаттығулары.

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30	Қажетті құрал-жабдықтарды дайындау, жаңадан ойластыру мақсатында жаңарту	Таңғы жаттығу, ритмопластика жаслатын музыка дайындау, толағай отбасылық сайысқа ата аналармен ақылдасып, бірге атсалысу.	Ойын атрибуттарын жаңарту Қимылды ойындар дайындау.	Айлық жоспар бойынша балалармен жарыс және аэробика ойластыру.	Келесі аптаның циклограммасы
Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Балабақшадағы ритмопластика Үлкен топтың балаларына ритмопластика жайында түсіндіре отырып сабақ соңында музыкамен жасатқызу, балаларды икемдендіру. Таңғы жаттығу кезінде де осы ритмопластиканы қолдану. Жалпы дамыту жаттығуларына да қолдану.				

**«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуры (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год май/мамыр

I апта / I неделя (02.05.2022 – 06.05.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Іөтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Бір шаңырақ астында»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Әрқашан күн сөнбесін»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Ертең сабақ басталады», «Завтра в школу»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 02.05.2022	Сейсенбі / Вторник 03.05.2022	Сәрсенбі /Среда 04.05.2022	Бейсенбі / Четверг 05.05.2022	Жұма / Пятница 06.05.2022
Таңертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: доптар, доғалар,	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: қалталар,фитбол	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: күрсаулар,	Қолданылатын құралжабдықтарды дайындау:	Қолданылатын құрал-жабдықтарды дайындау: күрсаулар,кегли,

		жалаушалар,гир конус,плкат	, гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары	доптар, гимнастикалық қабырға, маскалар.	таяқшалар, гимнастикалық орындық,жалау	гимнастикалық орындық,кішкентай доптар
--	--	----------------------------	---	--	--	--

ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какая группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10		М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Гимнастикалық сатымен рейка жібермей, басына дейін өрмелеп шығу.Кубтарды аттай отырып, гимнастикалық орындық үстімен жүру.Допты тізесімен қысып,қос аяқпен секіру. Мақсаты: Гимнастикалық сатымен рейка жібермей, басына дейін өрмелеп шығуды,кубтарды аттай отырып,гимнастикалық орындық үстімен жүруді,	П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Прыжки с высоты. Бросание мяча в цель. Ходьба парами с изменением направления по сигналу воспитателя. Цель: Учить прыгать с высоты. Бросание мяча в цель. Ходьба парами с изменением направления по сигналу воспитателя.		
	10.4511.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Шеңбердегі өз орнын орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Мақсаты: Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Шеңбердегі өз орнын орнын тауып сапқа қай-			М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Гимнастикалық сатымен рейка жібермей, басына дейін өрмелеп шығу.Кубтарды аттай отырып, гимнастикалық орындық үстімен жүру.Допты тізесімен қысып, қос аяқпен секіру. Мақсаты: Гимнастикалық сатымен рейка жібермей, басына дейін өрмелеп шығуды,кубтарды аттай отырып,	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: Прыжки с высоты. Бросание мяча в цель. Ходьба парами с изменением направления по сигналу воспитателя. Цель: Закреплять прыгать с высоты. Бросание мяча в цель.Ходьба парами с изменением направления по сигналу воспитателя.

		та тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. -				
--	--	---	--	--	--	--

		руді, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсуді қайталап үйрету.	допты тізе-сімен қысып, қос аяқпен секіруді үйрету. Өтпелі тақырыпқа байланысты қимылды ойын: «Бір шаңырақ астында» Шарты; шаңырақтың суреті салынған арнайы дайындалған банерді, белгі берілген кезде артқа қарап тұрған балалар жүгіріп келіп көтеріп үлгеру керек		гимнастикалық орындық үстімен жүруді, допты тізесімен қысып, қос аяқпен секіру.	
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1. Тақырыбы:. Мақсаты: Сапқа қайта тұру және баяу қар-	Ортаңғы «В» 1. Тақырыбы: Сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру.		Ортаңғы «А» топ 2. Тақырыбы Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қар-	

		қында(50-60сек) жүгіруді,үлкен допты екі қолмен арқаннан, тордан асыра лақтыруды, арқан бойымен жүру кезінде тепетендікті сақтауды жалғастыру.	Үлкен допты екі қолмен арқаннан, тордан асыра лақтыру. Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау Мақсаты: Сапқа қайта тұру және баяу қарқында(50- 60сек) жүгіруді,үлкен допты екі қолмен арқаннан, тордан асыра лақтыруды, арқан бойымен жүру кезінде тепетендікті сақтауды жалғастыру		қында (50-60 сек) жүгіру.Арқан бойымен жүру кезінде тепетендікті сақтау. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Мақсаты: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қар- қында (50-60 сек) жүгіруді,арқан бойымен жүру кезінде тепе- теңдікті сақтауды, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсуді жетіл діру.	
	09.40- 10.00		Ортаңғы»А» топ	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы:	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы:	

			3.Тақырыбы: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру, үлкен допты екі қолмен арқаннан тордан асыра лақтыру Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, үлкен допты екі қолмен арқаннан тордан асыра лақтыруды үйрету.	Таза ауада өткізу 2.Тақырыбы: Спорттық ойындар элементтері. Бастапқы қалыпты дұрыс бастай отырып,әр түрлі орналастырған кегельдерге допты лақтыру. Бағытты өзгерте отырып және заттарға тиіп кетпей,заттардың арасымен жүгіру. Мақсаты: Спорттық ойындар элементтері, бастапқы қалыпты дұрыс бастай отырып,әр түрлі орналастырған кегельдерге	Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру.Арқан бойымен жүру кезінде тепетеңдікті сақтау. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Мақсаты: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіруді,арқан бойымен жүру кезінде тепетеңдікті сақтауды, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсуді жетілдіру.	
--	--	--	--	---	---	--

				допты лақтыруды, бағытты өзгерте отырып және		
--	--	--	--	---	--	--

				заттарға тиіп кетпей, заттардың арасымен жүгіруді үйрету		
	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп (1-3) неделья Тема: (на воздухе). Бросание мяча в парах. Подлезание под верёвку, с мячом в руках. Цель: Учить бросать мяча в парах. Подлезание под верёвку, с мячом в руках.	М/Д-«А» топ	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Көлденең жатқан бөрене үстінде денені тік ұстап, ұстап, аяқтың ұшымен жүру. Көлбеу бұрышы үлкен баспалдақпен капталдағы сырықтарды ұстап өрмелеу. Допты еденге бір қолмен соғу. Мақсаты: Көлденең жатқан бөрене үстінде денені тік ұстап, ұстап, аяқтың ұшымен жүруді, көлбеу бұрышы үлкен баспалдақпен капталдағы	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру, үлкен допты екі қолмен арқаннан тордан асыра лақтыру Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, үлкен допты екі қолмен арқаннан тордан асыра лақтыруды үйрету.

					сырықтарды ұстап өрмелеуді, допты еденге бір қолмен соғуды үйрету.	
Жеке балалармен жұмыс <i>(қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) /</i> Индивидуальна я работа <i>(какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)</i>	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Мәди Нұрахмет Негізгі қимылдар Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру, үлкен допты екі қолмен арқаннан тордан асыра лақтыру	Ортаңғы«В» Шахман Айша Негізгі қимылдар Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру, үлкен допты екі қолмен арқаннан тордан асыра лақтыру	П/Ш-«Б» групп Шишов Матвей Основные движение: Ходьба по скамейке, приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке, чередующим шагом. Прыжки через бревно.	Ересек «А»топ Шарифолла Шахназар Негізгі қимылдар Допты бір қолмен қайтара ұру және бір аяқпен секіру. Көлбеу баспалдақ бойымен гимнастикалық қабырғаға өрмелеп, жерге түсу.	М/Д «А» групп Шайкамал Айсұлтан Негізгі қимылдар Биіктігі 40см жіптің астынан қолды жерге тигізбей,бір қырын дап өту.Зат- тардың арасымен оң және сол аяқты кезектестіріп секіру.Қапшықты төбе сіне қойып,гимнастикалық орындық үстімен жүру.

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30	Қажетті құрал-жабдықтарды дайындау, жаңадан ойластыру мақсатында жаңарту	Таңғы жаттығудан кейін, бөлмені желдетіп, құжаттарды дайындау, ұйымдастырылған оқу қызметінің жоспары бойынша заттарды әзірлеу.	Ойын атрибуттарын жаңарту. Қимылды ойындар дайындау.	Айлық жоспар бойынша эстафета ойластыру.	Келесі аптаның циклограммасы
Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Балабақшадағы ритмопластика Ритмопластиканың анықтамасын екі бөлек ұғымға бөлу қисынды: ритм және пластика. Аты айтып тұрғандай, ритмопластика музыкамен орындалатын дене жаттығуларына жатады. Ритмопластика - бұл гимнастиканың сауықтыру түрі, оның барысында әр түрлі бұлшықет топтары қатысады, ырғақ сезімі дамиды, есте сақтау және зейінділікке үйретіледі. Онда гимнастика және хореография элементтері бар. Үлкен топтың балаларына ритмопластика жайында түсіндіре отырып сабақ соңында музыкамен жасатқызу, балаларды икемдендіру. Таңғы жаттығу кезінде де осы ритмопластиканы қолдану. Жалпы дамыту жаттығуларына да қолдану.				

**«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год сәуір/апрель

II апта / II неделя (09.05.2022 – 13.05.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К Өтпелі

тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Бір шаңырақ астында»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Әрқашан күн сөнбесін»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Ертең сабақ басталады», «Завтра в школу»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник	Сейсенбі / Вторник 03.05.2022	Сәрсенбі /Среда 13.05.2022	Бейсенбі / Четверг 14.05.2022	Жұма / Пятница 06.05.2022
Танертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35			М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45			Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау:	Қолданылатын құралжабдықтарды дайындау:	Қолданылатын құрал-жабдықтарды дайындау: күрсаулар,кегли,

				құрсаулар, доптар, гимнастикалық қабырға, маскалар.	таяқшалар, гимнастикалық орындық, жалау	гимнастикалық орындық, кішкентай доптар
--	--	--	--	---	---	---

ҮОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какая группа, тема и цели)</i>	08.45- 09.10			П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Ходьба по скамейке, приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке, чередующим шагом. Прыжки через бревно. Цель: Учить ходить по скамейке, приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке, чередующим шагом. Прыжки через бревно.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Кедергілерден өтіп жүгіру. Доппен секіру, жүгіру ойынын жаттығулары. Мақсаты: Кедергілерден өтіп жүгіруді, доппен секіруді, жүгіру ойынын жаттығуларын үйрету	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: 2.Тема: Ходьба по скамейке приставным шагом. Лазать по гимнастической стенке чередующим шагом. Прыжки через бревно. Цель: Закреплять ходить по скамейке, приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке, чередующим шагом. Прыжки через бревно.
	10.45 11.10					

--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--

	09.20-09.35			Ортаңғы «А»топ 2. Тақырыбы Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60сек)жүгіру.Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Мақсаты: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қар-қында (50-60 сек) жүгіруді,арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтауды, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсуді жетілдіру.	
--	-------------	--	--	---	--

	09.40-10.00			Ересек «А» топ	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы:	

				Таза ауада өткізу 2.Тақырыбы: Жүру, алға,кері,тез, баяу,адымдап, жүгіру тез баяу,секіру Бір аяқпен және екі аяқпен. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу. Мақсаты: Жүру, алға,кері,тез, баяу,адымдап, жүгіру тез баяу,секіру Бір аяқпен және екі аяқпен. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу.	Нық қадаммен алға және артқа жүру. Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау.Оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп лақтыру дағдыларын дамыту. Мақсаты: Нық қадаммен алға және артқа жүру. Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау.Оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп лақтыру дағдыларын дамыту.	
--	--	--	--	--	---	--

	10.10-10.30			М/Д-«А» топ (2-4)апта Бір орында тұрып ұзындыққа секіру (арақашықтығы 50см).Доғаның астынан баспен допты игере отырып төрттағандап енбектеу.Допты жоғары лақтыру. Мақсаты: Бір орында тұрып ұзындыққа секіру (арақашықтығы 50см).Доғаның астынан баспен допты игере отырып төрттағандап енбектеу.Допты жоғары лақтыруды үйрету.	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Отырып жерді бір-біріне домалату,биіктігі 40-45см жіптің астынан еңбектеп өту.Доптарды доғадан өткізу. Мақсаты: Отырып жерді бір-біріне домалату,биіктігі 40-45см жіптің астынан еңбектеп өту.Доптарды доғадан өткізуді үйрету.	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: Нық қадаммен алға жә-не артқа жүру.Оң және сол қолмен тік ныса- наға көздеп лақтыру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өтуін жетілдіру. Мақсаты: Нық қадаммен алға жә-не артқа жүру.Оң және сол қолмен тік ныса- наға көздеп лақтыру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өтуін жетілдіру.

Жеке балалармен жұмыс <i>(қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) /</i> Индивидуальна я работа <i>(какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)</i>	11.30-12.00			П/Ш-«Б» групп Ким Екатерина Основные движение: Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине. Лазание по гимнастической стенке чередующим шагом.	Ересек «А»топ Шарифолла Шахназар Негізгі қимылдар Жіптің астынан еңбектеп өту. Доптарды доғадан өткізу.	М/Д «А» групп Шайкамал Айсұлтан Негізгі қимылдар Оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп лақтыру. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеп өту

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30			Ойын атрибуттарын жаңарту. Қимылды ойындар дайындау.	Айлық жоспар бойынша эстафета ойластыру.	Келесі аптаның циклограммасы
Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Балабақшадағы ритмопластика Ритмопластиканың анықтамасын екі бөлек ұғымға бөлу қисынды: ритм және пластика. Аты айтып тұрғандай, ритмопластика музыкамен орындалатын дене жаттығуларына жатады. Ритмопластика - бұл гимнастиканың сауықтыру түрі, оның барысында әр түрлі бұлшықет топтары қатысады, ырғақ сезімі дамиды, есте сақтау және зейінділікке үйретіледі. Онда гимнастика және хореография элементтері бар. Үлкен топтың балаларына ритмопластика жайында түсіндіре отырып сабақ соңында музыкамен жасатқызу, балаларды икемдендіру. Таңғы жаттығу кезінде де осы ритмопластиканы қолдану. Жалпы дамыту жаттығуларына да қолдану.				

**«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»
ЦИКЛОГРАММА**

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год сәуір/апрель

III апта / III неделя (16.05.2022 – 20.05.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Бір шаңырақ астында»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Әрқашан күн сөнбесін»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Ертең сабақ басталады», «Завтра в школу»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 16.05.2022	Сейсенбі / Вторник 17.05.2022	Сәрсенбі /Среда 18.05.2022	Бейсенбі / Четверг 19.05.2022	Жұма / Пятница 20.05.2022
Танертеңгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ
ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау:	Қолданылатын құрал- жабдықтарды	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау:	Қолданылатын құралжабдықтарды дайындау:	Қолданылатын құрал-жабдықтарды дайындау: күрсаулар,кегли,

		доптар, доғалар, жалаушалар, гир конус, плкат	дайындау: қалталар, фитбол , гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары	құрсаулар, доптар, гимнастикалық қабырға, маскалар.	таяқшалар, гимнастикалық орындық, жалау	гимнастикалық орындық, кішкентай доптар
--	--	---	--	---	---	---

ҰОҚ <i>(қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) /</i> ОУД <i>(написание какая группа, тема и цели)</i>	08.45-09.10		М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Гимнастикалық сатымен рейка жібермей, басына дейін өрмелеп шығу. Кубтарды аттай отырып, гимнастикалық орындық үстімен жүру. Допты тізесімен қысып, қос аяқпен секіру. Мақсаты: Гимнастикалық сатымен рейка жібермей, басына дейін өрмелеп шығуды, кубтарды аттай оты-	П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Прыжки с высоты. Бросание мяча в цель. Ходьба парами с изменением направления по сигналу воспитателя. Цель: Учить прыгать с высоты. Бросание мяча в цель. Ходьба парами с изменением направления по сигналу воспитателя.		
	10.4511.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Шеңбердегі өз орнын орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Мақсаты: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұруды және баяу қарқында			М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Гимнастикалық сатымен рейка жібермей, басына дейін өрмелеп шығу. Кубтарды аттай отырып, гимнастикалық орындық үстімен жүру. Допты тізесімен қысып, қос аяқпен секіру. Мақсаты: Гимнастикалық сатымен рейка жібермей, басына дейін өрмелеп шығуды, кубтарды аттай отырып,	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: Прыжки с высоты. Бросание мяча в цель. Ходьба парами с изменением направления по сигналу воспитателя. Цель: Закреплять прыгать с высоты. Бросание мяча в цель. Ходьба парами с изменением направления по сигналу воспитателя.

		(50-60 сек) жүгі-	рып,гимнастика- лық орындық үстімен жүруді,			
--	--	-------------------	---	--	--	--

		Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Шеңбердегі өз орнын орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Мақсаты: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұруды және баяу қарқында	допты тізе-сімен қысып,қос аяқпен секіруді үйрету. Өтпелі тақырыпқа байланысты қимылды ойын: «Бір шаңырақ астында» Шарты;шаңырақтың суреті салынған арнайы дайындалған банерді,белгі берілген кезде артқа қарап тұрған балалар жүгіріп келіп көтеріп үлгеру керек		гимнастикалық орындық үстімен жүруді,допты тізесімен қысып, қос аяқпен секіру.	
09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Мақсаты: Сапқа қайта тұру және баяу қар-	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек)жүгіру.			Ортаңғы «А»топ 2.Тақырыбы Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қар-	

		қында(50-60сек) жүгіруді,үлкен допты екі қолмен арқаннан, тордан асыра лақтыруды, арқан бойымен жүру кезінде тепетендікті сақтауды жалғастыру.	Үлкен допты екі қолмен арқаннан, тордан асыра лақтыру. Арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау Мақсаты: Сапқа қайта тұру және баяу қарқында(50- 60сек) жүгіруді,үлкен допты екі қолмен арқаннан, тордан асыра лақтыруды, арқан бойымен жүру кезінде тепетендікті сақтауды жалғастыру		қында (50-60 сек) жүгіру.Арқан бойымен жүру кезінде тепетендікті сақтау. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Мақсаты: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қар- қында (50-60 сек) жүгіруді,арқан бойымен жүру кезінде тепе- теңдікті сақтауды, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсуді жетіл діру.	
09.40- 10.00			Ортаңғы»А» топ	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы:	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы:	

			3.Тақырыбы: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру, үлкен допты екі қолмен арқаннан тордан асыра лақтыру Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, үлкен допты екі қолмен арқаннан тордан асыра лақтыруды үйрету.	Таза ауада өткізу 2.Тақырыбы: Спорттық ойындар элементтері. Бастапқы қалыпты дұрыс бастай отырып,әр түрлі орналастырған кегельдерге допты лақтыру. Бағытты өзгерте отырып және заттарға тиіп кетпей,заттардың арасымен жүгіру. Мақсаты: Спорттық ойындар элементтері, бастапқы қалыпты дұрыс бастай отырып,әр түрлі орналастырған кегельдерге	Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіру.Арқан бойымен жүру кезінде тепетеңдікті сақтау. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Мақсаты: Шеңбердегі өз орнын тауып сапқа қайта тұру және баяу қарқында (50-60 сек) жүгіруді,арқан бойымен жүру кезінде тепетеңдікті сақтауды, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсуді жетілдіру.	
--	--	--	--	---	---	--

				допты лақтыруды, бағытты өзгерте отырып және		
--	--	--	--	---	--	--

				заттарға тиіп кетпей, заттардың арасымен жүгіруді үйрету		
	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп (1-3) неделя Тема:	М/Д-«А» топ (2-4) апта Көлбеу тақтай үстімен жүру. Брустың үстінен қос аяқтап секіру. Тізерлеп тұрып, допты бастан асыра, қос қолмен бір-бірлеп лақтыру. Мақсаты: Көлбеу тақтай үстімен жүруді, брустың үстінен қос аяқтап секіруді, тізерлеп тұрып, допты бастан асыра, қос қолмен бір-бірлеп лақтыруды үйрету.	Ересек «А» топ 3. Тақырыбы: Көлденең жатқан бөрене үстінде денені тік ұстап, ұстап, аяқтың ұшымен жүру. Көлбеу бұрышы үлкен баспалдақпен капталдағы сырықтарды ұстап өрмелеу. Допты еденге бір қолмен соғу. Мақсаты: Көлденең жатқан бөрене үстінде денені тік ұстап, ұстап, аяқтың ұшымен жүруді, көлбеу бұрышы үлкен баспалдақпен капталдағы	Ортаңғы «В» топ 3. Тақырыбы: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру, үлкен допты екі қолмен арқаннан тордан асыра лақтыру Мақсаты: Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүруді, үлкен допты екі қолмен арқаннан тордан асыра лақтыруды үйрету.

					сырықтарды ұстап өрмелеуді, допты еденге бір қолмен соғуды үйрету.	
Жеке балалармен жұмыс <i>(қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) /</i> Индивидуальна я работа <i>(какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)</i>	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Мәди Нұрахмет Негізгі қимылдар Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру, үлкен допты екі қолмен арқаннан тордан асыра лақтыру	Ортаңғы«В» Шахман Айша Негізгі қимылдар Өз бетінше сапқа тұру және тізені жоғары көтеріп жүру, үлкен допты екі қолмен арқаннан тордан асыра лақтыру	П/Ш-«Б» групп Шишов Матвей Основные движение: Ходьба по скамейке, приставным шагом. Лазание по гимнастической стенке, чередующим шагом. Прыжки через бревно.	Ересек «А»топ Шарифолла Шахназар Негізгі қимылдар Допты бір қолмен қайтара ұру және бір аяқпен секіру. Көлбеу баспалдақ бойымен гимнастикалық қабырғаға өрмелеп, жерге түсу.	М/Д «А» групп Шайкамал Айсұлтан Негізгі қимылдар Биіктігі 40см жіптің астынан қолды жерге тигізбей,бір қырын дап өту.Зат- тардың арасымен оң және сол аяқты кезектестіріп секіру.Қапшықты төбе сіне қойып,гимнастикалық орындық үстімен жүру.

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30	Қажетті құрал-жабдықтарды дайындау, жаңадан ойластыру мақсатында жаңарту	Таңғы жаттығудан кейін, бөлмені желдетіп, құжаттарды дайындау, ұйымдастырылған оқу қызметінің жоспары бойынша заттарды әзірлеу.	Ойын атрибуттарын жаңарту. Қимылды ойындар дайындау.	Айлық жоспар бойынша эстафета ойластыру.	Келесі аптаның циклограммасы
Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Балабақшадағы ритмопластика Ритмопластиканың анықтамасын екі бөлек ұғымға бөлу қисынды: ритм және пластика. Аты айтып тұрғандай, ритмопластика музыкамен орындалатын дене жаттығуларына жатады. Ритмопластика - бұл гимнастиканың сауықтыру түрі, оның барысында әр түрлі бұлшықет топтары қатысады, ырғақ сезімі дамиды, есте сақтау және зейінділікке үйретіледі. Онда гимнастика және хореография элементтері бар. Үлкен топтың балаларына ритмопластика жайында түсіндіре отырып сабақ соңында музыкамен жасатқызу, балаларды икемдендіру. Таңғы жаттығу кезінде де осы ритмопластиканы қолдану. Жалпы дамыту жаттығуларына да қолдану.				

«Күншуақ бөбекжайы» КМҚК / КГКП «Ясли – сад «Күншуақ»

ЦИКЛОГРАММА

денешынықтыру нұсқаушысы / инструктор по физической культуре (1 аусым -1 смена)

2021-2022 оқу жылы / учебный год сәуір/апрель

IV апта / IV неделя (23.05.2022 – 27.05.2022)

Педагогтің аты-жөні / Ф.И.О педагога: Кудайкулова.З.К

Өтпелі тақырып / Сквозная тема:

Ортаңғы топ / Средняя группа: «Бір шаңырақ астында»

Ересектер топ / Старшая шруппа: «Әрқашан күн сөнбесін»

Мектепалды даярлық топ / Предшкольная подготовительная группа: «Ертең сабақ басталады», «Завтра в школу»

Мазмұны / Содержание	Уақыт ы / Время	Дусенбі/ Понедельник 23.05.2022	Сейсенбі / Вторник 24.05.2022	Сәрсенбі /Среда 25.05.2022	Бейсенбі / Четверг 26.05.2022	Жұма / Пятница 27.05.2022
Танертенгі жаттығу / Утренняя гимнастика	08.10 - 08.15 08.15 - 08.20 08.20 - 08.27 08.27 - 08.35	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»- топ Ортаңғы «В»топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ	М/Д-топ Ересек топ Ортаңғы «А»-топ Ортаңғы «В»-топ

ҰОҚ дайындық/ Подготовка ОУД	08.40- 08.45	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: доптар, доғалар, жалаушалар,гир конус,плкат	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: қалталар,фитбол , гимнастикалық орындық, ойын атрибуттары	Қолданылатын құрал- жабдықтарды дайындау: кұрсаулар, доптар, гимнастикалық қабырға, маскалар.	Қолданылатын құралжабдықтарды дайындау: таяқшалар, гимнастикалық орындық,жалау	Қолданылатын құрал-жабдықтарды дайындау: кұрсаулар,кегли, гимнастикалық орындық,кішкентай доптар
---	-----------------	---	--	---	---	--

ҰОҚ (қандай топ, тақырып пен мақсаты жазылуы керек) / ОУД (написание какая группа, тема и цели)	08.45- 09.10 10.4511.10	Ересек- «А» топ 1.Тақырыбы: Еденнен 20-25 см көтерілген бас- палдақ тақтайдан аттап өту. Отырып допты бір-біріне дома- лату,биіктігі 40- 45см жіптің асты- нан еңбектеп өту. Мақсаты: Еденнен 20-25 см көтерілген бас- палдақ тақтайдан аттап өту. Отырып допты бір-біріне дома- лату,биіктігі 40- 45см жіптің асты- нан еңбектеп өту ді үйрету.	М/Д-«А» топ 1.Тақырыбы: Аяқты жоғары кө- теріп жүру.Допты аяққа қойып,орын- дықтан ішпен тар- тартылу. Алға қарай жылжи отырып,екі аяқпен секіру. Мақсаты: Аяқты жоғары кө- теріп жүру.Допты аяққа қойып,орын- дықтан ішпен тар- тартылу. Алға қарай жылжи отырып,екі аяқпен секіруді үйрету.	П/Ш-«Б» групп 1.Тема: Ходьба друг за другом высоко поднимая коле- ни. (лошадка). Ползание по ска- мейке с мячом между ног. Прыжки на двух ногах с продви- жением вперёд до цели. Цель: Учить ходить друг за другом высоко поднимая коле- ни. (лошадка). Ползание по ска-мейке с мячом между ног. Прыжки на двух ногах с продви-жением вперёд до цели.	М/Д-«А» топ 2.Тақырыбы: Аяқты жоғары көтеріп жүру.Доп- ты аяққа қойып, орындықта ішпен тартылу. Алға қарай жылжи отырып,екі аяқпен секіру. Мақсаты: Аяқты жоғары көтеріп жүру.Доп- ты аяққа қойып, орындықта ішпен тартылу. Алға қарай жылжи отырып,екі аяқпен секіруді бекіту.	П/Ш- «Б» гр 2.Тема: Ходьба друг за другом высоко поднимая колени. (лошадка). Полза- ние по скамейке с мячом между ног. Прыжки на двух ногах с продвиже- нием вперёд до цели. Цель: Закреплять ходить друг за другом высоко поднимая колени. (лошадка). Полза-ние по ска- мейке с мячом меж- ду ног. Прыжки на двух ногах с про- движением вперёд до цели.
--	---	--	--	---	---	---

			Өтпелі тақырыпқа байланысты қимылды ойын: «Бір шаңырақ астында» Шарты;шаңырақтың суреті салынған арнайы дайындалған банерді,белгі берілген кезде артқа қарап тұрған балалар жүгіріп келіп көтеріп үлгеру керек			
	09.20-09.35	Ортаңғы «А» 1.Тақырыбы:. Жартылай отырыпжүру,қолдың қимылын өгерту. Жүгіріп келіп	Ортаңғы «В» 1.Тақырыбы: Жартылай отырыпжүру,қолдың қимылын өгерту. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру.		Ортаңғы «А»топ Тақырыбы 2.Жартылай отырып жүру,қолдың қимылын өгерту. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру.	

	ұзындыққа секіру. Мақсаты: Жартылай отырыпжүру, қолдың қимылын өгерту. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіруді үйрету.	Мақсаты: Жартылай отырыпжүру, қолдың қимылын өгерту. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіруді үйрету.		Мақсаты: Жартылай отырыпжүру, қолдың қимылын өгерту. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіруді бекіту.	
--	--	---	--	---	--

	09.40-10.00		Ортаңғы»А» топ	Ересек «А» топ 2.Тақырыбы:	Ортаңғы-«В»топ 2.Тақырыбы:	

			3.Тақырыбы: (далада). Қалтаны кеуде-ден лақтыру. Дөңгелектен дөңгелекке секіру. Мақсаты: Қалтаны кеуде-ден лақтыру. Дөңгелектен дөңгелекке секіруді үйрету.	Таза ауада өткізу 2.Тақырыбы: Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу, оң аралықтан сол аралыққа ауысу. Жүрген кезде қолды әр түрлі қалыптау, жүгіру бағытын өзгерту. Мақсаты: Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу, оң аралықтан сол аралыққа ауысу. Жүрген кезде қолды әр түрлі қалыптау, жүгіру бағытын өзгертуді үйрету.	Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және түсу. Мақсаты: , гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеуді және түсуді жетілдіру.	
--	--	--	---	---	---	--

	10.10-10.30		П/Ш-«Б» групп (1-3) неделья Тема:	М/Д-«А» топ (2-4)апта (далада). Гимнастикалық таяқшадан секіру. Бөрене үстінде қолдың қимылын өзгерте отырып жүру. Мақсаты: Гимнастикалық таяқша- дан секіруді, бөрене үстін де қолдың қимылын өзгерте отырып жүруді үйрету.	Ересек «А» топ 3.Тақырыбы: Гимнастикалық қабырға бойынша жоғарғы төмен кезектескен қадаммен өрмелеу, оң аралықтан сол аралыққа ауысу. Жүрген кезде қол- ды әр түрлі қалыпта ұстау, жүгіру бағытын өзгерту. Мақсаты: Гимнастикалық қабырға бойынша жоғарғы төмен кезектескен қадаммен өрмелеу, оң аралықтан сол аралыққа ауысу. Жүрген кезде қол- ды әр түрлі қалыпта ұстау, жүгіру бағытын өзгертуді бекіту.	Ортаңғы«В»топ 3.Тақырыбы: (далада). Қалтаны кеудеден лақтыру. Дөңгелек- тен дөңгелекке секіру. Мақсаты: Қалтаны кеудеден лақтыру. Дөңгелектен дөңгелекке секіруді үйрету.

Жеке балалармен жұмыс <i>(қай топ, баланың атын және қандай жұмыс жоспарланды жазылуы керек) /</i> Индивидуальна я работа <i>(какая группа, имя ребенка и указать какая работа запланирована)</i>	11.30-12.00	Ортаңғы «А» Кумарова Айлана Негізгі қимылдар Жартылай отырып жүру, қолдың қимылын өгерту. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру.	Ортаңғы «В» Мусағвли Әлихан Негізгі қимылдар Қалтаны кеудеден лақтыру. Дөңгелектен дөңгелекке секіру.	П/Ш-«Б» групп Денисюк Дарья Основные движение: Ползание по скамейке с мячом между ног. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до цели.	Ересек «А» топ Ідірісов Аян Негізгі қимылдар Гимнастикалық қабырға бойынша жоғарғы төмен кезектескен қадаммен өрмелеу.	

Құжаттармен жұмыс	12.00 - 12.30	Қажетті құрал-жабдықтарды дайындау, жаңадан ойластыру мақсатында жаңарту	Таңғы жаттығудан кейін, бөлмені желдетіп, құжаттарды дайындау, ұйымдастырылған оқу қызметінің жоспары бойынша заттарды әзірлеу.	Ойын атрибуттарын жаңарту. Қимылды ойындар дайындау.	Айлық жоспар бойынша эстафета ойластыру.	Келесі аптаның циклограммасы
Әдістемелік жұмыс (Интернет ресурстарымен жұмыс өзін-өзі дамыту жұмыстары / Работа с интернет ресурсами, самообразование)	12.30 - 13.00	Балабақшадағы ритмопластика Ритмопластиканың анықтамасын екі бөлек ұғымға бөлу қисынды: ритм және пластика. Аты айтып тұрғандай, ритмопластика музыкамен орындалатын дене жаттығуларына жатады. Ритмопластика - бұл гимнастиканың сауықтыру түрі, оның барысында әр түрлі бұлшықет топтары қатысады, ырғақ сезімі дамиды, есте сақтау және зейінділікке үйретіледі. Онда гимнастика және хореография элементтері бар. Үлкен топтың балаларына ритмопластика жайында түсіндіре отырып сабақ соңында музыкамен жасатқызу, балаларды икемдендіру. Таңғы жаттығу кезінде де осы ритмопластиканы қолдану. Жалпы дамыту жаттығуларына да қолдану.				