

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: қыркүйек айы, 2022 жыл

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	08.30 08.55	Таңғы жаттығу Мақсаты: Таңертеңгі жаттығулардың маңыздылығын білу. Таңертеңгі жаттығуларды жасауға дағдылану. Салауатты өмір салтына тәрбиелеу.				
Мектепалды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картотека №1 құралмен	Картотека №1 құралмен	Картотека №1 құралмен	Картотека №1 құралмен	Картотека №1 құралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картотека №1 құралмен	Картотека №1 құралмен	Картотека №1 құралмен	Картотека №1 құралмен	Картотека №1 құралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картотека №1 құралмен	Картотека №1 құралмен	Картотека №1 құралмен	Картотека №1 құралмен	Картотека №1 құралмен
ҰІӨ-не дайындық	09.20 09.30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09.15 11.30	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Белгілі бір тапсырмаларды орындап еркін жүру. Бір орында тұрып екі аяқпен секіру. Мақсаты: бір орында тұрып екі аяқпен	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Белгілі бір тапсырмаларды орындап еркін жүру. Бір орында тұрып екі аяқпен секіру. Мақсаты: бір орында тұрып екі аяқпен секіруге үйрету	«Құлпынай» ересек тобы Тақырыбы: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру (2–3 рет	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Белгілі бір тапсырмаларды орындап жүгіру Кедергілі жазықтың бетімен Мақсаты: кедергілер арасымен өрмелеуге үйрету «Жұлдыз» Тақырыбы: Екі қолмен 1-1,25арақашықтағы (көлденен)нысанағанысанағ	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Екі қолмен 1-1,25арақашықтағы (көлденен)нысанағанысанағ а лақтыру. Жиектері шектелген тура жолақпен (ені 20-25 см ,ұзындығы 2-2,5 м) гимнастикалық орындықтың үстімен жүру. Мақсаты:гимнастикалық орындықта тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету «Құлпынай»

		секіруге үйрету «Ақбота» мектепалды тобы Тақырыбы: Сапта бір қатармен жүру. Бір орында тұрып секіру. Мақсаты:бір орында қос аяқтап секіруге үйрету	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Белгілі бір тапсырмаларды орындап жүгіру Кедергілі жазықтың бетімен Мақсаты:кедергілер арасымен өрмелеуге үйрету «Құлпынай» ересек тобы Тақырыбы:Сапта бір-бірлеп жүру.8 дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу Мақсаты:Қатарда бір қалыпта жүруге үйрету.Балаларды төрт тағандап еңбектеуге үйрету «Ақбота» мектепалды тобы Тақырыбы: Саппен жүгіру. Биіктігі 40см жіптің астынан	Мақсаты:бір орында тұрып екі аяқпен секіруге үйрету «Ақжелкен» мектепалды тобы Тақырыбы: Сапта бір қатармен жүру. Бір орында тұрып секіру. Мақсаты:бір орында қос аяқтап секіруге үйрету	а лақтыру. Жиектері шектелген тура жолақпен (ені 20-25 см ,ұзындығы 2-2,5 м) гимнастикалық орындықтың үстімен жүру. Мақсаты:гимнастикалық орындықта тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету «Ақжелкен» мектепалды тобы Тақырыбы: Саппен жүгіру. Биіктігі 40см жіптің астынан қолды еденге тигізбей еңбектеу Мақсаты:жіптің астынан тіземенғана еңбектеуге үйрету.	Тақырыбы: Заттар арасымен доптарды домалату. Сызықтар арасымен (15 см арақашықтық), тепе-теңдікті Мақсаты:Тепе теңдікті сақтауға үйрету «Ақжелкен» мектепалды тобы Тақырыбы: Қос қолмен допты жоғары лақтыру. Заттардан аттап жүру. Мақсаты:заттарды аттап жүруге ,тепе –теңдікті сақтауға үйрету. «Ақбота» Тақырыбы: Қос қолмен допты жоғары лақтыру. Заттардан аттап жүру. Мақсаты:заттарды аттап жүруге ,тепе –теңдікті сақтауға үйрету.
--	--	---	--	---	--	---

			қолды еденге тигізбей еңбектеу Мақсаты: жіптің астынан тіземен ғана еңбектеуге үйрету.			
Серуендеу	11.30 12.30	Балалардың серуендегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Жаңа және енжар балалармен негізгі қимылдарды дамыту бойынша жеке жұмыс.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау. Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушыл ық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: қыркүйек II-апта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу Мақсаты. жаттығуларды жақсарту арқылы, балалардың белсенділігін арттыру, қимыл-қозғалыстарын жетілдіру				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картотека№2 құралсыз	Картотека№2 құралсыз	Картотека№2 құралсыз	Картотека№2 құралсыз	Картотека№2 құралсыз
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картотека№2 құралсыз	Картотека№2 құралсыз	Картотека№2 құралсыз	Картотека№2 құралсыз	Картотека№2 құралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картотека№2 құралсыз	Картотека№2 құралсыз	Картотека№2 құралсыз	Картотека№2 құралсыз	Картотека№2 құралсыз
ҮІӨ-не дайындық	09:20-09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҮІӨ	09:15-10:00 10:00-10:15	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Сапта бір-бірлеп. Алға қарай ұмтыла секіру. Мақсаты: Алға қарай екпінмен	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Сапта бір-бірлеп. Алға қарай ұмтыла секіру.	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы: Тізені жоғары көтеріп жүгіру, Жүрумен кезектестіре отырып секіру.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Сапта бір-бірлеп. Алға қарай ұмтыла секіру. Мақсаты: Алға қарай екпінмен ұмтыла секіруге үйрету.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Баланың көзінен және дене тұсынан заттар арасынан доптар домалату. Заттарға шығу (гим орындыққа, жұмсақ модульге) тұру.

	10:25 11:50	ұмтыла секіруге үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы: Аяқтың ұшымен жүру. Шашырап жүгіру. Мақсаты: балаларды шашырап жүгіруге, қайта қатармен жүгіруге үйрету	Мақсаты: Алға қарай екпінмен ұмтыла секіруге үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Сапта бір – бірлеп жүгіру. Еңіс тақтай үстімен еңбектеу. Мақсаты: төрт тағандап еңбектеуге үйрету «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы: Жүруді жүгірумен алмастырыу. Тақтайда еңбектеу Мақсаты: тура еңбектеуге үйрету	Мақсаты: команда бойынша отырып секіруге үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Аяқтың ұшымен жүру. Шашырап жүгіру. Мақсаты: балаларды шашырап жүгіруге, қайта қатармен жүгіруге үйрету	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Сапта бір – бірлеп жүгіру. Еңіс тақтай үстімен еңбектеу. Мақсаты: төрт тағандап еңбектеуге үйрету «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы: Жүруді жүгірумен алмастырыу. Тақтайда еңбектеу Мақсаты: тура еңбектеуге үйрету «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы: Алға қарай 3-4 қашықтыққа жылжу арқылы секіру. Гимнастикалық	Мақсаты: тура көздеуге, заттарға шығуға, тепе-теңдікті сақтауға үйрету. «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы: Сызықпен, арқанмен, тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру. Допты бір-біріне домалатып лақтыру. Мақсаты: арқанның үстімен тепе-теңдікті сақтап жүруге, допты бір-біріне домалатуды үйрету. «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы: Жіптің үстінен допты лақтыру. Шектелген беткей үстімен адымдап жүру. Мақсаты: допты тура лақтыруға, тепе теңдікті сақтап жүруге үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы: Жіптің үстінен допты лақтыру.
--	----------------	---	--	---	---	---

			«Ақбота»мектеп алды топ Тақырыбы: Алға қарай 3-4 қашықтыққа жылжу арқылы секіру. Гимнастикалық орындық үстінде ішпен еңбектеу Мақсаты: алға қарай екпінмен жеңіл секіруге,қолдың күшін дұрыс пайдалануға үйрету.		орындық үстінде ішпен еңбектеу Мақсаты: алға қарай екпінмен жеңіл секіруге,қолдың күшін дұрыс пайдалануға үйрету.	Шектелген беткей үстімен адымдап жүру. Мақсаты: допты тура лақтыруға,тепе теңдікті сақтап жүруге үйрет
Серуендеу	11.30 12.30	Балалардың серуендегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Жаңа және енжар балалармен негізгі қимылдарды дамыту бойынша жеке жұмыс.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау. Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: қыркүйек ІІІ-апта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	8.30-08.55	Таңғы жаттығу Мақсаты. Таңертеңгілік жаттығу балалардың ақыл-ой адамгершілік, еңбек және эстетикалық жағынан тәрбиелеу жұмысын жүзеге асыруға, олардың сергек болуларына тәрбиелеу.				
Мектепалды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека№3 кұралмен	Картатека№3 кұралмен	Картатека№3 кұралмен	Картатека№3 кұралмен	Картатека№3 кұралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека№3 Кұралмен	Картатека№3 кұралмен	Картатека№3 кұралмен	Картатека№3 кұралмен	Картатека№3 кұралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека№3 кұралмен	Картатека№3 кұралмен	Картатека№3 кұралмен	Картатека№3 кұралмен	Картатека№3 кұралмен
ҰІӨ-не дайындық	09:20-09:30	Кұрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15-10:00	«Жұлдыз»ортаңғы топ	«Балапан» ортаңғы топ	«Құлпынай»ересек топ	«Балапан» ортаңғы топ	«Балапан» ортаңғы топ

	10:00-10:15	Тақырыбы: Бірінің артынана бірі жүру. Лентамен еденде 10-20 см қашықтықта жатқан арқаннан секіру. Мақсаты:бірінің артынан жүруге арақашықты сақтауға,жеңіл секіруге үйрету.	Тақырыбы: Бірінің артынана бірі жүру. Лентамен еденде 10-20 см қашықтықта жатқан арқаннан секіру. Мақсаты:бірінің артынан жүруге арақашықты сақтауға,жеңіл секіруге үйрету.	Тақырыбы. Кіші және үлкен қадаммен жүгіру. Орындықта көлденеңінен еңбектеу. Мақсаты:еңбектеуге,үлкен және кіші қадаммен жүруге үйрету.	Тақырыбы: Бірінің артынана бірі жүгіру. Жол бойымен еңбектеу. Мақсаты:өз жолымен көмексіз тура еңбектеуге үйрету.	Тақырыбы: Доптарды бір-біріне домалату. Гимнастикалық орындық үстінде қолды жоғары көтеру,түсу Мақсаты:ұйымшылдыққа,достыққа,гимнастикалық орындықта қыймыл қозғалысын жасауға үйрету.
	10:25 11:50	«Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы: Өкшемен жүру. Тізенің арасына қапшықты қысып секіру. Мақсаты:аяқтың мықтылығын дамыту.	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Бірінің артынана бірі жүгіру. Жол бойымен еңбектеу. Мақсаты:өз жолымен көмексіз тура еңбектеуге үйрету. «Құлпына» ересек топ Тақырыбы: Жүруді секірумен алмастыру. 2–3 метрлік қашықтықта алға ұмтыла. Мақсаты:жүгіру кезінде түрлі жаттығу үйрету. «Ақбота» Тақырыбы: Жүппен жүгіру. Көлбеу басқышпен өрмелеп	«Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Өкшемен жүру. Тізенің арасына қапшықты қысып секіру. Мақсаты:аяқтың мықтылығын дамыту	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Доптарды бір-біріне домалату. Гимнастикалық орындық үстінде қолды жоғары көтеру,түсу Мақсаты:ұйымшылдыққа,достыққа,гимнастикалық орындықта қыймыл қозғалысын жасауға үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Жүппен жүгіру. Көлбеу басқышпен өрмелеп гимнастикалық қабырғаға өту. Мақсаты:жүппен және дара жүруге,бір заттан екінші затқа шығуға үйрету.	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы: Допты қағып алу (1,5м қашықтықта) гимнастикалық орындықпен, бөренемен жүру. Мақсаты:Допты қағып алуға ,бөрене үстімен тепе – теңдікті сақтап жүруге дағдырландыру. «Ақжелкен» мектепалды топ

			гимнастикалық қабырғаға өту. Мақсаты:жүппен және дара жүруге,бір заттан екінші затқа шығуға үйрету.			Тақырыбы: Допты еденнен ыршытып жоғары лақтыру. Аяқ ұшымен жүру. Мақсаты:допты жоғары лақтыру арқылы балалардың ептілігін арттыру. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы: Допты еденнен ыршытып жоғары лақтыру. Аяқ ұшымен жүру. Мақсаты:допты жоғары лақтыру арқылы балалардың ептілігін арттыру.
Серуендеу	11.30 12.30	Балалардың серуендегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Жаңа және енжар балалармен негізгі қимылдарды дамыту бойынша жеке жұмыс.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау. Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				

Ұйымдастыр ушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.
---------------------------------	----------------	--

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: қыркүйек IV-апта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу Мақсаты. Таңертеңгі жаттығулардың маңыздылығын білу. Таңғы жаттығуға уақыт арнаса, уақыт үнемдейтінін ұғыну.				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №4 құралсыз	Картатека №4 құралсыз	Картатека №4 құралсыз	Картатека №4 құралсыз	Картатека №4 құралсыз
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №4 құралсыз	Картатека №4 құралсыз	Картатека №4 құралсыз	Картатека №4 құралсыз	Картатека №4 құралсыз

Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №4 құралсыз	Картатека №4 құралсыз	Картатека №4 құралсыз	Картатека №4 құралсыз	Картатека №4 құралсыз
ҰІӨ-не дайындық	09:20- 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15- 10:00	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Тізені жоғары көтеріп жүру. Аяқтың ұшымен Мақсаты: Тізені жоғары көтеріп жүруге,аяқтың ұшында жүгіруге үйрету.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Тізені жоғары көтеріп жүру. Аяқтың ұшымен Мақсаты: Тізені жоғары көтеріп жүруге,аяқтың ұшында жүгіруге үйрету.	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы: Қос аяқпен секіру; Құрсаудан еңбектеп өту. Мақсаты: қос аяқтап тепе- тендікті сақтап секіруге,құрсаулардыңеңбе ктеп ктуге үйрету	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы: 10-15 см биіктен секіру Әр түрлі заттардың арасымен Мақсаты: барынша екпінмен жоғары секіруге,қойылған заттардың арасымен еңбектеуге үйрету.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Көзбен бағдарлай отырып допты домалату. Заттардан (биіктігі 10-15см)түсу Мақсаты: қойылғ ан заттардың үстінен мңнңп түсуге үйрету.
	10:00- 10:15	10:25 11:50	«Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеру. Қос аяқтап секіру Мақсаты: балал арды адымдап ,аяқтарын жоғары көтеріп жүруге,қос аяқтап секіруге үйрету.	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: 10-15 см биіктен секіру Әр түрлі заттардың арасымен Мақсаты: барынша екпінмен жоғары секіруге,қойылған заттардың арасымен еңбектеуге үйрету.	«Ақжелкен» Мектепалды топ Тақырыбы: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеру. Қос аяқтап секіру Мақсаты: балаларды адымдап ,аяқтарын жоғары көтеріп жүруге,қос аяқтап секіруге үйрету. үстімен текшелерден аттап жүру.	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Көзбен бағдарлай отырып допты домалату. Заттардан (биіктігі 10-15см)түсу Мақсаты: қойылған заттардың үстінен мңнңп түсуге үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Бір қатармен жүгіру.

			«Құлпына» мектепалды топ Тақырыбы: Басқа қимылдармен кезектестіру. Сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүгіру. Мақсаты:жүгіру кезінде түрлі жаттығуларды жасап жүгіруге үйрету «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы:Бір қатармен жүгіру. Бүйірмен еңбектеу Мақсаты:қатарды бұзбай,жүгіруге,берілген жерге дейін еңбектеуге үйрету.		Бүйірмен еңбектеу Мақсаты:қатарды бұзбай,жүгіруге,берілген жерге дейін еңбектеуге үйрету.	асырып ластыруға үйрету «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Қос қолмен қағып алу 4-5 рет. Орындық үстімен текшелерден аттап жүру Мақсаты:текшелерді аттап өткенде тепе-теңдікті сақтауға үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы: Қос қолмен қағып алу 4-5 рет. Орындық Мақсаты:текшелерді аттап өткенде тепе-теңдікті сақтауға үйрету.
Серуендеу	11.30 12.30	Балалардың серуендегі қозғалыс белсенділігін бақылау, ашық ойындарды бекіту, Жаңа және енжар балалармен негізгі қимылдарды дамыту бойынша жеке жұмыс.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау. Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті				

Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Қазан I-апта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу Мақсаты. Балаларды күн сайын таңертең дене жаттығуын жасауға дағдыландыру.				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека№5 құралмен	Картатека№5 құралмен	Картатека№5 құралмен	Картатека№5 құралмен	Картатека№5 құралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека№5 құралмен	Картатека№5 құралмен	Картатека№5 құралмен	Картатека№5 құралмен	Картатека№5 құралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека№5 құралмен	Картатека№5 құралмен	Картатека№5 құралмен	Картатека№5 құралмен	Картатека№5 құралмен
ҮІӨ-не дайындық	09:20-09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҮІӨ	09:15-10:00 10:00-10:15	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Аралықты сақтай отырып жүру.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Аралықты сақтай отырып жүру. Қолмен аяқтың	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы: Бір орныда секіру. Табан мен алақанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты

	10:25 11:50	Қолмен аяқтың қозғалыстарын үйлестіріп жүгіру. Мақсаты: арақашықтықты сақтап жүруге үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы: Заттарды аттап өту. Түзу бағытта (арақашықтығы 6м) секіру. Мақсаты: заттарды аттау ақылы жүріп өту, түзу бағытта секіруге үйрету.	қозғалыстарын үйлестіріп жүгіру. Мақсаты: арақашықтықты сақтап жүруге үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып секіру. Доғаның астымен еңбектеу. Мақсаты: үлкен, кіші доғалардың астынан еңбектеуге үйрету. «Құлпына» ересек топ Тақырыбы: Сапта бір-бірлеп жүру. Түрлі тапсырмалармен жүгіру. Мақсаты: қатар бойымен жүруге, жүгіру кезінде қолға, аяққа арналған жаттығуларды жасап жүгіруге үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы: Заттарды аттап. Сатыдан үстай отырып қайта түсу. Мақсаты: заттардың үстінен аттап өтіп	Мақсаты: секіруге, еңбектеуге үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Заттарды аттап өту. Түзу бағытта (арақашықтығы 6м) секіру. Мақсаты: заттарды аттау ақылы жүріп өту, түзу бағытта секіруге үйрету.	секіру. Доғаның астымен еңбектеу. Мақсаты: үлкен, кіші доғалардың астынан еңбектеуге үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату. Шеңберден шеңберге аттау. Мақсаты: допты бір-біріне домалату арқылы жұптық жұмысқа, достыққа тәрбиелеу. «Ақжелкен» мектеп алды топ Тақырыбы: Заттарды аттап. Сатыдан үстай отырып қайта түсу.	алшақ ұстаған қалпында допты домалату. Шеңберден шеңберге аттау. Мақсаты: допты бір-біріне домалату арқылы жұптық жұмысқа, достыққа тәрбиелеу. «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы: Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу (1,5 м қашықтықта. Тепе-теңдікті сақтау: қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұру. «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы: Допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату. Қосалқы қадаммен арқан бойымен.
--	----------------	---	--	--	--	--

			жүгіруге,сатыдан түсуге үйрету.		Мақсаты: заттардың үстінен аттап өтіп жүгіруге,сатыдан түсуге үйрету.	Мақсаты: қойылған заттарға тигізбей допты домалатуға,арқанның үстімен тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы: Допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату. Қосалқы қадаммен арқан бойымен. Мақсаты: қойылған заттарға тигізбей допты домалатуға,арқанның үстімен тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау.Желдету жұмыстарын жүргізу.Папкаларды дұрыстау.Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				
Өз білімін жетілдіру	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				

бойынша жұмыс		
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Қазан II-апта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу Мақсаты. Балаларға ертеңгілік көңіл күй, көтеріңкі сезім сыйлау				

Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.3 0	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз
Ересек «Құлпынай»	08.4 0	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.5 0	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз
ҰІӨ-не дайындық	09:2 0- 09:3 0	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:1 5- 10:0 0 10:0 0- 10:1 5 10:2 5 11:5 0	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Бағытты өзгерте отырып жүру. Аяқтың ұшымен жүгіру. Мақсаты. белгі бойынша жүгіруге, жүруге үйрету. «Ақбота» мектеп алды топ Тақырыбы: Түрлі қарқында. Бір сызыққа қойылған заттар арасымен.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Бағытты өзгерте отырып жүру. Аяқтың ұшымен жүгіру. Мақсаты. белгі бойынша жүгіруге, жүруге үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып секіру. Доғаның астымен еңбектеу. Мақсаты. секіру кезінде тепе теңдікті сақтауға үйрету.	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы: Оңға солға бұрылып секіру. Басқа қап киіп, заттарды аттап өту, бұрылу. Мақсаты: екі жаққа секіруге, басқа қап киіп заттар арасымен өтуге үйрету. «Ақжелкен» мектеп алды топ Тақырыбы: Түрлі қарқында. Бір сызыққа	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып секіру. Доғаның астымен еңбектеу. Мақсаты. секіру кезінде тепе теңдікті сақтауға үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату. Шеңберден шеңберге аттау Мақсаты. балаларды достыққа, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. «Құлпынай» ересек топ	«Балапан» ортаңғы топ «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату. Шеңберден шеңберге аттау Мақсаты. балаларды достыққа, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. «Құлпынай» ересек топ

		Мақсаты:заттар арасымен жүгіруге үйрету.	«Құлпына» ересек топ Тақырыбы: секірумен, басқа қимылдармен кезектестіру. Шапшаң және баяу қарқынмен. Мақсаты:шапшаң және баяу қарқында жүгіруге үйрету. «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы: Қос аяқ заттар арасымен (арақашықтығы4 м). Гимнастикалық орындық астымен еңбектеу. Мақсаты:Гимнастика лық орындық астымен еңбектеуге үйрету.	қойылған заттар арасымен. Мақсаты:заттар арасымен жүгіруге үйрету.	Мақсаты.балаларды достыққа,ұйымшылды ққа тәрбиелеу. «Ақжелкен»мектепалды топ Тақырыбы: Қос аяқ заттар арасымен (арақашықтығы4 м). Гимнастикалық орындық астымен еңбектеу. Мақсаты:Гимнастика лық орындық астымен еңбектеуге үйрету.	Тақырыбы: Бастапқы қалыпта дұрыс тұрып, допты лақтыру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша түзелу Мақсаты:белгі бойынша допты лақтыруға үйрету. «Ақжелке»мектепалды топ Тақырыбы: Допты қабырғаға ұрып және Еденнен ыршытып қос қолмен қағып алу. Өкшені арқанға қойып ,аяқ ұшын еденге қойып жүру. «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы: Допты қабырғаға ұрып және Еденнен ыршытып қос қолмен қағып алу. Өкшені арқанға қойып ,аяқ ұшын еденге қойып жүру.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.				

Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.3 0 13.0 0	Жабдықты тазалау. Желдету жұмыстарын жүргізу. Папкаларды дұрыстау. Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.0 0 14.3 0	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	14.3 0 16.3 0	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Қазан ІІІ-апта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
-------------	--	----------	----------	----------	----------	------

Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу Мақсаты. Балаларға таңертеңгілік жаттығуларды жасату арқылы, балалардың белсенділігін арттыру, қимыл-қозғалыстарын жетілдіру, балаларды жылдамдыққа, шапшаңдыққа үйрету.				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №7 құралмен	Картатека №7 құралмен	Картатека №7 құралмен	Картатека №7 құралмен	Картатека №7 құралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №7 құралмен	Картатека №7 құралмен	Картатека №7 құралмен	Картатека №7 құралмен	Картатека №7 құралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №7 құралмен	Картатека №7 құралмен	Картатека №7 құралмен	Картатека №7 құралмен	Картатека №7 құралмен
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15 - 10:00 10:00 - 10:15 10:25 - 11:50	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру. Бірінің соңынан бірі (20м дейін) Мақсаты: балаларды қатармен жүгіруге, қатарды бұзбауға үйрету «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы: Тәрбиеші	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіріп жүру. Бірінің соңынан бірі (20м дейін) Мақсаты: балаларды қатармен жүгіруге, қатарды бұзбауға үйрету «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Тұрған жерінен	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. Құрсаулар арасынан еңбектеп өту Мақсаты: бір орында тұрып ұзындыққа секіруге, құрсаулардан өтуге үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Тәрбиеші	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Тұрған жерінен ұзындыққа секіру. Орындық астынан еңбектеу Мақсаты: бір орында тұрып секіруге, еңбектеуге үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Допты екі қолымен көкірек тұсынан кері лақтыру. Орында баяу айналу Мақсаты: тепе-теңдікті сақтап бір	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Допты екі қолымен көкірек тұсынан кері лақтыру. Орында баяу айналу Мақсаты: тепе-теңдікті сақтап бір

		белгісімен тоқтау. «Жыланша» ирелендеп жүгіру. Мақсаты:балаларды бегіні тыңдауға,белгі бойынша жаттығу жасауға т Дағдырландыру.	ұзындыққа секіру. Орындық астынан еңбектеу Мақсаты:бір орында тұрып секіруге,еңбектеуге үйрету. «Құлпына» ересек топ Тақырыбы: Қол мен аяқ қимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау; Жетекшімен ауыса отырып жүгіру Мақсаты:баларды дұрыс түзілуге,қатарға тұруға үйрету. «Ақбота» мектепалды Тақырыбы: Оң және сол аяқтарымен секіру. Доға астымен еңбектеу(биіктігі 50см) Мақсаты:балаларды секіруге үйрету	белгісімен тоқтау. «Жыланша» ирелендеп жүгіру. Мақсаты:балаларды бегіні тыңдауға,белгі бойынша жаттығу жасауға т Дағдырландыру.	орында тұрып айнала секіру. «Ақжелкен»мектепалды Тақырыбы: Оң және сол аяқтарымен секіру. Доға астымен еңбектеу(биіктігі 50см) Мақсаты:балаларды секіруге үйрету.	Тақырыбы: Берілген бағытта допты домалату. Музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқында таныс дене жаттығуларын орындау «Ақжелке»мектепалды топ Тақырыбы: 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру.Бір қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып орындықтың үстімен жүру Мақсаты:балаларды көздеуге,нысанаға дәлдеп лақтыруға үйрету.
--	--	---	--	--	--	---

						«Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы: 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Ір қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан- қолға ауыстыра отырып орындықтың үстімен жүру Мақсаты: балалард ы көздеуге,нысанаға дәлдеп лақтыруға үйрету.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау.Желдету жұмыстарын жүргізу.Папкаларды дұрыстау.Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушыл ық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Қазан IV-апта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу Мақсаты. Таңертеңгі жаттығу балалардың сауықтыру мен тәрбиелеудегі бағалы құрал болып табылады.				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №8 құралсыз	Картатека №8 құралсыз	Картатека №8 құралсыз	Картатека №8 құралсыз	Картатека №8 құралсыз
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №8 құралсыз	Картатека №8 құралсыз	Картатека №8 құралсыз	Картатека №8 құралсыз	Картатека №8 құралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №8 құралсыз	Картатека №8 құралсыз	Картатека №8 құралсыз	Картатека №8 құралсыз	Картатека №8 құралсыз
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				

ҮІӨ	09:15 - 10:00	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Шеңбер бойлап жүру. Шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен. Мақсаты: шеңбер бойымен жүруге, ысқырық бойынша топпен және дара жүгіруге үйрету.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Шеңбер бойлап жүру. Шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен. Мақсаты: шеңбер бойымен жүруге, ысқырық бойынша топпен және дара жүгіруге үйрету.	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы: Кегілдер арасымен секіріп өту. Гимнастикалық тақтайда өрмелеу Мақсаты: балаларды гимнастикалық тақтайда өрмелеуге, кегілдер арасымен секіруге үйрету.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: 5-10 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру. Арқанның астынан нысанаға дейін төрттағандап еңбектеу секіруге, сызық бойымен еңбектеуге үйрету.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Допты алысқа, тура нысанға лақтыру; Гимнастикалық орындықтан асып түсу.
	10:00 - 10:15	10:25 - 11:50	10:25 - 11:50	10:25 - 11:50	10:25 - 11:50	10:25 - 11:50
		«Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы: Қозғалыс бағытты өзгерту. Кедергілерден өту арқылы. Мақсаты: жүгіру кезінде бағыттарын ауыстырып жүгіруге ғкедергілер арасымен жүгіруге үйрету.	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: 5-10 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру. Арқанның астынан нысанаға дейін төрттағандап еңбектеу Мақсаты: заттар үстімен секіруге, сызық бойымен еңбектеуге үйрету.	«Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Қозғалыс бағытты өзгерту. Кедергілерден өту арқылы. Мақсаты: жүгіру кезінде бағыттарын ауыстырып жүгіруге ғкедергілер арасымен жүгіруге үйрету.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: 5-10 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру. Арқанның астынан нысанаға дейін төрттағандап еңбектеу секіруге, сызық бойымен	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Допты алысқа, тура нысанға лақтыру; Гимнастикалық орындықтан асып түсу. Мақсаты: допты лақтырып, ұстап алуға үйрету. «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы: Балалардың доптармен ойындарын жетілдіру. Басқа қап киіп, заттарды аттап өту. Мақсаты: Балаларды доптарды қағып алуға сезім мүшелерімен жұмыс жасауға үйрету. «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы: Асықты дәлдеп лақтыру. Кедір-бұдыр тақтай үстімен жүру

			«Құлпына» ересек топ Тақырыбы: Аяқтың ұшымен жүру. Кегль ойындарына үйрету. Мақсаты: аяқтың ұшымен тепе теңдікті сақтап жүруге үйрету. «Ақбота»		еңбектеуге үйрету. Мақсаты: заттар үстімен сееіріп жүруге үйрету «Ақжелкен»	Мақсаты: Балаларға ұлттық ойынға деген қызығушылығын арттыру, дәлдеп лақтыруға үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы: Асықты дәлдеп лақтыру. Кедір-бұдыр тақтай үстімен жүру Мақсаты: Балаларға ұлттық ойынға деген қызығушылығын арттыру, дәлдеп лақтыруға үйрету.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету жұмыстарын жүргізу. Папкаларды дұрыстау. Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Қараша I апта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу Мақсаты. Таңертеңгі жаттығулардың маңыздылығын білу. Таңғы жаттығуға уақыт арнаса, уақыт үнемдейтінін ұғыну.				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №9 күралмен	Картатека №9 күралмен	Картатека №9 күралмен	Картатека №9 күралмен	Картатека №9 күралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №9 күралмен	Картатека №9 күралмен	Картатека №9 күралмен	Картатека №9 күралмен	Картатека №9 күралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №9 күралмен	Картатека №9 күралмен	Картатека №9 күралмен	Картатека №9 күралмен	Картатека №9 күралмен
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Күрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүргіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15 - 10:00	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Қол ұстасып жүру. 30-40 сек бойына үзіліссіз жүгіру.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Қол ұстасып жүру. 30-40 сек бойына үзіліссіз жүгіру.	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы: Қатарынан (4-5 рет) жүрелеп, екі қол белде, екі қолды	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Ұзындыққа бір орында тұрып. Ауданы 50x50	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Еденге (жерге) қарай төмен лақтыру. Еденге

	10:00 - 10:15 10:25 11:50	Мақсаты:қол ұстап шеңбер бойымен жүруге үйрету. «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы: Шашрап жүгіру.. Табиғи жағдайларда кедергілерден өту арқылы жүгіру Мақсаты:шашырап жүгіруге,кедергілер арасымен жүгіруге үйрету.	Мақсаты:қол ұстап шеңбер бойымен жүруге үйрету. «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Ұзындыққа бір орында тұрып. Ауданы 50х50 см,биіктігі 10 см мінбеге өрмелеу. Мақсаты:екпінінмен алға қарай ұзындыққа секіруге үйрету. «Құлпына»ересек топ Тақырыбы: Сапта бір-бірлеп жүру. 1-1,5 минут ішінде баяу қарқынмен үздіксіз жүгіру Мақсаты: балаларды бір қарқында дұрыс демалып жүгіруге үйрету «Ақбота» Тақырыбы: Оң және сол аяқтарын	алдыңғы жақ пен екі тұсқа көтеріп, отыру 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеу. Мақсаты:жүрелеп келіп секіруге,доғаның астынан еңбектеп өтуге үйрету. «Ақжелкен»мектепалды топ Тақырыбы: Шашрап жүгіру.. Табиғи жағдайларда кедергілерден өту арқылы жүгіру Мақсаты:шашырап жүгіруге,кедергілер арасымен жүгіруге үйрету.	см,биіктігі 10 см мінбеге өрмелеу. Мақсаты:екпінінмен алға қарай ұзындыққа секіруге үйрету. «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Еденге (жерге) қарай төмен лақтыру. Еденге (жерге) қарай төмен лақтыру. Мақсаты:допты еденге ұрып ұстап алуға үйрету. «Ақжелкен»мектепалды топ Тақырыбы: Оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіру. Құрсаудың ішіне кіру (биіктігі 50см) Мақсаты:аяқтарымен кезектестіріп секіруге,құрсаудың ішіне кіріп еңбектеуге үйрету.	(жерге) қарай төмен лақтыру. Мақсаты:допты еденге ұрып ұстап алуға үйрету. «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы:Допты екі қолмен бастан асыра кедергі арқылы лақтыру (2 м қашықтықтан). Ойлы-қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру жүру Мақсаты:балаларды кедір бұдір тақтайдың үстімен жүруге үйрету. «Ақжелке»мектепалды топ Тақырыбы: Допты екі қолмен бір-біріне (1,5-2м)басынан асыра лақтыру. Қырлы тақтаймен жүру. Мақсаты:ысқырық бойынша басынан
--	---	--	--	--	--	--

			кезектестіріп секіру. Құрсаудың ішіне кіру (биіктігі 50см) Мақсаты:аяқтарым ен кезектестіріп секіруге,құрсаудың ішіне кіріп еңбектеуге үйрету.			асырып допты лақтыруға үйрету. «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы: Допты екі қолмен бір-біріне (1,5-2м)басынан асыра лақтыру. Қырлы тақтаймен жүру. Мақсаты: ысқырық бойынша басынан асырып допты лақтыруға үйрету.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.Атрибуттармен ойнату.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау.Желдету жұмыстарын жүргізу.Папкаларды дұрыстау.Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.Педкеңеске дайындық.				
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Қараша II апта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу Мақсаты. Таңертеңгі жаттығуларды жасауға дағдылану. Салауатты өмір салтына тәрбиелеу.				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №10 құралсыз	Картатека №10 құралсыз	Картатека №10 құралсыз	Картатека №10 құралсыз	Картатека №10 құралсыз
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №10 құралсыз	Картатека №10 құралсыз	Картатека №10 құралсыз	Картатека №10 құралсыз	Картатека №10 құралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №10 құралсыз	Картатека №10 құралсыз	Картатека №10 құралсыз	Картатека №10 құралсыз	Картатека №10 құралсыз
ҰІӨ-не дайындық	09:20-	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				

	09:30					
ҰІӨ	09:15-10:00 10:00-10:15 10:25 11:50	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Арқаннан ұстап жүру. Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу. Мақсаты:арқанмен түзу жүруге үйрету. «Ақбота»мектеп алды топ Тақырыбы: Заттар арасымен. Түрлі жылдамдықпен-баяу. Мақсаты:балаларды заттар арасымен жүруге.жүгіруге үйрету.	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы: Арқаннан ұстап жүру. Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу. Мақсаты:арқанмен түзу жүруге үйрету. «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Аяқпен неғұрлым күшті серпіле секіру. Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта еңбектеу. Мақсаты:төрттаған дап еңбектеуге үйрету. «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Сапта бір-бірлеп жүру. 1-1,5 минут ішінде баяу қарқынмен үздіксіз жүгіру	«Құлпынай»ересек топ Тақырыбы. Қатарынан (4-5 рет) жүрелеп, екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі тұсқа көтеріп, отыру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеу. Мақсаты.бүйірлерімен еңбектеуге.отырып тұруға үйрету. «Ақжелкен»мектеп алды топ Тақырыбы: Заттар арасымен. Түрлі жылдамдықпен-баяу. Мақсаты:балаларды заттар арасымен жүруге.жүгіруге үйрету	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы: Аяқпен неғұрлым күшті серпіле секіру. Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта еңбектеу. Мақсаты:төрттаған дап еңбектеуге үйрету. «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Допты қағып алу. Төбешікке және төмпешіктен жүгіріп түсу. Төбешікке және төмпешіктен жүгіріп түсу. Мақсаты:допты қағып алуға үйрету. «Ақжелкен»мектеп алды топ Тақырыбы: Биіктікке секіру. Көлбеу басқышқа шығу. Мақсаты:жоғары секіруге үйрету.	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы: Допты қағып алу. Төбешікке және төмпешіктен жүгіріп түсу. Мақсаты:допты қағып алуға үйрету. «Құлпынай»ересек топ Тақырыбы. Допты екі қолмен бастан асыра кедергі арқылы лақтыру (2 м қашықтықтан). Ойлықырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру жүру Мақсаты.тепе-теңдікті сақтауға,допты қолмен қағып алуға үйрету. «Ақжелке»мектепалды .топ Тақырыбы. Қағып алу,лақтыру, Допты екі қолмен бір-біріне (1,5-2м)басынан асыра лақтыру. Тепе-теңдікті сақтауға арналған жаттығулар

			Мақсаты.баларды бір қалыпта үздіксіз жүгіруге үйрету «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы: Биіктікке секіру. Көлбеу басқышқа шығу. Мақсаты:жоғары секіруге үйрету.			Қырлы тақтаймен жүру.. Мақсаты. тепе-теңдікті сақтауға,допты қолмен қағып алуға үйрету. «Ақбота» мектепалды.топ Тақырыбы. Қағып алу,лақтыру, Допты екі қолмен бір-біріне (1,5-2м)басынан асыра лақтыру. Тепе-теңдікті сақтауға арналған жаттығулар Қырлы тақтаймен жүру.. Мақсаты. тепе-теңдікті сақтауға,допты қолмен қағып алуға үйрету.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.Атрибуттармен ойнату.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.3 0 13.0 0	Жабдықты тазалау.Желдету жұмыстарын жүргізу.Папкаларды дұрыстау.Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.0 0 14.3 0	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.Педкеңеске дайындық.				
Ұйымдастырушылық сәттері	14.3 0	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

	16.3 0	
--	-----------	--

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Қараша Шапта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу Мақсаты. Таңғы жаттығуға уақыт бөлуге, бір күн бойы шаршамай, өзіңе күш жинауға. көбірек еңбектенуге үйрету				

Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №11 құралмен	Картатека №11 құралмен	Картатека №11 құралмен	Картатека №11 құралмен	Картатека №11 құралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №11 құралмен	Картатека №11 құралмен	Картатека №11 құралмен	Картатека №11 құралмен	Картатека №11 құралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №11 құралмен	Картатека №11 құралмен	Картатека №11 құралмен	Картатека №11 құралмен	Картатека №11 құралмен
ҰІӨ-не дайындық	09:20- 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15- 10:00 10:00- 10:15 10:25 11:50	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Тоқтай қалып жүру Тура жолмен жүру және жүгіру Мақсаты. қол ұстап шеңбер бойымен жүруге үйрету. «Ақбота» мектеп алды топ Тақырыбы. Адымдап алға қарай жүру. Баяу қарқынмен жүгіру Мақсаты. бір қалыпта, баяу, шапшаң жүгіруге үйрету	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Тоқтай қалып жүру Тура жолмен жүру және жүгіру Мақсаты. қол ұстап шеңбер бойымен жүруге үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Жоғары ілулі затқа секіріп қолтигізу. "жыланша", арасы алшақтанған заттар арасымен Мақсаты. жоғары секіруге үйрету.	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру Заттар арасымен еңбектеу Мақсаты. секіруге, аяққа нық тұруға үйрету. «Ақжелкен» мектеп алды топ Тақырыбы. Адымдап алға қарай жүру. Баяу қарқынмен жүгіру Мақсаты. бір қалыпта, баяу, шапшаң жүгіруге үйрету	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Жоғары ілулі затқа секіріп қолтигізу. "жыланша", арасы алшақтанған заттар арасымен Мақсаты. жоғары секіруге үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Көлденең нысанаға лақтыру. Гимнастикалық орындық үстімен қолға арналған қосымша тапсырманы орындай жүру	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Көлденең нысанаға лақтыру. Гимнастикалық орындық үстімен қолға арналған қосымша тапсырманы орындай жүру Мақсаты. тепе-теңдікті сақтауға, бүйірмен жүруге үйрету. тапсырманы орындауға үйрету. «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Алысқа дәлдеп лақтыру. Жіптің үстімен тепе теңдікті сақтап жүру. Мақсаты. алысқа дәлдеп лақтыруға. Жіптің үстімен тепе теңдікті сақтап жүруге үйрету.

		«Құлпына» ересек топ Тақырыбы. бой түзулігін дұрыс сақтау; Секірумен, басқа қимылдармен кезектестіріп жүгірі. Мақсаты. берілген тапсырмаларды орындауға үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. 20см дейінгі биіктікке секіру. Доғаның астымен төрт тағандап еңбектеу. Мақсаты. биіктікке секіруге, еңбектеуге үйрету.		Мақсаты. тепе-теңдікті сақтауға, бүйірмен жүруге үйрету. тапсырманы орындауға үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. 20см дейінгі биіктікке секіру. Доғаның астымен төрт тағандап еңбектеу. Мақсаты. биіктікке секіруге, еңбектеуге үйрету.	«Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы. Алға қарай жылжып секіру. Гимнастик алық орындық үстімен он жақ, сол жақ бүйірмен жүру. Мақсаты. тепе-теңдікті сақтауға, бүйірмен жүруге үйрету «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Алға қарай жылжып секіру. Гимнастик алық орындық үстімен он жақ, сол жақ бүйірмен жүру. Мақсаты. тепе-теңдікті сақтауға, бүйірмен жүруге үйрету
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау. Атрибуттармен ойнату.			
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету жұмыстарын жүргізу. Папкаларды дұрыстау. Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.			
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу. Педкеңеске дайындық.			

Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.
--------------------------	----------------	--

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: қараша IV апта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				

		Мақсаты.күнделікті таңғы жаттығуға баулуға,әдетке айналдыруға үйрету				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №12 кұралсыз	Картатека №12 кұралсыз	Картатека №12 кұралсыз	Картатека №12 кұралсыз	Картатека №12 құралсыз
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №12 кұралсыз	Картатека №12 кұралсыз	Картатека №12 кұралсыз	Картатека №12 кұралсыз	Картатека №12 құралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №12 кұралсыз	Картатека №12 кұралсыз	Картатека №12 кұралсыз	Картатека №12 кұралсыз	Картатека №12 құралсыз
ҰІӨ-не дайындық	09:20- 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртiп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15- 10:00 10:00- 10:15 10:25 11:50	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Жүрелеп жүру Бір- біріне соқтығыспай жүгіру Мақсаты .ара қашықтықты сақтап жүруге үйрету «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы. Қадамды алмастыра жүру.Жылдам қарқынмен жүгіру Мақсаты. бір қалыпта,баяу,шапшаң жүгіруге үйрету	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Жүрелеп жүру.Бір- біріне соқтығыспай жүгіру Мақсаты. ара қашықтықты сақтап жүруге үйрету «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Терендікке секіру - аяқты сәл бүгіп, табанды толық жазып.Еденге қойылған тақта бетімен еңбектеу Мақсаты. дұрыс секіруге,тепе	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. жоғары ілінген нәрсеге орнынан секіру арқылы затты жинап өту, Екі-екіден еңбектеу Мақсаты дұрыс секіруге,тепе теңдікті сақтауға үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Қадамды алмастыражүру.Жылдам қарқынмен жүгіру Мақсаты. қатарға тұруды,жұптасып тұруды үйрету.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Терендікке секіру - аяқты сәл бүгіп, табанды толық жазып.Еденге қойылған тақта бетімен еңбектеу Мақсаты . дұрыс секіруге,тепе теңдікті сақтауға үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Допты алысқа, тура нысанға лақтыру; Гимнастикалық орындықтан асып түсу.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Допты алысқа, тура нысанға лақтыру; Гимнастикалық орындықтан асып түсу. Мақсаты. тепе-теңдікті сақтауға ,бүйірмен жүруге үйрету.тапсырманы орындауға үйрету. «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Қабырғаға допты лақтырып,қағып алу.Екі жаққа қолды созып тепе-теңдікті сақтап жүру Мақсаты . «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы. Қос қолмен допты лақтырып

		теңдікті сақтауға үйрету. «Құлпына» ересек топ Тақырыбы. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша түзелу Баяу жүгіру Мақсаты. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Қолға доп ұстап секіру, Доты басымен итеріп еңбектеу Мақсаты. қатарға тұруды, жұптасып тұруды үйрету.		Мақсаты. тепе-теңдікті сақтауға, бүйірмен жүруге үйрету. тапсырманы орындауға үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Қолға доп ұстап секіру Доты басымен итеріп еңбектеу Мақсаты. допты қос қолмен қағып алуға үйрету	Гимнастикалық орындық үстімен қолды желкеге қойып жүру Мақсаты. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Қос қолмен допты лақтырып. Гимнастикалық орындық үстімен қолды желкеге қойып жүру Мақсаты. допты қос қолмен қағып алуға үйрету
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау. Атрибуттармен ойнату.			
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету жұмыстарын жүргізу. Папкаларды дұрыстау. Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.			
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу. Педкеңеске дайындық.			
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.			

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Желтоқсан Іапта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты:таңғы көңіл күйді жақсарту,таңғы жаттығудың маңыздылығын ұғыну.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №13құралмен	Картатека №13құралмен	Картатека №13құралмен	Картатека №13құралмен	Картатека №13құралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №13құралмен	Картатека №13құралмен	Картатека №13құралмен	Картатека №13құралмен	Картатека №13құралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №13құралмен	Картатека №13құралмен	Картатека №13құралмен	Картатека №13құралмен	Картатека №13құралмен
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15 - 10:00 10:00 - 10:15 10:25	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Аяқтың ұшымен жүру. Қол ұстасып шенбер бойы жүгіру Мақсаты: арақашықтықты сақтап жүруге үйрету. «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Екі аяқпен зат үстінде секіру. Гимнастикалық	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Аяқтың ұшымен жүру. Қол ұстасып шенбер бойы жүгіру Мақсаты: арақашықтықты сақтап жүруге үйрету. «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Екі аяқпен зат үстінде секіру. Гимнастикалық	«Құлпынай»ересе к топ Тақырыбы: 20-25 см биіктікке секіру. Құрсаудан еңбектеп өту Мақсаты: биіктікке секіруді,құрсаудан еңбектеуге үйрету. «Ақжелкен» мектеп алды топ	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Екі аяқпен зат үстінде секіру. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеу Мақсаты: еңбектеуге,тепе-тендікті сақтауға үйрету	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Диаметрі 15 см допты қос қолмен бастан асыра жіп арқылы лақтыру. Бір-бірінен 15 см қашықтықта қойылған кірпіштер үстімен жүру.

	11:50	«Ақбота»мектеп алды топ Тақырыбы: Теріс қараған күйде заттарды аттап жүру. Аяқты-аяққа тақап қойып жүгіру Мақсаты:артқа қарап жүгіруге үйрету	орындық үстінде еңбектеу Мақсаты:еңбектеуге,тепе теңдікті сақтауға үйрету «Құлпына» ересек топ Тақырыбы : Сапта бір-бірлеп жүру. Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру Мақсаты:Сапта жүруге,орта жылдамдықта жүгіруге үйрету «Ақбота»мектеп алды Тақырыбы: Орындықтан секіріп түсу. Қатар тұрған дғалар астымен еңбектеу Мақсаты:биіктен секіріп түсуге,тепе теңдікті сақтауға үйрету.	Тақырыбы: Теріс қараған күйде заттарды аттап жүру. Аяқты-аяққа тақап қойып жүгіру Мақсаты:артқа қарап жүгіруге үйрету	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы Диаметрі 15 см допты қос қолмен бастан асыра жіп арқылы лақтыру. Бір-бірінен 15 см қашықтықта қойылған кірпіштер үстімен жүру. Мақсаты:балаларды қос қолмен доппен лақтырып,қағып алуға үйрету. «Ақжелкен» мектеп алды Тақырыбы: Орындықтан секіріп түсу. Қатар тұрған дғалар астымен еңбектеу	Мақсаты:жіптен асырып лақтыруға,қағып алуға. «Құлпынай»ересек топ Тақырыбы: Оң және сол қолымен көлденең нысанаға лақтыру. Ойлы –қырлы тақтайшамен жүру Мақсаты:Заттарды көздеп лақтыруға үйрету «Ақжелке»мектеп алды топ Тақырыбы: Бір қолмен дорбашаны шығыршыққа лақтыру. Арқан үстінде бір қырымен жүру. Мақсаты:нысанаға көздеп лақтыруға үйрету. «Ақбота» мектеп алды топ Тақырыбы: Бір қолмен
--	-------	--	---	---	--	---

						дорбашаны шығыршыққа лақтыру. Арқан үстінде бір қырымен жүру. Мақсаты: нысанаға көздеп лақтыруға үйрету.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.Атрибуттармен ойнату.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау.Желдету жұмыстарын жүргізу.Папкаларды дұрыстау.Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.Педкеңеске дайындық.				
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Желтоқсан ІІ-апта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты: Балаларды күн сайын таңертең дене жаттығуын жасауға дағдырландыру.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №14 құралсыз	Картатека №14 құралсыз	Картатека №14 құралсыз	Картатека №14 құралсыз	Картатека №14 құралсыз

Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №14 құралсыз	Картатека №14 құралсыз	Картатека №14 құралсыз	Картатека №14 құралсыз	Картатека №14 құралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №14 құралсыз	Картатека №14 құралсыз	Картатека №14 құралсыз	Картатека №14 құралсыз	Картатека №14 құралсыз
ҰІӨ-не дайындық	09:20- 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15- 10:00 10:00- 10:15 10:25 11:50	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Өкшесімен жүру. Аттардың қимылын бейнелей, қолды еркін қалыпта ұстап жай, шапшаң қарқынменжүгіру. Мақсаты: аяқты жоғары көтеріп,денені тік ұстауға үйрету. «Ақбота»ересек топ Тақырыбы: Әр бұрышта шыр айнала бұрылып жүру,саптан бір бірден жан жаққа тарау. Аяқтың ұшымен өкшемен, белгі бойынша	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Өкшесімен жүру. Аттардың қимылын бейнелей, қолды еркін қалыпта ұстап жай, шапшаң қарқынменжүгіру. Мақсаты: аяқты жоғары көтеріп,денені тік ұстауға үйрету. «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Екпінмен серпіле заттың үстінен секіріп, сәл бүгілген аяқпен жұмсақ жерге қонуға. Гимнастикалық орындықта ішпен еңбектеу	«Құлпынай»ересек топ Тақырыбы: Бір аяқпен секіру (шамамен 4-5 рет оң және сол аяқпен). Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары төмен кездескен қадаммен өрмелеу. Мақсаты: қабырғаға мініп түсуге үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Әр бұрышта шыр айнала бұрылып жүру,саптан бір бірден жан жаққа тарау. Аяқтың ұшымен өкшемен, белгі бойынша шыр айнала жүгіру	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Екпінмен серпіле заттың үстінен секіріп, сәл бүгілген аяқпен жұмсақ жерге қонуға. Гимнастикалық орындықта ішпен еңбектеу Мақсаты: балаларға қолмен тартылып еңбектеуге үйрету «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Допты көлденең нысанаға кеуде тұсынан екі қолмен лақтыру Аяқты-аяққа тақай қойып, алға жылжи жүру. Мақсаты: балаларды дәлдікке үйрету.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Допты көлденең нысанаға кеуде тұсынан екі қолмен лақтыру Аяқты-аяққа тақай қойып, алға жылжи жүру. Мақсаты: балаларды дәлдікке үйрету «Ақжелке»мектепалды

		шыр айнала жүгіру Мақсаты: арақашықтықты сақтап жүруге үйрету.	Мақсаты: балаларға қолмен тартылып еңбектеуге үйрету «Құлпына» ересек топ Тақырыбы: жүруді жүгірумен, секірумен алмастыра жүру. Шанамен сырғанау Мақсаты: балаларды команданы тындауға.белгі бойынша қимылдарын орындауға үйрету. «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы: Биіктігі 10-20 см заттардан секіру Гимнастикалы қ орындықта ішмен еңбектеу Мақсаты: қолдын күшімен еңбектеуге үйрету	Мақсаты: арақашықтықты сақтап жүруге үйрету.	«Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Биіктігі 10-20 см заттардан секіру Гимнастикалы қ орындықта ішмен еңбектеу Мақсаты: қолдын күшімен еңбектеуге үйрету.	Тақырыбы: Дорбашаны нысанаға дәлдеп лақтыру Арқан баспалдақтардан түрлі тәсілдермен жүру. Мақсаты: құм толтырылған қапшықтарды нысанаға лақтыруға үйрету. оң жақ ,сол жақ бүйірлерімен жүруге үйрету. «Ақбота» мектепалды Тақырыбы: Дорбашаны нысанаға дәлдеп лақтыру Арқан баспалдақтардан түрлі тәсілдермен жүру. Мақсаты: құм толтырылған қапшықтарды нысанаға лақтыруға үйрету.оң жақ ,сол жақ бүйірлерімен жүруге үйрету.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.Атрибуттармен ойнату.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау.Желдету жұмыстарын жүргізу.Папкаларды дұрыстау.Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				

Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.Педкеңеске дайындық.
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.Атрибуттармен ойнату.

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Желтоқсан III- апта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты: Балаларға ертеңгілік көңіл күй, көтеріңкі сезім сыйлау				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека № 15 құралмен	Картатека № 15 құралмен	Картатека № 15 құралмен	Картатека № 15 құралмен	Картатека № 15 құралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека № 15 құралмен	Картатека № 15 құралмен	Картатека № 15 құралмен	Картатека № 15 құралмен	Картатека № 15 құралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека № 15 құралмен	Картатека № 15 құралмен	Картатека № 15 құралмен	Картатека № 15 құралмен	Картатека № 15 құралмен
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15 - 10:00	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Қол ұстасып шеңбер	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы. Қол ұстасып шеңбер	«Құлпынай»ересе к топ Тақырыбы: Қысқа	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы. Биіктіктен еденге	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы. Белгі бойынша допты

	10:00 - 10:15 10:25 11:50	бойымен жүру.Қол мен аяқ қимылын үйлестіре тура шоқырақтап шабу Мақсаты.жүгіру кезінде қол мен аяқтарын дұрыс ұстауын қадағалау. «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы: Әр бұрышта шыр айнала бұрылып жүру,саптан бір бірден жан жаққа тарау. Аяқтың ұшымен өкшемен, белгі бойынша шыр айнала жүгіру Мақсаты:белгі бойынша қимылдарды жасауға,жүгіру кезінде дұрыс демалуға үйрету.	бойымен жүру.Қол мен аяқ қимылын үйлестіре тура шоқырақтап шабу Мақсаты. жүгіру кезінде қол мен аяқтарын дұрыс ұстауын қадағалау «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Биіктіктен еденге салынған шеңберге секіріп түсу Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу Мақсаты .балаларды гимнастикалық орындықта еңбектеуге,тепе теңдікті сақтауға үйрету. «Құлпынай»ересек топ Тақырыбы: қимылдармен кезектестіріп жүру. Төбешіктен сырғанау, бір-бірін сырғанату,	секіртпенмен секіру. Аралықтан аралыққа,оңға ,солға ауысып өрмелеу Мақсаты: «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Әр бұрышта шыр айнала бұрылып жүру,саптан бір бірден жан жаққа тарау. Аяқтың ұшымен өкшемен, белгі бойынша шыр айнала жүгіру Мақсаты: белгі бойынша қимылдарды жасауға,жүгіру кезінде дұрыс демалуға үйрету.	салынған шеңберге секіріп түсу.Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу Мақсаты.балаларды гимнастикалық қабырғаға өрмелеуге,тепе теңдікті сақтауға үйрету. «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Белгі бойынша допты алысқа лақтыру.Беті тегістеліп сүргіленген бөрене үстімен жүру. Мақсаты.денесін тік ұстауға,бөренені сезініп жүруге үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Екі аяқпен секіру. 3 м Швед қабырғасына өрмелеу.	алысқа лақтыру.Беті тегістеліп сүргіленген бөрене үстімен жүру. Мақсаты. денесін тік ұстауға,бөренені сезініп жүруге үйрету. «Құлпынай»ересек топ Тақырыбы: Берілген бағытта шайбаны таякпен домалату, оны қақпаға енгізу Биіктігі 30-35. см) жоғары және төмен жүру мен жүгіру. Мақсаты. жүгіру кезінде қол мен аяқтарын дұрыс ұстауын қадағалау «Ақжелке»мектепалды топ Тақырыбы: Дорбашаны нысанаға дәлдеп лақтыру. Арқан баспалдақтардан түрлі тәсілдермен жүру. Мақсаты:
--	---	---	--	--	--	---

			Мақсаты: сырғанау кезінде қауіпсіздік ережелерін сақтауға қадағалау. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы: Екі аяқпен секіру. 3 м Швед қабырғасына өрмелеу. Мақсаты: тепе теңдікті сақтауға, қабырғаға өрмелеуге үйрету.		Мақсаты: тепе теңдікті сақтауға, қабырғаға өрмелеуге үйрету.	«Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы: Дорбашаны нысанаға дәлдеп лақтыру. Арқан баспалдақтардан түрлі тәсілдермен жүру. Мақсаты: құм толтырылған қапшықтарды нысанаға лақтыруға үйрету. оң жақ, сол жақ бүйірлерімен жүруге үйрету.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау. Атрибуттармен ойнату.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету жұмыстарын жүргізу. Папкаларды дұрыстау. Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу. Педкеңеске дайындық.				
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Желтоқсан IVапта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты: Балаларға таңертеңгілік жаттығуларды жасату арқылы, балалардың белсенділігін арттыру, қимыл-қозғалыстарын жетілдіру, балаларды жылдамдыққа, шапшандыққа үйрету.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека№16 құралсыз	Картатека№16 құралсыз	Картатека№16 құралсыз	Картатека№16 құралсыз	Картатека№16 құралсыз
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека№16 құралсыз	Картатека№16 құралсыз	Картатека№16 құралсыз	Картатека№16 құралсыз	Картатека№16 құралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека№16 құралсыз	Картатека№16 құралсыз	Картатека№16 құралсыз	Картатека№16 құралсыз	Картатека№16 құралсыз
ҰІӨ-не дайындық	09:20-09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15-10:00 10:00-10:15 10:25 11:50	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Аю жүрісін салу. Қосымша тапсырмалар орындап жүгіру, Мақсаты: жанауарлар жүрісімен жүруге. «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы: Шапшандыққа,	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Аю жүрісін салу. Қосымша тапсырмалар орындап жүгіру, «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Алға қарай жылжи отырып қос аяқпен жеңіл секіру.	«Құлпынай»ересек топ Тақырыбы: Секіртпемен секіру. Гимнастикалық тақтайға өрмелеп шығу. Мақсаты. Секіртпемен секіру жаттығуларын бағалау, дененің жылдамдық, ептілік, иілгіштік, төзімділік күш сапалық қасиеттерін дамыту	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Алға қарай жылжи отырып қос аяқпен жеңіл секіру. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу,екінші қабырғаға өтіп түсу Мақсаты. өрмелеу кезінде қолдың күшін дамыту,бір қабырғадан екінші қабырғаға өрмелеуді үйрету.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Құм толтырылған қапшықты нысана,а лақтыру Гимнастикалық орындық үстімен жүру Кішкентай допты нысанаға дәлдеп лақтыру. Басқа дорбаша қойып жүруге

		жылдамдыққа, жүру. Жылдам қарқынмен жүгіру Мақсаты:балаларды шапшаңдылыққа, жылдам жүгіруге үйрету.	Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу,екінші қабырғаға өтіп түсу. Мақсаты.өрмелеу кезінде қолдың күшін дамыту,бір қабырғадан екінші қабырғаға өрмелеуді үйрету. «Құлпына» ересек топ Тақырыбы: қолмен аяқ қимылын үйлестіріп жүру. Мұзды жолдармен өздігінен сырғанау. Мақсаты.тепе-тендікті сақтап сырғанауға үйрету. «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы: Аяқты қосып,ашып секіру.	«Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы:Шапшаңдыққа, жылдамдыққа, жүру. Жылдам қарқынмен жүгіру Мақсаты: балаларды шапшаңдылыққа,жылдам жүгіруге үйрету	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Құм толтырылған қапшықты нысана,а лақтыру Гимнастикалық орындық үстімен жүру Мақсаты:көздеуге,дәлдікке лақтыруды үйрету. «Ақжелкен»мектепалды топ Тақырыбы: Тақырыбы: Аяқты қосып,ашып секіру. Қабырғадан екінші қабырғаға өту Мақсаты .балаларды секіру кезінде жеңіл секіруге,аяқты кезек кезек алшақ бірге секіруге үйрету.Өрмелеу кезінде қолдың күшін дамыту,бір қабырғадан екінші қабырғаға өрмелеуді үйрету..	Мақсаты: көздеуге,дәлдікке лақтыруды үйрету. «Құлпынай»ересек топ Тақырыбы: Шайбаны қағып алу. Еденнен 20-25 см көтерілген баспалдақ тақтайдан, қолдың түрлі қалпымен үрленген доптан аттап өту Мақсаты. «Ақжелке»мектепалды топ Тақырыбы: Кішкентай допты нысанаға дәлдеп лақтыру. Басқа дорбаша қойып жүруге Мақсаты. мергендік сияқты қасиеттерді дамыту, жетілдіру.Жинақылыққа ,мақсатқа талпынуға тәрбиелеу.
--	--	--	--	---	---	---

			Қабырғадан екінші қабырғаға өту Мақсаты. балаларды секіру кезінде жеңіл секіруге, аяқты кезек кезек алшақ бірге секіруге үйрету. Өрмелеу кезінде қолдың күшін дамыту, бір қабырғадан екінші қабырғаға өрмелеуді үйрету..			«Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы: Кішкентай допты нысанаға дәлдеп лақтыру. Басқа дорбаша қойып жүруге. Мақсаты. мергендік сияқты қасиеттерді дамыту, жетілдіру. Жинақыл ыққа ,мақсатқа талпынуға тәрбиелеу.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау. Атрибуттармен ойнату.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету жұмыстарын жүргізу. Папкаларды дұрыстау. Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу. Педкеңеске дайындық.				
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Қаңтар Іапта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты: Бала организміні «ояту», оны әрекетшіл қалыпқа келтіру				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №16құралмен	Картатека №16құралмен	Картатека №16құралмен	Картатека №16құралмен	Картатека №16құралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №16құралмен	Картатека №16құралмен	Картатека №16құралмен	Картатека №16құралмен	Картатека №16құралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №16құралмен	Картатека №16құралмен	Картатека №16құралмен	Картатека №16құралмен	Картатека №16құралмен
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүргіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15 - 10:00 10:00 - 10:15 10:25 - 11:50	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Алаңның бір шетіне екінші шетіне жүгіру. жүгіру кезінде аяқты тырпылдатпай, жеңіл жүгіру. Мақсаты. балаларды бір - біріне соғылмай жүгіруге.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Алаңның бір шетіне екінші шетіне жүгіру. жүгіру кезінде аяқты тырпылдатпай, жеңіл жүгіру Мақсаты. балаларды бір - біріне соғылмай жүгіруге	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы: Бір орында тұрып екі аяқпен секіру. Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу. Сызықтар арасымен (10 см арақашықтық) сызықпен жүргізу «Ақжелкен» мектеп алды топ	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Еденде жатқан жалпақ шығыршыққа секіру. Алақан мен тізеге тіреліп, төрттағандап еңбектеу. Мақсаты. дәлме - дәл орындай білуге, орындау кезінде денені әрқашанда түзу ұстап, сергек те	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Допты еденге ұру және оны шынтақтан сәл бүгілген екі қолмен қағып алу . Еденге қойылған білте тақтайшаларды аттап жүру. Мақсаты. Балаларды дәлдікке, ептілікке баули отырып,

		«Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы: Шанғы жүрісін. 1,5-2 мин түрлі баяу, тез, орта, жылдамдықпен жүгіру Мақсаты. белгі бойынша қимыл - қозғалыс жасауға дағдыландыру, зейіндерін, байқағыштықтарын дамыту.	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Еденде жатқан жалпақ шығыршыққа секіру. Алақан мен тізеге тіреліп, төрттағандап еңбектеу. Мақсаты. дәлме - дәл орындай білуге, орындау кезінде денені әрқашанда түзу ұстап, сергек те жинақы, белсенді бола білуге үйрету. «Құлпына»ересек топ Тақырыбы: Сапта бір-бірден , екеуден, аяқтың ұшымен, өкшемен, жүру Қалыпты жүгіру Мақсаты. балаларды бір - біріне соғылмай жүгіруге. .«Ақбота»мектепалды топ	Тақырыбы: Шанғы жүрісін. 1,5-2 мин түрлі баяу, тез, орта, жылдамдықпен жүгіру Мақсаты. белгі бойынша қимыл - қозғалыс жасауға дағдыландыру, зейіндерін, байқағыштықтарын дамыту.	жинақы, белсенді бола білуге үйрету. «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Допты еденге ұру және оны шынтақтан сәл бүгілген екі қолмен қағып алу . Еденге қойылған білте тақтайшаларды аттап жүру. Мақсаты. Балаларды дәлдікке, ептілікке баули отырып, физиологиялық дамуына қолайлы әсер ету. «Ақжелкен»мектепалды топ Тақырыбы: Сапта бір-бірден , екеуден, аяқтың ұшымен, өкшемен, жүру Қалыпты жүгіру .«Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы: Қарлы кедергілерден секіру.	физиологиялық дамуына қолайлы әсер ету. «Құлпынай»ересек топ Тақырыбы: Доптарды, құрсауларды домалату. Шанамен сырғанау Мақсаты: Балаларды дәлдікке, ептілікке баули отырып, физиологиялық дамуына қолайлы әсер ету. «Ақжелке»мектепалды топ «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы: Допты қос қолдап заттар арасымен алып жүру. Сақина лақтырып таяққа кигізу Мақсаты. дәлме - дәл орындай білуге, орындау кезінде денені әрқашанда
--	--	--	---	--	--	---

		Тақырыбы: Қарлы кедергілерден секіру. Арқаға дорбаны іліп алып гимнастикалық орындық үстімен еңбектеу Мақсаты. Дене бітімінің дұрыс дамып қалыптасуына назар аударып, жаттығуларды дұрыс орындау дағдысын қалыптастыру, қимыл үйлесімділігін сезіне білуін дамыту, жаттығу кезінде денені түзу, тік ұстай білуге дағдыландыру.		Арқаға дорбаны іліп алып гимнастикалық орындық үстімен еңбектеу. Мақсаты. Дене бітімінің дұрыс дамып қалыптасуына назар аударып, жаттығуларды дұрыс орындау дағдысын қалыптастыру, қимыл үйлесімділігін сезіне білуін дамыту, жаттығу кезінде денені түзу, тік ұстай білуге дағдыландыру.	түзу ұстап, сергек те жинақы, белсенді бола білуге үйрету.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.Атрибуттармен ойнату.			
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау.Желдету жұмыстарын жүргізу.Папкаларды дұрыстау.Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.			
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.Педкеңеске дайындық.			
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.			

--	--	--

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: қаңтар Папта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты: Жаттығумен жүйелі айналысушыларда ұйқышылдық жоғалады, сергектік сезім пайда болады, қабілеттілігі артады.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №17 құралсыз	Картатека №17 құралсыз	Картатека №17 құралсыз	Картатека №17 құралсыз	Картатека №17 құралсыз
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №17 құралсыз	Картатека №17 құралсыз	Картатека №17 құралсыз	Картатека №17 құралсыз	Картатека №17 құралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №17 құралсыз	Картатека №17 құралсыз	Картатека №17 құралсыз	Картатека №17 құралсыз	Картатека №17 құралсыз
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал үшін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15 - 10:00 10:00 - 10:15	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Музыка ырғағына сәйкес жануарлардың жүрісін бейнелей жүруге Шеңбер бойымен жүгіру.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Музыка ырғағына сәйкес жануарлардың жүрісін бейнелей жүруге Шеңбер бойымен жүгіру.	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Алға ұмтыла секіру. Гимнастикалық орындықта қолдарымен тарталу арқылы ішімен еңбектеу.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Қос аяқпен өзін айнала секіру. Модуль арқылы аунап еңбектеу. Мақсаты. таптеңдікті	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Допты еденге ұру және қағып алу. Еденге салынған жіп үстімен жүру. Мақсаты. допты жерге ұрып, қағып

	10:25 11:50	Мақсаты.жүріс түрлерін үйрету «Ақбота»мектепалды Тақырыбы: топ Тізені сабалай жүру.Жыланша ирелендеп белгі бойынша бастауышына ауыстыра жүгіру. Мақсаты.тізені жоғары көтеріп жүруге,тирелендеп жүгіруге үйрету.	Мақсаты.жүріс түрлерін үйрету «Жұлдыз»орта топ Тақырыбы. Қос аяқпен өзін айнала секіру. Модуль арқылы аунап еңбектеу. Мақсаты.тапе теңдікті сақтауға.көтеріңкі көңіл күй сыйлау. «Құлпына»ересек топ Тақырыбы. Табанмен, табанның ішкіжағымен жүру.Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүгіру. Мақсаты. арақашықтықты сақтап жүруге үйрету. «Ақбота» мектепалды топ	Мақсаты.қолдын күшін дамытуға үйрету. «Ақжелкен» мектепалды Тақырыбы: топ Тізені сабалай жүру.Жыланша ирелендеп белгі бойынша бастауышына ауыстыра жүгіру. Мақсаты.тізені жоғары көтеріп жүруге,тирелендеп жүгіруге үйрету.	сақтауға.көтеріңкі көңіл күй сыйлау. «Жұлдыз»ортаңғы топ. Тақырыбы. Допты еденге ұру және қағып алу. Еденге салынған жіп үстімен жүру. Мақсаты.допты жерге ұрып ,қағып алуға үйрету. «Ақжелкен»мектепалды топ Тақырыбы. Жүгіріп келіп биіктікке секіру. Гимнастикалық орындық үстімен еңбектеу. Мақсаты.жүгіріп келіп екпінмен секіруге үйрету.	алуға үйрету. «Құлпынай»ересек топ Тақырыбы. Дұрыс бастапқы қалыпта тұрып, түрлі бағытта қойылған доптарды лақтыру. Төбешіктен сырғанау. Мақсаты. дәлме - дәл орындай білуге, орындау кезінде денені әрқашанда түзу ұстап, сергек те жинақы, белсенді бола білуге үйрету. «Ақжелке»мектепалды топ Тақырыбы. Допты дәлдеп себетке лақтыру.Гимнастикалық орындықта жүру. Мақсаты. денені түзу, тік ұстай білуге дағдыландыру «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы. Допты дәлдеп себетке лақтыру.Гимнастикалық орындықта жүру.
--	----------------	--	--	--	---	--

			Тақырыбы. Жүгіріп келіп биіктікке секіру. Гимнастикалық орындық үстімен еңбектеу. Мақсаты. жүгірі п келіп екпінмен секіруге үйрету.			Мақсаты. денені түзу, тік ұстай білуге дағдыландыру
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.Атрибуттармен ойнату.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау.Желдету жұмыстарын жүргізу.Папкаларды дұрыстау.Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.Педкеңеске дайындық.				
Ұйымдастырушыл ық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Қаңтар ІІІапта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты: таңертеңгі жаттығуда балаларды дұрыс қимылдауға үйрету.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен»	08.30	Картатека №18 күралмен	Картатека №18 күралмен	Картатека №18 күралмен	Картатека №18 күралмен	Картатека №18 күралмен

«Ақбота»						
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №18 кұралмен	Картатека №18 кұралмен	Картатека №18 кұралмен	Картатека №18 кұралмен	Картатека №18 кұралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №18 кұралмен	Картатека №18 кұралмен	Картатека №18 кұралмен	Картатека №18 кұралмен	Картатека №18 кұралмен
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15 - 10:00 10:00 - 10:15 10:25 11:50	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Заттарды айналып өтіп жүру.Тоқтай қалып жүгіру. Мақсаты. кедергіл ер арасымен жүруге,тоқтай қалып команданы тыңдауға үйрету. «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы. Жүру барысында жұптасып қайта сапқа тұру Заттардыдың арасына «жыланша» жүгіруге. Мақсаты. .кедергілер арасымен	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы. Заттарды айналып өтіп жүру.Тоқтай қалып жүгіру. Мақсаты. кедергіл ер арасымен жүруге,тоқтай қалып команданы тыңдауға үйрету. «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Тұрған жерінен ұзындыққа секіру Жалаушаға дейін жалпақ сызық бойымен еңбектеу. Мақсаты. екпінмен ұзындыққа секіру,нысанаға дейін еңбектеу.	«Құлпынай»ересек топ Тақырыбы. 10 рет секіру Сызықтар арасымен(10 см арақашықтық) сызықпен еңбектеу «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Жүру барысында жұптасып қайта сапқа тұру Заттардың арасына «жыланша» жүгіруге Мақсаты. .кедергілер арасымен жүруге,тоқтай	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы. Тұрған жерінен ұзындыққа секіру Жалаушаға дейін жалпақ сызық бойымен еңбектеу. Мақсаты. екпінмен ұзындыққа секіру,нысанаға дейін еңбектеу. «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Көлденен нысанаға еңбектеу.Түзу сызық үстімен аяқ ұшымен жүру. Мақсаты. төрттағанда п еңбектеуге,тепе теңдік сақтап аяқтың ұшымен жүруге үйрету.	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы. Көлденен нысанаға Түзу сызық үстімен аяқ ұшымен жүру. Мақсаты. төрттағанда п еңбектеуге,тепе теңдік сақтап аяқтың ұшымен жүруге үйрету. «Құлпынай»ересек топ Тақырыбы. Доптармен, құрсаулармен, ойыншықтармен ойындарын жетілдіру Бір-бірін сырғанату. Мақсаты. Баланың жалпы ойлау қабілеттерін есте сақтау және қабылдауға зейін-

		жүруге,тоқтай қалып команданы тыңдауға үйрету.	«Құлпына» ересек топ Тақырыбы. Тізені жоғары көтері жүру Сапта бір-бірден және жұппен жүгіру Мақсаты. балаларды бір - біріне соғылмай жүгіруге, белгі бойынша қозғалуға үйрету; кеңістікті дұрыс бағдарлауларын дамыту «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы. Ұзындыққа секіру Кедргілер арасымен еңбектеу. Мақсаты. екпінмен ұзындыққа секіру,нысанаға дейін еңбектеу.	қалып команданы тыңдауға үйрету.	«Ақжелкен»мектепалды топ Тақырыбы. Ұзындыққа секіру Кедргілер арасымен еңбектеу Мақсаты. екпінмен ұзындыққа секіру,нысанаға дейін еңбектеу.	нің дамыту. «Ақжелке»мектепалды топ Тақырыбы. Жерде отырып допты домалату Гимнастикалы қ орындықта оң,сол бүйірімен жүру. Мақсаты. допты домалату арқылы қолдын сезу мүшесін дамыту. «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы. Жерде отырып допты домалату Гимнастикалы қ орындықта оң,сол бүйірімен жүру Мақсаты. допты домалату арқылы қолдын сезу мүшесін дамыту.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.Атрибуттармен ойнату.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау.Желдету жұмыстарын жүргізу.Папкаларды дұрыстау.Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				

Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.Педкеңеске дайындық.
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Қаңтар IV-апта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты. таңғы көңіл күйді жақсарту, таңғы жаттығудың маңыздылығын ұғыну.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека№19 кұралсыз	Картатека№19 кұралсыз	Картатека№19 кұралсыз	Картатека№19 кұралсыз	Картатека№19 кұралсыз
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека№19 кұралсыз	Картатека№19 кұралсыз	Картатека№19 кұралсыз	Картатека№19 кұралсыз	Картатека№19 кұралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека№19 кұралсыз	Картатека№19 кұралсыз	Картатека№19 кұралсыз	Картатека№19 кұралсыз	Картатека№19 кұралсыз
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15 - 10:00	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Төбешікке шығып жіне төбешіктен	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы. Төбешікке шығып жіне төбешіктен түсіп саппен жүру	«Құлпынай»ересек топ Тақырыбы. Гимнастикалық орындықтан секіру	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. 5-10 см биіктігі зат арқылы жерде жатқан жалпақ	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Алысқа лақтыру Бір орында тұрып аяқтың ұшына

	10:00 - 10:15 10:25 11:50	түсіп саппен жүру Аланның бір жағынан аланның екінші жағына Мақсаты. балаларды бір - біріне соғылмай жүгіруге. «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы. Конькиші жүрісін имитациялау Жануарлар жүрісімен жүгіру Мақсаты. тізені жоғары көтеріп жүруге,тирелендеп жүгіруге үйрету.	Аланның бір жағынан аланның екінші жағына Мақсаты. балаларды бір - біріне соғылмай жүгіруге. «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. 5-10 см биіктігі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру Бөрене арқылы орындық аяқтары арасымен еңбектеу Мақсаты. балаларды бір - біріне соғылмай жүгіруге, белгі бойынша қозғалуға үйрету; кеңістікті дұрыс бағдарлауларын дамыту «Құлпына» ересек топ Тақырыбы. Ұсақ және алшақ	Доғалар астымен еңбектеу Мақсаты. секіру кезінде дұрыс қонуға үйрету. «Ақжелкен»мектепалды топ Тақырыбы. Конькиші жүрісін имитациялау Жануарлар жүрісімен жүгіру Мақсаты. тізені жоғары көтеріп жүруге,тирелендеп жүгіруге үйрету.	құрсауға секіру Бөрене арқылы орындық аяқтары арасымен еңбектеу Мақсаты. балаларды бір - біріне соғылмай жүгіруге, белгі бойынша қозғалуға үйрету; кеңістікті дұрыс бағдарлауларын дамыту «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Алысқа лақтыру Бір орында тұрып аяқтың ұшына көтерілу және тепе-теңдік сақтап тұру. Мақсаты. тепе-теңдік сақтап аяқтың ұшымен жүруге үйрету.	көтерілу және тепе-теңдік сақтап тұру. Мақсаты. тепе-теңдік сақтап аяқтың ұшымен жүруге үйрету «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Допты қабырғаға лақтыру. Мақсаты. допты қабырғаға лақтырып, қайта қағып алуға үйрету. «Ақжелке»мектепалды топ Тақырыбы. Бір-біріне допты лақтырып, қағып алу Қолды желкеге қойып жүру. Мақсаты. Дене бітімінің дұрыс дамып қалыптасуына назар аударатырып, жаттығуларды дұрыс орындау дағдысын қалыптастыру, «Ақбота»мектепалды топ
--	---	--	---	--	--	--

		адымдап жүру.Алға, кері жүгіру Мақсаты.адымдарын өзгертіп жүруге,ойлау қабілетін дамытуға. «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы. (10 рет) бір орында секіру Жіптің астынан еңбектеу Мақсаты. қимыл үйлесімділігін сезіне білуін дамыту, жаттығу кезінде денені түзу, тік ұстай білуге дағдыландыру..		«Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. (10 рет) бір орында секіру Жіптің астынан еңбектеу Мақсаты. қимыл үйлесімділігін сезіне білуін дамыту, жаттығу кезінде денені түзу, тік ұстай білуге дағдыландыру.	Тақырыбы. Бір-біріне допты лақтырып ,қағып алу Қолды желкеге қойып жүру. Мақсаты. Дене бітімінің дұрыс дамып қалыптасуына назар аудара отырып, жаттығуларды дұрыс орындау дағдысын қалыптастыру,
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.Атрибуттармен ойнату.			
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау.Желдету жұмыстарын жүргізу.Папкаларды дұрыстау.Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.			
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.Педкеңеске дайындық.			
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.			

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Ақпан Іапта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты. Балаларды күн сайын таңертең дене жаттығуын жасауға дағдырландыру.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №21 күралмен	Картатека №21 күралмен	Картатека №21 күралмен	Картатека №21 күралмен	Картатека №21 күралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №21 күралмен	Картатека №21 күралмен	Картатека №21 күралмен	Картатека №21 күралмен	Картатека №21 күралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №21 күралмен	Картатека №21 күралмен	Картатека №21 күралмен	Картатека №21 күралмен	Картатека №21 күралмен
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Күрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15 - 10:00 10:00 - 10:15 10:25	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Нық қадаммен алға.Әр түрлі бағыттарда Мақсаты. Балаларды шапшандыққа ептілікке тәрбиелеу «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы. Белгі бойынша бір	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы. Нық қадаммен алға.Әр түрлі бағыттарда Мақсаты. Балаларды шапшандыққа ептілікке тәрбиелеу «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Бір аяқтан бір аяққа	«Құлпынай»ересек топ Тақырыбы. Бір орында тұрып оңға, солға бұрылып секіру, Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағанда еңбектеу.50 см доғаның . Мақсаты. Бір-біріне	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы.Бір аяқтан бір аяққа секіру Еденде тігінен жатқан құрсаудан еңбектеу Мақсаты. «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Көлденен нысанаға ,алысқа лақтыру Тура	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Көлденен нысанаға ,алысқа лақтыру Тура Дәлдік пен

	11:50	қатармен бір-бірлеп жүру. Заттарды аттап өтіп бір-бірден бір қатарда жүгіру. Мақсаты. Қосымша тапсырмалар орындап жүгіруге дағдыландыру.	секіру Еденде тігінен жатқан құрсаудан еңбектеу Мақсаты. Еденнен екпінмен серпіле бір аяқпен секіруге үйрету. «Құлпына» ересек топ Тақырыбы. Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, Жетекшінің ауысуымен, қарқынды жүгіру Мақсаты. Бір-бірлеп тізбекте жүру білігін және жүгіру дағдысын бекіту; «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру. Құрсауларды айналдырып, олардың ішімен өту еңбектеу Мақсаты. Бір орыннан секіртпемен	соқтығыспай, тепе-теңдік сақтап, екпінмен серпіле секіруге, еңбектеуге үйрету «Ақжелкен» мектеп алды топ Тақырыбы. Белгі бойынша бір қатармен бір-бірлеп жүру. Заттарды аттап өтіп бір-бірден бір қатарда Мақсаты.. Қосымша тапсырмалар орындап жүгіруге дағдыландыру	жолмен, тақтай бойымен жүру Мақсаты: Тізені бүкпей, аяқты түзу нық басып жүруге. Дәлдік пен жылдамдыққа баулу». «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру. Құрсауларды айналдырып, олардың ішімен өту еңбектеу Мақсаты. Бір орыннан секіртпемен секіруге жаттықтыру. Тепе-теңдікті сақтау және бағдарлай білу біліктерін дамыту.	жылдамдыққа баулу». «Құлпынай» ересек топ. Тақырыбы. Допты бір-біріне төменнен лақтыру Арқанмен, гимнастикалық орындықпен, жүру Мақсаты. Гимнастикалық орындық үстімен жүріп, оң, сол жақпен допты еденге қос қолмен қағып ала жүруді үйрету. «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы. 4 м арақашықтықтан қапшықты тік нысанаға иықтан асырып лақтыру. Арқан, жіптің бойымен басына қапшықты қойып жүру Мақсаты. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. 4 м арақашықтықтан
--	-------	---	--	---	--	---

			секіруге жаттықтыру. Тепе-теңдікті сақтау және бағдарлай білу біліктерін дамыту.			қапшықты тік нысанаға иықтан асырып лақтыру.Арқан,жіпті ң бойымен басына қапшықты қойып жүру Мақсаты.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау.Желдету жұмыстарын жүргізу.Папкаларды дұрыстау.Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушыл ық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Ақпан Папта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты. Балаларға таңертеңгілік жаттығуларды жасату арқылы, балалардың белсенділігін арттыру, қимыл-қозғалыстарын жетілдіру, балаларды жылдамдыққа, шапшаңдыққа үйрету.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				

Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №22 құралсыз	Картатека №22 құралсыз	Картатека №22 құралсыз	Картатека №22 құралсыз	Картатека №22 құралсыз
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №22 құралсыз	Картатека №22 құралсыз	Картатека №22 құралсыз	Картатека №22 құралсыз	Картатека №22 құралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №22 құралсыз	Картатека №22 құралсыз	Картатека №22 құралсыз	Картатека №22 құралсыз	Картатека №22 құралсыз
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15 - 10:00 10:00 - 10:15 10:25 11:50	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Нық қадаммен артқа Жылдам (10-20м) жүгіру Мақсаты. Балаларға нық қадаммен жүруге, жүгіру кезінде бір-біріне кедергі жасамауларын қадағалау «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Екінші жаққа бұрылу арқылы жүру Тізені жоғары көтере отырып жүгіру.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Нық қадаммен артқа Жылдам (10-20м) Мақсаты. Балаларға нық қадаммен жүруге, жүгіру кезінде бір-біріне кедергі жасамауларын қадағалау «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Тура секіру. Доғаның астымен еңбектеу Мақсаты. Балаларды тура секіруге, доға астымен еңбектеуге үйрету.	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Аяқты бірге, алшақ қойып, Жоғары көтерілген арқанның, Мақсаты. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Екінші жаққа бұрылу арқылы жүру Тізені жоғары көтере отырып Мақсаты: Екінші жаққа бұрылу арқылы жүру Тізені	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Тура секіру Доғаның астымен еңбектеу Мақсаты: Балаларды тура секіруге, доға астымен еңбектеуге үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Тура нысанаға оң және сол қолмен нысанаға көздеп лақтыру. Тартылған жіптен аттап өту. (Биіктігі 10-15 см).	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Тура нысанаға оң және сол қолмен нысанаға көздеп лақтыру. Тартылған жіптен аттап өту. (Биіктігі 10-15 см). Мақсаты. балаларға нысанаға дәлдеп лақтыруға, мергендікті дамытуға үйрету. «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы: Басынан асыра лақтыру және оны қағып алу Тақтаймен, гимнастикалық орындықпен жүру Мақсаты: допты қос қолмен ұстап шеңберге

		Мақсаты: Оң және сол бүйірлерімен жүруге, денелерін тік ұстап аяқтарын жоғары көтеріп жүгіруге үйрету.	астымен еңбектеуге үйрету. «Құлпына» ересек топ Тақырыбы. Жыланға ирелеңдеп жүру Жылдамдатып және ақырын жүгіру Мақсаты. «Жыланша ирелеңдеп белгі бойынша бастауышына ауыстыра жүгіру». «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Ыршып-ыршып секіру. Орындықта н еңбектеп өтуді жүрумен алмастыру Мақсаты: балаларды ептілікке, иілгіштікке үйрету	жоғары көтере отырып жүгіру. Мақсаты: оң және сол бүйірлерімен жүруге, денелерін тік ұстап аяқтарын жоғары көтеріп жүгіруге үйрету.	Мақсаты. балаларға нысанаға дәлдеп лақтыруға, мергендікті дамытуға үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Ыршып-ыршып секіру. Орындықта н еңбектеп өтуді жүрумен алмастыру Мақсаты: балаларды ептілікке, иілгіштікке үйрету	лақтыруды үйрету. Бір-біріне кедергі жасамауларын, арақашықтықты сақтауларын қадағалау. Ұйымшылдық пен ойнап, бір-бірін сыйлауға тәрбиелеу. «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы: Оң, және сол қолдарымен лақтыру Бір жақ жанымен қырындап адымдап жүру Мақсаты: Балаларды сезімталдық пен дәлдікке бейімдеу. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Оң, және сол қолдарымен лақтыру Бір жақ жанымен қырындап адымдап жүру. Мақсаты: Балаларды сезімталдық пен дәлдікке бейімдеу.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету жұмыстарын жүргізу. Папкаларды дұрыстау. Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				

Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Ақпан Шапта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты. Құралмен жаттығу жасау дағдыларын қалыптастыру. Ұйымдасқан түрде жаттығу жасауға үйрету.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №23 құралмен	Картатека №23 құралмен	Картатека №23 құралмен	Картатека №23 құралмен	Картатека №23 құралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №23 құралмен	Картатека №23 құралмен	Картатека №23 құралмен	Картатека №23 құралмен	Картатека №23 құралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №23 құралмен	Картатека №23 құралмен	Картатека №23 құралмен	Картатека №23 құралмен	Картатека №23 құралмен
ҰІӨ-не дайындық	09:20-09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15-10:00	«Жұлдыз» ортаңғы топ	«Балапан» ортаңғы топ	«Құлпынай» ересек топ	«Балапан» ортаңғы топ	«Балапан» ортаңғы топ

	10:00-10:15 10:25-11:50	Тақырыбы:Тізені биіктікке көтеріп Баяу (50-60 сек)жүгіру Мақсаты. Бір-біріне кедергі жасамауларын қадағалау. Ұйымшылдықпен ойнап, бір-бірін сыйлауға тәрбиелеу. «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы:Тізені жоғары көтере отырып секіргіштен аттау жүру Бағытсыз ирелендеп жүгіру Мақсаты: Табан бұлшық еттерін нығайту, дамыту. Дұрыс жүруді талап ету, дене түзелісін қадағалау. Балалардың берілген белгіге назар аудару, қабылдау, шығармашылық қабілеттерін дамыту.	Тақырыбы:Тізені биіктікке көтеріп Баяу (50-60 сек) Мақсаты. Бір-біріне кедергі жасамауларын қадағалау. Ұйымшылдықпен ойнап, бір-бірін сыйлауға тәрбиелеу. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы.Екі аяқпен секіру (аяқтар бірге,алшак) Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу Мақсаты: Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және көлденең шабақтан дұрыс ұстап, төмен түсуді үйрету «Құлпына» ересек топ Тақырыбы:Өрмекшіше жүруЖаттығу жасап жүгіру Мақсаты: Балалардың жылдамдық қасиеттерін дамыту.Баланың спортқа қызығушылығын ояту. «Ақбота» мектепалды топ	Тақырыбы:Біреуін-алға, екіншісін артқа қойып секіру, Тоғаның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеу Мақсаты:Аяқтарын алма кезек алмастырып секіруге,бүйірмен еңбектеуге үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы.Тізені жоғары көтере отырып секіргіштен аттау Бағытсыз ирелендеп Мақсаты: Табан бұлшық еттерін нығайту, дамыту. Дұрыс жүруді талап ету, дене түзелісін қадағалау. Балалардың берілген белгіге назар аудару,	Тақырыбы.Екі аяқпен секіру (аяқтар бірге,алшак) Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу Мақсаты: Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және көлденең шабақтан дұрыс ұстап, төмен түсуді үйрету «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы:Допты тәрбиешіден 1-1,5марақашықтыққа лақтыру Гимнастикалық орындықта бүйірімен жүру Мақсаты:Ысқырық бойынша допты қашықтыққа лақтыруғ,гимнастик алық орындық үстімен тепе теңдікті сақтап жүруге үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ	Тақырыбы:Допты тәрбиешіден 1-1,5марақашықтыққа лақтыру Гимнастикалық орындықта бүйірімен жүру Мақсаты: Ысқырық бойынша допты қашықтыққа лақтыруғ,гимнастик алық орындық үстімен тепе теңдікті сақтап жүруге үйрету. «Құлпынай»ересек топ Тақырыбы:Берілген бағытта допты домалату. Бөренемен жүру Мақсаты:Балаларды дәлдікке мергендікке баулу. Допты қос қолмен домалату әдістерін меңгерту. «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы:Допты еденге
--	---------------------------------------	---	--	---	---	---

			Тақырыбы. Бір аяқтан екінші аяққа алға айналдыраотырып және ыршып секіру 3-4 доғаның астынан еңбектеу Мақсаты: Балалардың жылдамдық қасиеттерін дамыту. Баланың спортқа қызығушылығын ояту.	қабылдау, шығармашылық қабілеттерін дамыту.	Тақырыбы. Бір аяқтан екінші аяққа алға айналдыраотырып және ыршып секіру 3-4 доғаның астынан еңбектеу Мақсаты: Балалардың жылдамдық қасиеттерін дамыту. Баланың спортқа қызығушылығын ояту.	ыршытып, қос қолмен қағып алу Гимнастикалық орындық үстімен арақашықтығы баладан екі қадам қашықтықта қойылған доптар арасымен жүру Мақсаты: Гимнастикалық отырғыштың үстімен жүруге үйрету. Негізгі дене сапаларын – шапшаңдық, ептілікті дамыту. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Допты еденге ыршытып, қос қолмен қағып алу Гимнастикалық орындық үстімен арақашықтығы баладан екі қадам қашықтықта қойылған доптар арасымен жүру
--	--	--	---	--	---	---

						Мақсаты: Гимнастикалық отырғыштың үстімен жүруге үйрету. Негізгі дене сапаларын – шапшаңдық, ептілікті дамыту.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету жұмыстарын жүргізу. Папкаларды дұрыстау. Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Ақпан IV апта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
-------------	--	----------	----------	----------	----------	------

Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты. Балаларға ертеңгілік көңіл күй, көтеріңкі сезім сыйлау. Баланы ептілікке, белсенділікке тәрбиелеу. Жүру, жүгірудің түрлерін меңгерту. жасау дағдыларын қалыптастыру Құралмен жаттығу жасау дағдыларын қалыптастыру. Ұйымдасқан түрде жаттығу жасауға үйрету.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №24құралсыз	Картатека №24құралсыз	Картатека №24құралсыз	Картатека №24құралсыз	Картатека №24құралсыз
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №24құралсыз	Картатека №24құралсыз	Картатека №24құралсыз	Картатека №24құралсыз	Картатека №24құралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №24құралсыз	Картатека №24құралсыз	Картатека №24құралсыз	Картатека №24құралсыз	Картатека №24құралсыз
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15 - 10:00 10:00 - 10:15 10:25 - 11:50	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Кері жүру Қарқынды жүгіру Мақсаты. Тепе теңдікті сақтап ,бір біріне кедергі жасамай кері жүруге, қарқынды жүгіруге үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Доптан аттап бір жанымен 2 мин .дейін заттар арасымен үздіксіз жүгіру	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Кері жүру Қарқынды жүгіру Мақсаты. Тепе теңдікті сақтап ,бір біріне кедергі жасамай кері жүруге, қарқынды жүгіруге үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Тереңдікке секіру (15-20см) Төмен түсу өрмелеу Мақсаты.	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Бір орында тұрып секіру Таяқтың астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру Мақсаты. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Доптан аттап бір жанымен 2 мин .дейін заттар	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Тереңдікке секіру (15-20см) Төмен түсу өрмелеу. Мақсаты. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Үлкен допты екі қолмен арқаннан, тордан өткізе лақтыру Гимнастикалық орындықта қолды желкеге қойып жүру. Мақсаты. «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Допты қақпаға домалату Басқа қапшық қойып	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Үлкен допты екі қолмен арқаннан, тордан өткізе лақтыру Гимнастикалық орындықта қолды желкеге қойып жүру Мақсаты.

		мақсаты	«Құлпына» ересек топ Тақырыбы.Қаздарша жүру Жүгіру кезінде жоғары секіру Мақсаты. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы.Алға ,артқа секіру Гимнастикал ық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай өрмелеу мақсаты	арасымен үздіксіз жүгіру мақсаты	«Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы.Алға ,артқа секіру Гимнастикал ық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай өрмелеу мақсаты	,бөрене үстімен жүру Мақсаты. «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы.Допты еденге ыршытып,қос қолмен қағып алу Гимнастика лық орындық үстімен арақашықтығы баладан екі қадам қашықтықта қойылған доптар арасымен жүру мақсаты «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы.Допты еденге ыршытып,қос қолмен қағып алу Гимнастика лық орындық үстімен арақашықтығы баладан екі қадам қашықтықта қойылған доптар арасымен жүру мақсаты
--	--	---------	---	----------------------------------	--	---

Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету жұмыстарын жүргізу. Папкаларды дұрыстау. Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Наурыз Іапта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты.Таңғы жаттығу кезінде қимыл-қозғалыстарын жетілдіру, балаларды жылдамдыққа, шапшаңдыққа үйрету.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеа алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №25құралмен	Картатека №25құралмен	Картатека №25құралмен	Картатека №25құралмен	Картатека №25құралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №25құралмен	Картатека №25құралмен	Картатека №25құралмен	Картатека №25құралмен	Картатека №25құралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №25құралмен	Картатека №25құралмен	Картатека №25құралмен	Картатека №25құралмен	Картатека №25құралмен
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15 - 10:00 10:00 - 10:15	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Қолды айналдыра жүру Жеңіл жүгіру Мақсаты: Бір-бірлеп тізбекте	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Қолды айналдыра жүру Жеңіл жүгіру Мақсаты: Бір-бірлеп тізбекте жүру білігін	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Затты жинау арқылы орнынан жоғары секіру Бөрене	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Аяқпен алма кезек жеңіл секіру Гимнастикалы қабырғаға өрмелеу және одан төмен түсу	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Құм салынған дорбашаның астынан қос қолмен тік нысанға лақтыру

	10:25 11:50	жүру білігін және жүгіру дағдысын бекіту; «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы: Кегілдер арасымен отыра жүру. Жылдамдыққа жүгіру. Мақсаты:кеглдерді құлатпай арасымен жүруді,жылдамдыққа жүгіруге үйрету.	және жүгіру дағдысын бекіту; «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы:Аяқпен алма кезек жеңіл секіру Гимнастикалы қабырғаға өрмелеу және одан төмен түсу.,еңбектеу Мақсаты: Аяқпен алма кезек жеңіл секіруге үйрету. Еденнен бір аяқпен екпінмен серпіле секіріп, екінші аяққа тұруды бекіту. Табан бұлшық еттерін нығайту, дамыту. «Құлпына» ересек топ Тақырыбы:Бытырап қосымша қадаммен алға жүру Жай қарқында үздіксіз жүгіру Мақсаты: Дұрыс жүруді талап ету, дене түзелісін қадағалау. Балалардың берілген белгіге назар аудару, қабылдау,	гимнастикалық орындық арқылы еңбектеп өту Мақсаты. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Кегілдер арасымен отыра жүру. Жылдамдыққа жүгіру Мақсаты: кеглдерді құлатпай арасымен жүруді,жылдамдыққа жүгіруге үйрету.	Мақсаты: Аяқпен алма кезек жеңіл секіруге үйрету. Еденнен бір аяқпен екпінмен серпіле секіріп, екінші аяққа тұруды бекіту. Табан бұлшық еттерін нығайту, дамыту. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы.Құм салынған дорбашаның астынан қос қолмен тік нысанға лақтыру Еденде қойылған жалпақ шығыршық үстімен жүру Мақсаты: Балаларды тепе-теңдікті сақтай білугешы.ыршықтың үстімен өтуге үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы:Бір орында және 6-8м қашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру Гимнастикалық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай	Еденде қойылған жалпақ шығыршық үстімен жүру Мақсаты: Балаларды тепе-теңдікті сақтай білугешы.ыршықтың үстімен өтуге үйрету. «Құлпынай»ересек топ Тақырыбы:Допты екі қолымен басынын асыра және бір қолымен кедергі арқылы лақтыру Қырлы тақтаймен жүру Мақсаты: Балаларды дәлдікке мергендікке баулу. Допты қос қолмен лақтыру әдістерін меңгерту «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы:Тізерлеп тұрып допты бір-біріне қос қолымен басынан асыра лақтыру.
--	----------------	---	--	--	---	---

			шығармашылық қабілеттерін дамыту. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы: Бір орында және 6-8м қашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру Гимнастикалық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай бір және бірнеше тәсілмен өрмелеу Жылдамдыққа Мақсаты: Алға қарай қос аяқпен секіруге, гимнастикалық қабырғаға басына дейін шығуға үйрету.		бір және бірнеше тәсілмен өрмелеу Мақсаты: Алға қарай қос аяқпен секіруге, гимнастикалық қабырғаға басына дейін шығуға үйрету.	Гимнастикалық қ орындық үстінде жүру Мақсаты: Балаларды бірлікке, татулыққа, ептілікке тәрбиелеу. Тәрбиешінің берген белгісіне көңіл аудару білуге үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Тізерлеп тұрып допты бір-біріне қос қолмен басынан асыра лақтыру. Гимнастикалық қ орындық үстінде жүру Мақсаты: Балаларды бірлікке, татулыққа, ептілікке тәрбиелеу. Тәрбиешінің берген белгісіне көңіл аудару білуге үйрету.
Серуендеу			Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау. Атрибуттармен ойнату.			

Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау.Желдету жұмыстарын жүргізу.Папкаларды дұрыстау.Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.Педкеңеске дайындық.
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Наурыз Папта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты. Балаларға таңертеңгілік жаттығуларды жасату арқылы, балалардың белсенділігін арттыру.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №26 құралсыз	Картатека №26 құралсыз	Картатека №26 құралсыз	Картатека №26 құралсыз	Картатека №26 құралсыз
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №26 құралсыз	Картатека №26 құралсыз	Картатека №26 құралсыз	Картатека №26 құралсыз	Картатека №26 құралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №26 құралсыз	Картатека №26 құралсыз	Картатека №26 құралсыз	Картатека №26 құралсыз	Картатека №26 құралсыз
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				

			қабілеттерін дамыту. «Құлпына» ересек топ Тақырыбы.Бытырап қосымша қадаммен алға жүру Жай қарқында үздіксіз жүгіру Мақсаты.Балаларды бір-бірлеп жүгіруге, ирелеңдеп жүруге, секіріп, шашырап жүруге, жүгіруге жаттықтыру. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы.40см қашықтықта қойылған жіптердің оң және сол аяқты алмастырып отырып аттап жүру Кегілдер арасымен отыра жүгіру Мақсаты. Балаларды бір-бірлеп жүгіруге, ирелеңдеп жүруге,		отырып аттап жүру Кегілдер арасымен отыра жүгіру Мақсаты. Шыдамдылыққа, ұқыптылыққа тәрбиелеу.	лақтыру Басқа дорбаша қойып гимнастикалық орындық үстімен жүру Мақсаты. Балаларды тепе-теңдікті сақтай білуге, кедергілерді қозғамай еңбектеп өтуге үйрету. Ептілікке баулу. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы.Допты қос қолмен лақтыру Басқа дорбаша қойып гимнастикалық орындық үстімен жүру Мақсаты. Балаларды тепе-теңдікті сақтай білуге, кедергілерді қозғамай еңбектеп өтуге үйрету. Ептілікке баулу.
--	--	--	--	--	--	---

		секіріп, шашырап жүруге, жүгіруге жаттықтыру.			
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.Атрибуттармен ойнату.			
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау.Желдету жұмыстарын жүргізу.Папкаларды дұрыстау.Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.			
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.Педкеңеске дайындық.			
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.			

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Наурыз Шапта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты.дене бітімін дұрыс ұстауға үйрету.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №27 құралмен	Картатека №27 құралмен	Картатека №27 құралмен	Картатека №27 құралмен	Картатека №27 құралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №27 құралмен	Картатека №27 құралмен	Картатека №27 құралмен	Картатека №27 құралмен	Картатека №27 құралмен

Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №27 құралмен	Картатека №27 құралмен	Картатека №27 құралмен	Картатека №27 құралмен	Картатека №27 құралмен
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15 - 10:00 10:00 - 10:15 10:25 11:50	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Кішкентай қадаммен жүру Белгі бойынша кері жүгіру Мақсаты. Есте сақтау қабілеттерін дамыту. Дене бітімдерінің дұрыс қалыптасуын қадағалау. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Иықты тік ұстап жүру Жүрумен алмастыра отырып 100-120м қашықтыққа жүгіру Мақсаты. Жаттығу ережелерін және жаттығуларды толық орындауға үйрету. Шыдамдылыққа,	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Кішкентай қадаммен жүру Белгі бойынша кері жүгіру Мақсаты. Есте сақтау қабілеттерін дамыту. Дене бітімдерінің дұрыс қалыптасуын қадағалау. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Төмпешіктер үстінен тізені жоғары көтеріп, еденнен екпінмен секіру Белгі бойынша жылдамдыққа еңбектеу Мақсаты. Негізгі дене сапаларын – шапшаңдық, ептілікті дамыту. «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Шет жағына жүру	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Қолға доп алып секіру Жұп болып еңбектеу Мақсаты. Допты қабырғаға ұрыды, еденнен ыршытып, қос қолмен қағып алу үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Иықты тік ұстап жүру Жүрумен алмастыра отырып 100-120м қашықтыққа жүгіру Мақсаты. Жаттығу ережелерін және жаттығуларды	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Төмпешіктер үстінен тізені жоғары көтеріп, еденнен екпінмен секіру Белгі бойынша жылдамдыққа еңбектеу Мақсаты. Негізгі дене сапаларын – шапшаңдық, ептілікті дамыту. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Кішкентай доптарды себетке жинау Құм толтырылған қапшықты басына қойып жүру Мақсаты. Балалардың шапшаңдық, жүгіру, секіру, жылдамдық қасиеттерінің дамыту	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Кішкентай доптарды себетке жинау Құм толтырылған қапшықты басына қойып жүру Көлбеу тақтайда жоғары-төмен жүру Мақсаты. Сап жаттығуларын менгерту. Бұрылу

		ұқыптылыққа тәрбиелеу.	Кедергілер арасымен жүгіру Мақсаты. Қосымша тапсырмалар орындап жүгіру, қуғыншылардан жалтара қашуға үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Екпінмен биікке секіру Арқаға қапшық қойып еңбектеу Мақсаты. Дене-тұлғасын дұрыс қалыптасуына арналған гимнастикалық жаттығуларды орындауды үйрету.	толық орындауға үйрету. Шыдамдылыққа, ұқыптылыққа тәрбиелеу.	«Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Екпінмен биікке секіру Арқаға қапшық қойып еңбектеу. Мақсаты. Дене-тұлғасын дұрыс қалыптасуына арналған гимнастикалық жаттығуларды орындауды үйрету.	түрлерімен таныстыру және үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Допты қабырғаға лақтырып ,қағып алу Еңкейтілген тақтай үстімен денені түзу ұстап жүгіру. Мақсаты. Балаларға тақтайшамен орындалатын жаттығуларды үйрету. Спортқа деген қызығушылықтары н дамыту. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Допты қабырғаға лақтырып ,қағып алу Еңкейтілген тақтай үстімен денені түзу ұстап жүгіру. Мақсаты. Балаларға тақтайшамен
--	--	------------------------	--	---	--	--

						орындалатын жаттығуларды үйрету. Спортқа деген қызығушылықтары н дамыту.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.Атрибуттармен ойнату.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау.Желдету жұмыстарын жүргізу.Папкаларды дұрыстау.Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.Педкеңеске дайындық.				
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Наурыз VIапта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты.балаларды ұйымшылдыққа ,достыққа тәрбиелеу.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен»	08.30	Картатека №28құралсыз	Картатека №28құралсыз	Картатека №28құралсыз	Картатека №28құралсыз	Картатека №28құралсыз

«Ақбота»						
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №28құралсыз	Картатека №28құралсыз	Картатека №28құралсыз	Картатека №28құралсыз	Картатека №28құралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №28құралсыз	Картатека №28құралсыз	Картатека №28құралсыз	Картатека №28құралсыз	Картатека №28құралсыз
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15 - 10:00 10:00 - 10:15 10:25 11:50	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Қолға доп алып жүру Ұшақ болып жүгіру Мақсаты. Күш, жылдамдық, ептілік қасиеттерің дамыту «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Аяқтың ұшымен жүруге және секіріп жүру Белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (20м) жүгіру Мақсаты.: Балалардың өз бетінше жасалатын қозғалыстық қызметін тұрақты қолдап отыру, есте	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Қолға доп алып жүру Ұшақ болып жүгіру Мақсаты. Күш, жылдамдық, ептілік қасиеттерің дамыту «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Тізелерін е құм толтырылған қапшықты қысып секіру Еңбектеп допты баспен итеру Мақсаты. Ұқыптылыққа, шыдамдылыққа тәрбиелеу. «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Ішкі жағымен жүру	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Аяқты қосып, ашып, қолды шапалақтап секіру Гимнастик алық қабырғаға өрмелеу Мақсаты. Бір орыннан секіруге жаттықтыру. Тепе-теңдікті сақтау және бағдарлай білу біліктерін дамыту. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Аяқтың ұшымен жүруге және секіріп жүру Белгіленген	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Тізелерін е құм толтырылған қапшықты қысып секіру Еңбектеп допты баспен итеру Мақсаты. Ұқыптылыққа, шыдамдылыққа тәрбиелеу. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Түсіне қарай себетке лақтыру Кедір-бүдір тақтай үстімен жүру Мақсаты.: Күш, жылдамдық, ептілік қасиеттерің дамыту «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Екпінмен ұзындыққа секіру	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Түсін е қарай себетке лақтыру Кедір-бүдір тақтай үстімен жүру Мақсаты.: Күш, жылдамдық, ептілік қасиеттерің дамыту «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Құм толтырылған қапшықты алысқа лақтыру, қайта алып келу Гимнастик алық орындық үстімен қолды желкеге қойып жүру

		сақтау қабілеттерін дамыту.	Тізеге отырып жүгіру Мақсаты. тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. Иық, мойын бұлшықеттерін, қол мен аяқ қимыл үйлесімділігін дамыту. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Екпінмен ұзындыққа секіру Қырынан қойылған тақтайшалары арасынан еңбектеу Мақсаты. балалары ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша, мәтіннің сөзіне сай қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру, зейіндерін, байқағыштықтарын, жүгіру дағдыларын дамыту.	н жерге дейін жылдамдыққа (20м) жүгіру Мақсаты.: Балалардың өз бетінше жасалатын қозғалыстық қызметін тұрақты қолдап отыру, есте сақтау қабілеттерін дамыту.	Қырынан қойылған тақтайшалары арасынан еңбектеу Мақсаты. балалары ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша, мәтіннің сөзіне сай қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру, зейіндерін, байқағыштықтарын, жүгіру дағдыларын дамыту.	Мақсаты. Балалардың өз бетінше жасалатын қозғалыстық қызметін тұрақты қолдап отыру, есте сақтау қабілеттерін дамыту. «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы. Белгі бойынша ұзындыққа лақтыру Еденде созылып жатқан тақтай үстімен бір бүйірмен адымдап жүру Мақсаты. Ептілікке және ұқыптылыққа тәрбиелеу. Есте сақтау қабілеттерін дамыту. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Белгі бойынша ұзындыққа
--	--	-----------------------------	--	---	---	---

						лақтыру Еденде созылып жатқан тақтай үстімен бір бүйірмен адымдап жүру Мақсаты. Ептілікке және ұқыптылыққа тәрбиелеу. Есте сақтау қабілеттерін дамыту.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.Атрибуттармен ойнату.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау.Желдету жұмыстарын жүргізу.Папкаларды дұрыстау.Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.Педкеңеске дайындық.				
Ұйымдастырушылы қ сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Сәуір Іапта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты. Балаларға ертеңгілік көңіл күй, көтеріңкі сезім сыйлау.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Кортатека№29құрал мен	Кортатека№29құрал мен	Кортатека№29құрал мен	Кортатека№29құрал мен	Кортатека№29құрал мен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Кортатека№29құрал мен	Кортатека№29құрал мен	Кортатека№29құрал мен	Кортатека№29құрал мен	Кортатека№29құрал мен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Кортатека№29құрал мен	Кортатека№29құрал мен	Кортатека№29құрал мен	Кортатека№29құрал мен	Кортатека№29құрал мен
ҰІӨ-не дайындық	09:20-09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15-10:00 10:00-10:15	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Аяқты алға созып, аяқты ұшына, өкшеге қоя жүру Бояу қарқында жүгіру /40секунд/.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Аяқты алға созып, аяқты ұшына, өкшеге қоя жүру Бояу қарқында жүгіру /40секунд/.	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Биіктігі 5-10 см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Орындықта тұрып қосарланып қос аяқпен секіру Жыланша орындықтар арасымен еңбектеу Мақсаты.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Допты бір-біріне лақтыру, ұстап алу Еденнен бір шеті 20см биіктікке көтерілген көлбеу тақтай үстімен жүру

	10:2 5 11:5 0	Мақсаты. түзу бағытта жүре білуге үйрету. «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы. Тізені бүкпей аяқты нық басып жүру. 20-30 м қашықтықта жарыстырып жүгіру Мақсаты. жылдамдыққа, ептілікке тәрбиелеу	Мақсаты. түзу бағытта жүре білуге үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Орындықта тұрып қосарланып қос аяқпен секіру Жыланша орындықтар арасымен еңбектеу Мақсаты. «Құлпынай»ересек топ Тақырыбы. Жүруді жүгірумен алмастыру 50-60 метрге жүгіру Мақсаты. түзу бағытта жүре білуге үйрету. Әдіс-тәсілі: көрсету, «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Бөстек арқылы алға қос аяқпен оң, сол бүйірімен секіру Орындықтан еңбектеп өту.	төмен кезектескен қадаммен өрмелеу Мақсаты. сызықты аттап секіруге, қабырғаға өрмелеуді үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Тізені бүкпей аяқты нық басып жүру. 20-30 м қашықтықта жарыстырып жүгіру Мақсаты: жылдамдыққа, ептілікке тәрбиелеу	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Допты бір-біріне лақтыру, ұстап алу Еденнен бір шеті 20см биіктікке көтерілген көлбеу тақтай үстімен жүру Мақсаты. допты лақтыра білуге үйрету Көрнекілігі: доптар «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Бөстек арқылы алға қос аяқпен оң, сол бүйірімен секіру Орындықтан еңбектеп өту. Мақсаты. сызықты аттап секіруге, бір бүйірмен шығыршық ішімен өте білуге үйрету	Мақсаты. допты лақтыра білуге үйрету Көрнекілігі: доптар «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Допты жоғары лақтыру Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 топ арқылы кезекпен қолдың түрлі қалпымен аттап өту Мақсаты.тепе-теңдікті сақтап жүруге үйреті. «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы. 3-4 метр қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыру Гимнастикалық орындық үстімен жүріп, оң, сол жақпен допты еденге қос қолмен қағып ала жүру
--	------------------------	--	--	--	--	---

			Мақсаты. сызықты аттап секіруге, бір бүйірмен шығыршық ішімен өте білуге үйрету			Мақсаты. дәлдеп көздей білуге үйрету «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. 3-4 метр қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыру Гимнастикалық орындық үстімен жүріп, оң, сол жақпен допты еденге қос қолмен қағып ала жүру Мақсаты. дәлдеп көздей білуге үйрету
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.3 0 13.0 0	Жабдықты тазалау. Желдету жұмыстарын жүргізу. Папкаларды дұрыстау. Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.0 0 14.3 0	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	14.3 0 16.3 0	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Сәуір Папта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты. Баланы ептілікке, белсенділікке тәрбиелеу.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеа алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Кортатека№30құралмен	Кортатека№30құралмен	Кортатека№30құралмен	Кортатека№30құралмен	Кортатека№30құралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Кортатека№30құралмен	Кортатека№30құралмен	Кортатека№30құралмен	Кортатека№30құралмен	Кортатека№30құралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Кортатека№30құралмен	Кортатека№30құралмен	Кортатека№30құралмен	Кортатека№30құралмен	Кортатека№30құралмен
ҰІӨ-не дайындық	09:20-09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал үшін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15-10:00 10:00-10:15	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Денені түзу ұстап жүру Бір қатармен бір-біріне кедергі жасамай жүгіру Мақсаты. бір қалыпта жүруге,жүгіруге үйрету.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Денені түзу ұстап жүру Бір қатармен бір-біріне кедергі жасамай жүгіру Мақсаты. бір қалыпта жүруге,жүгіруге үйрету.	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Ұзындыққа секіру Оң аралықтан сол аралыққа ауысу Мақсаты. ұзындыққа секіруге үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Биіктіктен қос аяқпен секіру (5-10 см). Белгі бойынша еңбектеу және кері еңбектеу Мақсаты. орындық аяқтары арасынан	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Отырып (арақашықтығы 50-100 см), допты бір-біріне домалату Еденнен бір шеті 20см биіктікке көтерілген көлбеу тақтай үстімен жүру Мақсаты. тепе теңдікті сақтап жүруге үйрету.

	10:2 5 11:5 0	«Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы. Жүгіруді жай жүрумен алмастыру. Қайталамалы жүгіру Мақсаты. белгі бойынша жүру жүгіруді дамыту.	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Биіктіктен қос аяқпен секіру (5-10 см). Белгі бойынша еңбектеу және кері еңбектеу Мақсаты. орындық аяқтары арасынан еңбектей білуге үйрету Күтілетін нәтиже «Құлпына»ересек топ Тақырыбы. Секірумен кезектестіріп жүру 5 метрден 3 рет жүгіру Мақсаты. секіру кезінде демді қалыпты ұстауға үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Қысқа секіртпемен алға қарай қос аяқпен секіру. Көлденең	Тақырыбы. Жүгіруді жай жүрумен алмастыру. Қайталамалы жүгіру Мақсаты. белгі бойынша жүру жүгіруді дамыту.	еңбектей білуге үйрету Күтілетін нәтиже «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Отырып (арақашықтығы 50-100 см), допты бір-біріне домалату Еденнен бір шеті 20см биіктікке көтерілген көлбеу тақтай үстімен жүру Мақсаты. тепе теңдікті сақтап жүруге үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Қысқа секіртпемен алға қарай қос аяқпен секіру. Көлденең керілген жіптің немесе таяқтың астынан еңбектеп өту Мақсаты. арқан астымен еңбектей білуге, бөрене үстімен тепе-	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Еденге ұру және оны екі қолмен қағып алу, Түрлі жағдайда тепе-теңдікті сақтау Мақсаты. тепе теңдікті сақтап жүруді үйрету. «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы. Нысанаға затты дәл лақтыру Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 топ арқылы кезекпен қолдың түрлі қалпымен аттап өту Мақсаты. көздеуге, дәлдікке үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Нысанаға затты дәл лақтыру Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 топ арқылы кезекпен қолдың түрлі қалпымен аттап өту
--	------------------------	--	---	--	---	---

		керілген жіптің немесе таяқтың астынан еңбектеп өту Мақсаты. арқан астымен еңбектей білуге, бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүре білуге үйрету	теңдікті сақтап жүре білуге үйрету	Мақсаты. көздеуге, дәлдікке үйрету.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.		
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.3 0 13.0 0	Жабдықты тазалау. Желдету жұмыстарын жүргізу. Папкаларды дұрыстау. Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.		
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.0 0 14.3 0	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.		
Ұйымдастырушылық сәттері	14.3 0 16.3 0	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.		

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Сәуір Шапта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
-------------	--	----------	----------	----------	----------	------

Таңғы жаттығуға дайындық	08.2 5	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты. Жүру, жүгірудің түрлерін меңгерту.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.3 0	Кортатека№31 құрал мен	Кортатека№31 құрал мен	Кортатека№31 құрал мен	Кортатека№31 құрал мен	Кортатека№31 құрал мен
Ересек «Құлпынай»	08.4 0	Кортатека№31 құрал мен	Кортатека№31 құрал мен	Кортатека№31 құрал мен	Кортатека№31 құрал мен	Кортатека№31 құрал мен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.5 0	Кортатека№31 құрал мен	Кортатека№31 құрал мен	Кортатека№31 құрал мен	Кортатека№31 құрал мен	Кортатека№31 құрал мен
ҰІӨ-не дайындық	09:2 0- 09:3 0	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:1 5- 10:0 0 10:0 0- 10:1 5 10:2 5 11:5 0	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Қолды жоғары көтеріп Оң жақ бүйірмен және сол жақ жүгіру Мақсаты. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап жүруге және жүгіруге үйрету; жаттықтыру «Ақбота» мектеп алды топ	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Қолды жоғары көтеріп Оң жақ бүйірмен және сол жақ Мақсаты. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап жүруге және жүгіруге үйрету; жаттықтыру «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Бір сызықтан қос	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Қос аяқтап заттар арасымен Гимнастика лық қабырғаға мініп түсу Мақсаты. жылдамдыққа, ептілікке тәрбиелеу «Ақжелкен» мектеп алды топ Тақырыбы. Өкшемен жүру Жіпті ұстап	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Бір сызықтан қос аяқпен секіру Беліге дейін еңбектеу Мақсаты. заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Құм салынған қапшықты (50см арақашықтықта) шеңберге лақтыру Тақтай	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Құм салынған қапшықты (50см арақашықтықта) шеңберге лақтыру Тақтай үстімен тепе- теңдікті сақтап жүру Мақсаты. тепе- теңдікті сақтап жүруге үйрету. «Құлпынай» ересек топ

		Тақырыбы. Өкшемен жүру Жіпті ұстап тұрып, шебердің бойымен жүгіру. Мақсаты. Жүру түрлерін меңгерту. Қимыл-қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру. Өмірлік маңызы бар дағдылар мен біліктерін дамыту. Бірлікке баулу.	аяқпен секіру Беліге дейін еңбектеу Мақсаты. заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. «Құлпына» ересек топ Тақырыбы. Бағытты, қарқынды өзгертіп жүру Орташа қарқынмен жүгіру Мақсаты. Жүруге ,жүгіруге үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру. Гимнастикал ық орындықтың үстінде еңбектеп жүру, шетіне жеткенде түзу тұрып, еденге жеңіл секіріп түсу Мақсаты. секіріп қону кезінде тепе теңдік сақтап түсуге үйрету	тұрып, шебердің бойымен жүгіру. Мақсаты. Жүру түрлерін меңгерту. Қимыл-қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру. Өмірлік маңызы бар дағдылар мен біліктерін дамыту. Бірлікке баулу.	үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру Мақсаты. тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру. Гимнастикал ық орындықтың үстінде еңбектеп жүру, шетіне жеткенде түзу тұрып, еденге жеңіл секіріп түсу Мақсаты. секіріп қону кезінде тепе теңдік сақтап түсуге үйрету	Тақырыбы. Допты жерге ұру. Оң және сол аяққа тұрып тепе теңдікті сақтау Мақсаты. допты лақтыра білуге үйрету. «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы. Допты еденге ұрып соғуға «Қарлығаш» жаттығуын орындау Мақсаты. дәлдеп көздей білуге үйрету. тепе-теңдікті сақтай білуге үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Допты еденге ұрып соғуға «Қарлығаш» жаттығуын орындау Мақсаты. дәлдеп көздей білуге үйрету. тепе-теңдікті сақтай білуге үйрету.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.				

Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.3 0 13.0 0	Жабдықты тазалау. Желдету жұмыстарын жүргізу. Папкаларды дұрыстау. Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.0 0 14.3 0	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.
Ұйымдастырушылық сәттері	14.3 0 16.3 0	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Сәуір VI апта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.2 5	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты. Құралмен жаттығу жасау дағдыларын қалыптастыру. Ұйымдасқан түрде жаттығу жасауға үйрету.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.3 0	Кортатека №32 құрал мен	Кортатека №32 құрал мен	Кортатека №32 құрал мен	Кортатека №32 құрал мен	Кортатека №32 құрал мен
Ересек «Құлпынай»	08.4 0	Кортатека №32 құрал мен	Кортатека №32 құрал мен	Кортатека №32 құрал мен	Кортатека №32 құрал мен	Кортатека №32 құрал мен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.5 0	Кортатека №32 құрал мен	Кортатека №32 құрал мен	Кортатека №32 құрал мен	Кортатека №32 құрал мен	Кортатека №32 құрал мен

ҰІӨ-не дайындық	09:20-09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15-10:00 10:00-10:15 10:25 11:50	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Қолды желкеге қойып Тізені жоғары көтеріп Мақсаты. түзу бағытта,тізені көтеріп жүре білуге үйрету. Әдіс-тәсілі: көрсету, түсіндіру «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы. Түзу жүру, аяқты сермеп жүру. Түрлі жаттығу жасап жүгіру Мақсаты. түзу бағытта жүре білуге үйрету. Әдіс-тәсілі: көрсету	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Қолды желкеге қойып Тізені жоғары көтеріп Мақсаты. түзу бағытта,тізені көтеріп жүре білуге үйрету. Әдіс-тәсілі: көрсету, түсіндіру «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Секіртпемен секіру Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу Мақсаты. «Құлпынай»ересек топ Тақырыбы. Қолды жоғары көтеріп жүру Кедергілер өту арқылы жүгіру. Мақсаты. жүруден, жүгіруге ауыса білуге, қапшықты	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Сызықтан аттап секіру Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеу Мақсаты. тепе теңдікті сақтауға,заттарды аттап секіруге үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Түзу жүру, аяқты сермеп жүру. Түрлі жаттығу жасап жүгіру Мақсаты. түзу бағытта жүре білуге үйрету. Әдіс-тәсілі: көрсету	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Секіртпемен секіру Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу Мақсаты. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Допты бір қолмен лақтыру. Тақтай үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру Мақсаты. допты жоғары лақтырып қағып ала білуге үйрету «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Заттарды дәлдеп алысқа лақтыру Кедір –бұдыр тақтай үстімен жүру Мақсаты. дәлдеп көздей білуге үйрету. тепе-теңдікті сақтай білуге үйрету. «Ақжелке» мектепалды топ	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Допты бір қолмен лақтыру. Тақтай үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру Мақсаты. допты жоғары лақтырып қағып ала білуге үйрету «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Биіктігі 5-10 см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру Табан мен

			нысанаға лақтыра білуге үйрет «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Биіктігі 5-10 см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру Табан мен алақанға сүйене отырып еңбектеу Мақсаты. заттар үстімен секіруге, қол күшін дамытуға.		алақанға сүйене отырып еңбектеу Мақсаты. заттар үстімен секіруге, қол күшін дамытуға.	Тақырыбы. Допты волейбол торына лақтыру. Сызықтар арасымен жүру Мақсаты. допты жоғары лақтырып қағып ала білуге, сызықтың арасымен жүруге үйрету «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Допты волейбол торына лақтыру. Сызықтар арасымен жүру Мақсаты. допты жоғары лақтырып қағып ала білуге, сызықтың арасымен жүруге үйрету
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.3 0 13.0 0	Жабдықты тазалау. Желдету жұмыстарын жүргізу. Папкаларды дұрыстау. Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.0 0 14.3 0	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				

Ұйымдастырушы лық сәттері	14.3 0 16.3 0	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.
------------------------------	------------------------	--

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Мамыр Іапта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты. Балаларды күн сайын таңертең дене жаттығуын жасауға дағдыландыру.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Кортатека №33құралсыз	Кортатека №33құралсыз	Кортатека №33құралсыз	Кортатека №33құралсыз	Кортатека №33құралсыз
Ересек «Құлпынай»	08.40	Кортатека №33құралсыз	Кортатека №33құралсыз	Кортатека №33құралсыз	Кортатека №33құралсыз	Кортатека №33құралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Кортатека №33құралсыз	Кортатека №33құралсыз	Кортатека №33құралсыз	Кортатека №33құралсыз	Кортатека №33құралсыз
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15 - 10:00 10:00 - 10:15	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Жүруді жүгірумен, секірумен алмастыра жүру Қалыпты жүгіру	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Жүруді жүгірумен, секірумен алмастыра жүру Қалыпты жүгіру Мақсаты. балаларға түрлі	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Биіктен секіру Швед қабырғасына өрмелеу Мақсаты.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Алға ұмтыла секіру Көлденең және көлбеу орындықта төрттандап еңбектеу. Сызықтар арасымен (10 см	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Доптарды, құрсауларды домалату. Арқанмен, гимнастикалық орындықпен, жүру Мақсаты. ептілікке, шапшаңдылыққа, тепе-

	10:25 11:50	Мақсаты.балаларға түрлі жүгіруді ,секіруменіжүруді қалыптастыру. «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы. Жартылай отырып жүру 20-30 м қашықтықта жарыстырып жүгіру Мақсаты.жартылай отырып денені тік ұстап жүруге дағдырлану.	жүгіруді ,секіруменіжүруді қалыптастыру. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Алға ұмтыла секіру Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу. Сызықтар арасымен(10 см арақашықтық) сызықпен жүргізу Мақсаты. еңбектеуге,тепе теңдікті сақтауға үйрету «Құлпына»ересек топ Тақырыбы. Қозғалыс бағытын өзгертіп Заттарды аттап жүгіру. Мақсаты.ысқырық белгісі бойынша	«Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Жартылай отырып жүру 20-30 м қашықтықта жарыстырып жүгіру Мақсаты. жартылай отырып денені тік ұстап жүруге дағдырлану.	арақашықтық) сызықпен жүргізу Мақсаты. еңбектеуге,тепе теңдікті сақтауға үйрету «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Доптарды, құрсауларды домалату. Арқанмен, гимнастикалық орындықпен, жүру Мақсаты.ептілікке ,шапшаңдылыққа,тепе-теңдікті сақтауға үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Бір орында тұру және кедергілер арқылы секіру. Гимнастикалық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай бір және бірнеше тәсілмен өрмелеу	теңдікті сақтауға үйрету. «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Допты қабырғаға лақтыру Заттардан аттап жүру Мақсаты. допты лақтыра білуге үйрету. «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы. Секіру арқылы допты лақтыру Гимнастикалық орындық үстімен жүріп, оң, сол жақпен допты еденге қос қолмен қағып ала жүру Мақсаты.тепе –теңдікті сақтауға,шапшаңдылыққа,ептілікке ,қағып алуға үйреті. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Секіру арқылы допты лақтыру Гимнастикалық орындық үстімен жүріп, оң, сол жақпен допты еденге қос қолмен қағып ала жүру
--	----------------	--	--	---	---	---

		бағытын өзгертіп жүгіруге үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Бір орында тұру және кедергілер арқылы секіру. Гимнастикалық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай бір және бірнеше тәсілмен өрмелеу Мақсаты. секіру техникасын үйрену, ептілікті, қол күшін дамыту.		Мақсаты. секіру техникасын үйрену, ептілікті, қол күшін дамыту.	Мақсаты. тепе – теңдікті сақтауға, шапшаңдылыққа, ептілікке, қағып алуға үйреті.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.			
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету жұмыстарын жүргізу. Папкаларды дұрыстау. Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.			
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.			
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.			

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Мамыр Папта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты. Балаларға ертеңгілік көңіл күй, көтеріңкі сезім сыйлау				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Кортатека №34құралмен	Кортатека №34құралмен	Кортатека №34құралмен	Кортатека №34құралмен	Кортатека №34құралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Кортатека №34құралмен	Кортатека №34құралмен	Кортатека №34құралмен	Кортатека №34құралмен	Кортатека №34құралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Кортатека №34құралмен	Кортатека №34құралмен	Кортатека №34құралмен	Кортатека №34құралмен	Кортатека №34құралмен
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15 - 10:00 10:00 - 10:15 10:25 11:50	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, Жетекшінің ауысуымен, қарқынды жүгіру Мақсаты. жүруден, жүгіруге ауыса білуге, «Ақбота» мектепалды топ	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, Жетекшінің ауысуымен, қарқынды жүгіру Мақсаты. жүруден, жүгіруге ауыса білуге,	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Орнынан биіктікке Өрмелеп шығып екінші қабырғаға өту. Мақсаты. гимнастикалық қабырғамен өрмелей білуге үйрету . «Ақжелкен» мектепалды топ	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Бір орындатұрып оңға, солға бұрылып секіру, Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағанда еңбектеу. 50 см доғаның, Мақсаты. Доғаның астынан еңбектей білуге үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Допты бір-біріне төменнен лақтыру. Арқанмен, гимнастикалық қорындықпен, жүру Мақсаты. Тепе – теңдікті сақтауға, допты жоғары лақтырып қағып ала білуге үйрету. «Құлпынай» ересек топ

		Тақырыбы. Аяқты алшақ басып созылып жүру Қайталама жүгіру Мақсаты. денені тік ұстауға, үш қайтара жүгіруге үйрету.	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Бір орында тұрып оңға, солға бұрылып секіру, Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағанда еңбектеу. 50 см доғаның, Мақсаты. Доғаның астынан еңбектей білуге үйрету. «Құлпына» ересек топ Тақырыбы. Шапшаң Түрлі қарқында жүгіру. Мақсаты. берілген белгіні тыңдап, орындай білуге үйрету	Тақырыбы. Аяқты алшақ басып созылып жүру Қайталама жүгіру Мақсаты. денені тік ұстауға, үш қайтара жүгіруге үйрету.	Тақырыбы. Допты бір-біріне төменнен лақтыру. Арқанмен, гимнастикалық орындықпен, жүру Мақсаты. Тепе – теңдікті сақтауға, допты жоғары лақтырып қағып ала білуға үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Шығыршықтан шығыршыққа дейін ұзындыққа секіру. Гимнастикалық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай бір және бірнеше тәсілмен өрмелеу Мақсаты. гимнастикалық қабырғамен өрмелей білуге үйрету.	Тақырыбы. Допты қағып алу Басқа қапшық қойып жүру Мақсаты. Тепе – теңдікті сақтауға, допты жоғары лақтырып қағып ала білуға үйрету. «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы. Секіру арқылы допты лақтыру Гимнастикалық орындық үстімен жүріп, оң, сол жақпен допты еденге қос қолмен қағып ала жүру Мақсаты. тепе – теңдікті сақтауға, шапшаңдылыққа, ептілікке, қағып алуға үйреті. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Секіру арқылы допты лақтыру Гимнастикалық орындық үстімен жүріп, оң, сол жақпен допты еденге қос қолмен қағып ала жүру Мақсаты. тепе – теңдікті сақтауға, шапшаңдылыққа
--	--	---	--	---	---	---

		жылдамдыққа, ептілікке тәрбиелеу «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Шығыршықтан шығыршыққа дейін ұзындыққа секіру. Гимнасти калық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай бір және бірнеше тәсілмен өрмелеу Мақсаты. гимнастикалық қабырғамен өрмелей білуге үйрету .			,ептілікке ,қағып алуға үйреті.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.			
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау.Желдету жұмыстарын жүргізу.Папкаларды дұрыстау.Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.			
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.			

Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.
--------------------------	----------------	--

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Мамыр Шапта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты. Балаларға таңертеңгілік жаттығуларды жасату арқылы, балалардың белсенділігін арттыру, қимыл-қозғалыстарын жетілдіру, балаларды жылдамдыққа, шапшаңдыққа үйрету.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Кортатека №35 құралсыз	Кортатека №35 құралсыз	Кортатека №35 құралсыз	Кортатека №35 құралсыз	Кортатека №35 құралсыз
Ересек «Құлпынай»	08.40	Кортатека №35 құралсыз	Кортатека №35 құралсыз	Кортатека №35 құралсыз	Кортатека №35 құралсыз	Кортатека №35 құралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Кортатека №35 құралсыз	Кортатека №35 құралсыз	Кортатека №35 құралсыз	Кортатека №35 құралсыз	Кортатека №35 құралсыз
ҰІӨ-не дайындық	09:20 - 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15 - 10:00	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Аяқтың Сыртқы жағымен жүру. Жылдамдаты	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Аяқтың Сыртқы жағымен жүру. Жылдамдатып және ақырын жүгіру	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. 20см биіктікке секіру. Көлбеу басқышпен өрмелеу Мақсаты. секіруге, өрмелеу ге дағдырлану.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Аяқты бірге, Алшақ қойып, Жоғары	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Басынан асыра Лақтыру және оны

	10:00 - 10:15 10:25 11:50	п және ақырын жүгіру Мақсаты. түзу бағытта жүре білуге үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Оң және сол аяққа иіліп жүру Қайталама жүгіру Мақсаты. түзу бағытта жүре білуге үйрету.	Мақсаты. түзу бағытта жүре білуге үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Аяқты бірге, Алшақ қойып, Жоғары Көтерілген арқанның, астымен еңбектеу. Мақсаты. арқанның астынан еңбектей білуге үйрету . «Құлпына» ересек топ Тақырыбы. Қадам алмастыра Кедергілерден өттіп жүгіру Мақсаты. түзу бағытта жүре білуге үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Секіріп баскетбол себетіне қол жеткізу. Табан мен алақанға сүйене отырып еңбектеу Мақсаты. еңбектей білуге үйрету. жоғары секіруге үйрету.	«Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Оң және сол аяққа иіліп жүру Қайталама жүгіру Мақсаты. түзу бағытта жүре білуге үйрету.	Көтерілген арқанның, астымен еңбектеу. Мақсаты. арқанның астынан еңбектей білуге үйрету «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Басынан асыра Лақтыру және оны қағып алу Бөренемен жүру Мақсаты. допты жоғары лақтырып қағып ала білуге тепе – теңдікті сақтап жүруге үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Секіріп баскетбол себетіне қол жеткізу. Табан мен алақанға	қағып алу Бөренемен жүру Мақсаты. допты жоғары лақтырып қағып ала білуге , тепе – теңдікті сақтап жүруге үйрету. «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Допты жоғары лақтырып екі қолмен қағып алу Басқа қапшық қойып қолды екі жаққа созып жүру. Мақсаты. допты жоғары лақтырып қағып ала білуге үйрету. «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы. Допты волейбол торына лақтыру. Сызықтар арасымен жүру
--	---	--	--	--	--	---

					сүйене отырып еңбектеу Мақсаты. еңбектей білуге үйрету. жоғары секіруге үйрету.	Мақсаты. ойын шартын түсініп ойнай білуге үйрету «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Допты волейбол торына лақтыру. Сызықтар арасымен жүру Мақсаты. ойын шартын түсініп ойнай білуге үйрету.
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау. Желдету жұмыстарын жүргізу. Папкаларды дұрыстау. Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: КМҚК «№140 бөбекжай – балабақшасы»

Жоспардың құрылу кезеңі: Мамыр IVапта

Күн тәртібі		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Таңғы жаттығуға дайындық	08.25	Таңғы жаттығуға дайындық Мақсаты. Таңертеңгі жаттығу балалардың сауықтыру мен тәрбиелеудегі бағалы құрал болып табылады.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Кортатека№36құрал мен	Кортатека№36құрал мен	Кортатека№36құрал мен	Кортатека№36құрал мен	Кортатека№36құрал мен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Кортатека№36құрал мен	Кортатека№36құрал мен	Кортатека№36құрал мен	Кортатека№36құрал мен	Кортатека№36құрал мен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Кортатека№36құрал мен	Кортатека№36құрал мен	Кортатека№36құрал мен	Кортатека№36құрал мен	Кортатека№36құрал мен
ҰІӨ-не дайындық	09:20-09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15-10:00 10:00-10:15 10:25-11:50	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Ішкі жағымен жүру Жүгіру кезінде жоғары секіру Мақсаты. жүгіру кезінде тапсырмаларын орындау.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Ішкі Жағымен жүру Жүгіру кезінде Жоғары секіру Мақсаты. жүгіру кезінде тапсырмаларын орындау.	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Отырып секіру Доға астымен еңбектеу Мақсаты. доғаның астынан еңбектей білуге «Ақжелкен» мектепалды топ	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Бір орында тұрып секіру Таяқтың астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру Мақсаты. Таяқтың астымен еңбектей білуге үйрету	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Допты қақпаға домалату Басқа қапшық қойып ,бөрене үстімен жүру Мақсаты. бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүре білуге үйрету

		«Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Екі қатармен тұрып жүру 20-30м жарыстыра жүгіру Мақсаты. жылдамдыққа, ептілікке үйрету.	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Бір Орында тұрып секіру Таяқтың астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру Мақсаты. Таяқтың астымен еңбектей білуге, бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүре білуге үйрету «Құлпына» ересек топ Тақырыбы. Заттарды аттап жүру Баяу жүгіру Мақсаты. түзу бағытта жүре білуге үйрету. Әдіс-тәсілі: көрсе «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Секіріп баскетбол себетіне қол жеткізу. Табан мен алақанға сүйене отырып еңбектеу	Тақырыбы. Екі қатармен тұрып жүру 20-30м жарыстыра жүгіру Мақсаты. жылдамдыққа, ептілікке үйрету.	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Допты Қақпаға домалату Басқа қапшық қойып, бөрене үстімен жүру Мақсаты. бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүре білуге үйрету «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Секіріп баскетбол себетіне қол жеткізу. Табан мен алақанға сүйене отырып еңбектеу Мақсаты. еңбектей білуге үйрету. жоғары секіруге үйрету.	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Басынан асыра лақтыру Басқа қапшық қойып қолды желкеге қойып жүру. Мақсаты. тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы. Допты волейбол торына лақтыру. Сызықтар арасымен жүру Мақсаты. ойын шартын түсініп ойнай білуге үйрету «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Допты волейбол торына лақтыру. Сызықтар арасымен жүру Мақсаты. ойын шартын түсініп ойнай білуге үйрету
--	--	---	--	--	---	--

			Мақсаты. еңбектей білуге үйрету.жоғары секіруге үйрету.			
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау.				
Спорт залдағы өзіндік жұмыс	12.30 13.00	Жабдықты тазалау.Желдету жұмыстарын жүргізу.Папкаларды дұрыстау.Құрал жабдықтарды іс-әрекетіне дайындау.				
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыс	13.00 14.30	Құжаттармен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу.				
Ұйымдастырушылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				