

2023-2024 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

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

Жоспардың құрылу кезеңі: қыркүйек айы,

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» мектепалды тобы Тақырыбы: Саппен жүгіру. Биіктігі 40см жіптің астынан қолды еденге тигізбей еңбектеу	«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» мектепалды

		секіруге үйрету «Ақбота» ересек тобы Тақырыбы:Сапта бір-бірлеп жүру.8 дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу Мақсаты:Қатарда бір қалыпта жүруге үйрету.Балаларды төрттағандап еңбектеуге үйрету	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Белгілі бір тапсырмаларды орындап жүгіру Кедергілі жазықтың бетімен Мақсаты:кедергілер арасымен өрмелеуге үйрету «Құлпынай» мектеп алды тобы Тақырыбы: Сапта бір қатармен жүру. Бір орында тұрып секіру. Мақсаты:бір орында қос аяқтап секіруге үйрету «Ақбота» ересек тобы Тақырыбы: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру (2–3 рет Мақсаты:бір орында тұрып екі	Мақсаты:жіптің астынан тіземенғана еңбектеуге 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: Тақырыбы: Қос қолмен допты жоғары лақтыру. Заттардан аттап жүру. Мақсаты:заттарды аттап жүруге ,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»ересек тобы Тақырыбы: Заттар арасымен доптарды домалату. Сызықтар арасымен (15 см арақашықтық), тепе-теңдікті Мақсаты:Тепе теңдікті сақтауға үйрету
--	--	--	--	--	---	--

			аяқпен секіруге 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.				

2023-2024 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 10:25	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Сапта бір-бірлеп. Алға қарай ұмтыла секіру. Мақсаты: Алға қарай екпінмен ұмтыла секіруге үйрету.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Сапта бір-бірлеп. Алға қарай ұмтыла секіру. Мақсаты: Алға қарай екпінмен ұмтыла секіруге үйрету.	«Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы: Алға қарай 3-4 қашықтыққа жылжу арқылы секіру. Гимнастикалық орындық үстінде ішпен еңбектеу Мақсаты: алға қарай екпінмен жеңіл	«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. Мақсаты: тура көздеуге, заттарға

	11:50	«Ақбота» ересек топ Тақырыбы: Жүруді жүгірумен алмастырыу. Тақтайда еңбектеу Мақсаты: тура еңбектеуге үйрету	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Сапта бір – бірлеп жүгіру. Еңіс тақтай үстімен еңбектеу. Мақсаты: төрт тағандап еңбектеуге үйрету «Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы: Аяқтың ұшымен жүру. Шашырап жүгіру. Мақсаты: балаларды шашырап жүгіруге, қайта қатармен жүгіруге үйрету «Ақбота» ересек топ Тақырыбы: Тіз ені жоғары	секіруге, қолдың күшін дұрыс пайдалануға 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 «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Алға қарай 3-4 қашықтыққа жылжу арқылы секіру. Гимнастикалық орындық үстінде ішпен еңбектеу	шығуға, тепе-теңдікті сақтауға үйрету. «Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы: Жіптің үстінен допты лақтыру. Шектелген беткей үстімен адымдап жүру. Мақсаты: допты тура лақтыруға, тепе теңдікті сақтап жүруге үйрету. «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы: Жіптің үстінен допты лақтыру. Шектелген беткей үстімен адымдап жүру. Мақсаты: допты тура лақтыруға, тепе теңдікті сақтап жүруге үйрету. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы: Сызықпен, арқанмен, тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру. Допты бір-біріне домалатып лақтыру. Мақсаты: арқанның үстімен тепе-теңдікті
--	-------	--	---	--	---	---

			көтеріп жүгіру, Жүрумен кезектестіре отырып секіру. Мақсаты: кома нда бойынша отырып секіруге үйрету.		Мақсаты: алға қарай екпінмен жеңіл секіруге,қолдың күшін дұрыс пайдалануға үйрету.	сақтап жүруге,допты бір- біріне домалатуды 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.				
Ұйымдастыру шылық сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2023-2024 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 10:00-10:15	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Бірінің артынана бірі жүру. Лентамен еденде 10-20 см қашықтықта жатқан арқаннан секіру. Мақсаты: бірінің артынан жүруге арақашықты	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Бірінің артынана бірі жүру. Лентамен еденде 10-20 см қашықтықта жатқан арқаннан секіру. Мақсаты: бірінің артынан жүруге арақашықты	«Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы: Жұппен жүгіру. Көлбеу басқышпен өрмелеп гимнастикалық қабырғаға өту. Мақсаты: жұппен және дара жүруге, бір заттан	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Бірінің артынана бірі жүгіру. Жол бойымен еңбектеу. Мақсаты: өз жолымен көмексіз тура еңбектеуге үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Доптарды бір-біріне домалату. Гимнастикалық орындық үстінде қолды жоғары көтеру, түсу

	10:25 11:50	сақтауға, жеңіл секіруге үйрету. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы: Жүруді секірумен алмастыру. 2–3 метрлік қашықтықта алға ұмтыла. Мақсаты: жүгіру кезінде түрлі жаттығу үйрету.	сақтауға, жеңіл секіруге үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Бірінің артынана бірі жүгіру. Жол бойымен еңбектеу. Мақсаты: өз жолымен көмексіз тура еңбектеуге үйрету. «Құлпына» мектепалды Тақырыбы: Өкшемен жүру. Тізенің арасына қапшықты қысып секіру. Мақсаты: аяқтың мықтылығын дамыту мектепалды топ «Ақбота» ересек топ Тақырыбы. Кіші және үлкен қадаммен жүгіру. Орындықта көлденеңінен еңбектеу. Мақсаты: еңбектеуге, үлкен және кіші қадаммен жүруге үйрету.	екінші затқа шығуға үйрету. «Ақжелкен» мектепалды Тақырыбы: Өкшемен жүру. Тізенің арасына қапшықты қысып секіру. Мақсаты: аяқтың мықтылығын дамыту мектепалды 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: Жұппен жүгіру. Көлбеу басқышпен өрмелеп гимнастикалық қабырғаға өту. Мақсаты: жұппен және дара жүруге, бір заттан екінші затқа шығуға үйрету.	Мақсаты: ұйымшылдыққа, достыққа, гимнастикалық орындықта қыймыл қозғалысын жасауға үйрету. «Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы: Допты еденнен ыршытып жоғары лақтыру. Аяқ ұшымен жүру. Мақсаты: допты жоғары лақтыру арқылы балалардың ептілігін арттыру. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Допты еденнен ыршытып жоғары лақтыру. Аяқ ұшымен жүру. Мақсаты: допты жоғары лақтыру арқылы балалардың ептілігін арттыру. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы:
--	----------------	--	--	---	---	--

						Допты қағып алу (1,5м қашықтықта) гимнастикалық орындықпен, бөренемен жүру. Мақсаты: Допты қағып алуға ,бөрене үстімен тепе – теңдікті сақтап жүруге дағдырландыру.
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.				

2023-2024 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 10:00- 10:15	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Тізені жоғары көтеріп жүру. Аяқтың ұшымен Мақсаты: Тізені жоғары көтеріп жүруге,аяқтың	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Тізені жоғары көтеріп жүру. Аяқтың ұшымен Мақсаты: Тізені жоғары көтеріп жүруге,аяқтың	«Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы: Бір қатармен жүгіру. Бүйірмен еңбектеу Мақсаты:қатарды бұзбай,жүгіруге,берілген жерге дейін еңбектеуге үйрету.	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы: 10-15 см биіктен секіру Әр түрлі заттардың арасымен Мақсаты: барынша екпінмен жоғары секіруге,қойылған	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Көзбен бағдарлай отырып допты домалату. Заттардан (биіктігі 10-15см)түсу

	10:25 11:50	ұшында жүгіруге үйрету. «Ақбота» Ересек топ Тақырыбы: Басқа қимылдармен кезектестіру. Сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүгіру. Мақсаты:жүгіру кезінде түрлі жаттығуларды жасап жүгіруге үйрету	ұшында жүгіруге үйрету. «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: 10-15 см биіктен секіру Әр түрлі заттардың арасымен Мақсаты:барынша екпінмен жоғары секіруге,қойылған заттардың арасымен еңбектеуге үйрету. «Құлпына» 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.	«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.	заттардың арасымен еңбектеуге үйрету. «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. Бүйірмен еңбектеу Мақсаты:қатарды бұзбай,жүгіруге,берілген жерге дейін еңбектеуге үйрету.	Мақсаты:қойылған заттардың үстінен мңнңп түсуге үйрету. «Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы: Қос қолмен қағып алу 4-5 рет. Орындық үстімен текшелерден аттап жүру Мақсаты:текшелерді аттап өткенде тепе-теңдікті сақтауға 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»
--	----------------	---	---	--	---	---

			«Ақбота» ересек топ Тақырыбы: Қос аяқпен секіру; Құрсаудан еңбектеп өту. Мақсаты: қос аяқтап тепе-теңдікті сақтап секіруге, құрсаулардың еңбектеп ктуге үйрету			ересек топ Тақырыбы: Допты екі қолымен бастан асыра кедергі арқылы лақтыру (2 м қашықтықтан. Қатарға бір-бірден сапқа тұру. Мақсаты: допты жоғары көтеріп лақтыруға, бастан асырып лақтыруға 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.				

2023-2024ж оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

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

Жоспардың құрылу кезеңі:Қазан І-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 дағдырландыру.				
Мектепалды «Ақжелкен»	08.30	Картатека№5 құралмен	Картатека№5 құралмен	Картатека№5 құралмен	Картатека№5 құралмен	Картатека№5 құралмен
«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
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: Аралықты сақтай отырып жүру. Қолмен аяқтың қозғалыстарын үйлестіріп жүгіру.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Аралықты сақтай отырып жүру. Қолмен аяқтың қозғалыстарын үйлестіріп жүгіру. Мақсаты: арақашықтық ты сақтап жүруге үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ	«Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы: Заттарды аттап. Сатыдан үстай отырып қайта түсу. Мақсаты: секіруге, еңбектеуге үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып секіру. Доғаның астымен еңбектеу. Мақсаты: үлкен, кіші доғалардың астынан еңбектеуге үйрету.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату. Шеңберден шеңберге аттау.

		Мақсаты: арақашықтықты сақтап жүруге үйрету. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы. Сапта бір-бірлеп жүру. Түрлі тапсырмалармен жүгіру. Мақсаты: қатар бойымен жүруге, жүгіруге кезінде қолға, аяққа арналған жаттығуларды жасап жүгіруге үйрету.	Тақырыбы: Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып секіру. Доғаның астымен еңбектеу. Мақсаты: үлкен, кіші доғалардың астынан еңбектеуге үйрету. «Құлпына» мектепалды топ Тақырыбы:. Заттарды аттап өту. Түзу бағытта (арақашықтығы 6м) секіру. Мақсаты: заттарды аттау ақылы жүріп өту, түзу бағытта секіруге үйрету. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы: Бір орныда секіру. Табан мен алақанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу Мақсаты: заттардың үстінен аттап өтіп жүгіруге, сатыдан түсуге үйрету.	Тақырыбы. Заттарды аттап өту. Түзу бағытта (арақашықтығы 6м) секіру. Мақсаты: заттарды аттау ақылы жүріп өту, түзу бағытта секіруге 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 ұстай отырып қайта түсу. Мақсаты: заттардың үстінен аттап өтіп жүгіруге, сатыдан түсуге үйрету.	Мақсаты: допты бір-біріне домалату арқылы жұптық жұмысқа, достыққа тәрбиелеу. «Құлпынай» мектеп алды топ Тақырыбы: Допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату. Қосалқы қадаммен арқан бойымен. «Ақжелке» мектеп алды 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.
--	--	---	---	---	---	--

						«Ақбота»Ересек топ Тақырыбы: Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу (1,5 м қашықтықта. Тепе-теңдікті сақтау: қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұру. Мақсаты:қойылған заттарға тигізбей допты домалатуға,арқанн ың 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 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.				

--	--	--

2023-2024ж 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				

Мектепалды «Ақжелкен» «Құлпынай»	08.30	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз
Ересек «Ақбота»	08.40	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 құралсыз	Картатека№6 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. Бағытты өзгерте отырып жүру. Аяқтың ұшымен жүгіру. Мақсаты. белгі бойынша жүгіруге,жүруге үйрету. «Ақбота» ересек топ секірумен, басқа қимылдармен кезектестіру. Шапшаң және баяу қарқынмен. Мақсаты: шапшаң және баяу қарқында жүгіруге үйрету.	«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	«Құлпынай»мектепалды топ Тақырыбы: Қос аяқ заттар арасымен (арақашықтығы4 м). Гимнастикалық орындық астымен еңбектеу. Мақсаты: гимнастикалық орындық үстімен еңбектеуге үйрету «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Түрлі қарқында. Бір сызыққа қойылған заттар арасымен. Мақсаты: заттар арасымен жүгіруге үйрету.	«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»мектепалды топ Тақырыбы: Допты қабырғаға ұрып және.Еденнен ыршытып қос қолмен қағып алу. Өкшені арқанға қойып ,аяқ ұшын еденге қойып жүру.	«Балапан» 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.

		теңдікті сақтауға үйрету. «Құлпына» мектепалды топ Тақырыбы: Түрлі қарқында. Бір сызыққа қойылған заттар арасымен. Мақсаты:заттар арасымен жүгіруге үйрету. «Ақбота»ересек топ Тақырыбы: Оңға солға бұрылып секіруБасқа қап киіп, заттарды аттап өту, бұрылу. Мақсаты:екі жаққа секіруге,басқа қап киіп заттар арасымен өтуге үйрету.		«Ақжелкен»мектепалды топ Тақырыбы: Қос аяқ заттар арасымен (арақашықтығы4 м). Гимнастикалық орындық астымен еңбектеу. Мақсаты:Гимнастикалық орындық астымен еңбектеуге үйрету.	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»ересек топ Тақырыбы: Бастапқы қалыпта дұрыс тұрып, допты лақтыру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша түзелу Мақсаты:белгі бойынша допты 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.

2023-2024ж 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.				
Мектепалды «Ақжелкен» «Құлпынай»	08.30	Картатека №7 құралмен	Картатека №7 құралмен	Картатека №7 құралмен	Картатека №7 құралмен	Картатека №7 құралмен
Ересек «Ақбота»	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)				

			Мақсаты:балаларды бегінi тыңдауға,белгi бойынша жаттығу жасауға т Дағдырландыру. «Ақбота» ересек Тақырыбы: Ұзындыққа секіру. Құрсаулар арасынан еңбектеп өту Мақсаты:бір орында тұрып ұзындыққа секіруге,құрсаулардан өтуге үйрету.			сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып орындықтың үстімен жүру Мақсаты:балаларды көздеуге,нысанаға дәлдеп лақтыруға үйрету. «Ақбота»ересек топ Тақырыбы: Берілген бағытта допты домалату. Музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқында таныс дене жаттығуларын орындау
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.				

2023-2024ж 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.				
Мектепалды «Ақжелкен» «Құлпынай»	08.30	Картатека №8 құралсыз	Картатека №8 құралсыз	Картатека №8 құралсыз	Картатека №8 құралсыз	Картатека №8 құралсыз
Ересек «Ақбота»	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
ҰІӘ-не дайындық	09:20- 09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				

ҮІӘ	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. «Ақбота»ересек топ Тақырыбы: Аяқтың ұшымен жүру. Кегль ойындарына үйрету. Мақсаты: аяқтың ұшымен тепе теңдікті сақтап жүруге 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. «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. «Құлпына»мектепалды топ Тақырыбы: Қозғалыс бағытты өзгерту. Кедергілерден өту арқылы. Мақсаты: жүгіру кезінде бағыттарын ауыстырып жүгіруге	«Құлпынай» мектепалды Тақырыбы: Қос аяқпен секіру; Құрсаудан еңбектеп өту. «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 еңбектеуге үйрету. Мақсаты: заттар үстімен сееіріп жүруге үйрету «Жұлдыз»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» мектепалды топ Тақырыбы: Асықты дәлдеп лақтыру. Кедір-бұдыр тақтай үстімен жүру Мақсаты: Балаларға ұлттық ойынға деген қызығушылығын арттыру,дәлдеп лақтыруға үйрету. «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы: Асықты дәлдеп лақтыру. Кедір-бұдыр тақтай үстімен жүру Мақсаты: Балаларға ұлттық ойынға деген қызығушылығын
	10:00-10:15					
	10:25 11:50					

			ғкедергілер арасымен жүгіруге үйрету. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы: Кегілдер арасымен секіріп өту. Гимнастикалық тақтайда өрмелеу Мақсаты:балаларды гимнастикалық тақтайда өрмелеуге,кеглдер арасымен секіруге үйрету.		еңбектеуге үйрету. Мақсаты:заттар үстімен сееіріп жүруге үйрету «Ақжелкен» мектепалды Тақырыбы:Қос аякпен секіру; Құрсаудан еңбектеп өту.	арттыру,дәлдеп лақтыруға үйрету. «Ақбота»ересек топ Тақырыбы: Балалардың доптармен ойындарын жетілдіру. Басқа қап киіп, заттарды аттап өту. Мақсаты:Балаларды доптарды қағып алуғағ сезім мүшелерімен жұмыс жасауғаүйрету.
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.				

2023-2024 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

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

Жоспардың құрылу кезеңі: Қараша І 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 құралмен	Картатека №9 құралмен	Картатека №9 құралмен	Картатека №9 құралмен	Картатека №9 құралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №9 құралмен	Картатека №9 құралмен	Картатека №9 құралмен	Картатека №9 құралмен	Картатека №9 құралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №9 құралмен	Картатека №9 құралмен	Картатека №9 құралмен	Картатека №9 құралмен	Картатека №9 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	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Қол ұстасып жүру. 30-40 сек бойына үзіліссіз жүгіру. Мақсаты: қол ұстап шеңбер	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Қол ұстасып жүру. 30-40 сек бойына үзіліссіз жүгіру. Мақсаты: қол ұстап шеңбер	«Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы: Оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіру. Құрсаудың ішіне кіру (биіктігі 50см) Мақсаты: аяқтарымен кезектестіріп	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Ұзындыққа бір орында тұрып. Ауданы 50х50 см, биіктігі 10 см мінбеге өрмелеу. Мақсаты: екпінмен алға қарай ұзындыққа секіруге үйрету.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Еденге (жерге) қарай төмен лақтыру. Еденге (жерге) қарай төмен лақтыру.

	10:25 11:50	бойымен жүруге үйрету. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы: Сапта бір-бірлеп жүру. 1-1,5 минут ішінде баяу қарқынмен үздіксіз жүгіру Мақсаты: балаларды бір қарқында дұрыс демалып жүгіруге үйрету	бойымен жүруге үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Ұзындыққа бір орында тұрып. Ауданы 50х50 см, биіктігі 10 см мінбеге өрмелеу. Мақсаты: екпіннен алға қарай ұзындыққа секіруге үйрету. «Құлпына» мектепалды топ Тақырыбы: Шашрап жүгіру.. Табиғи жағдайларда кедергілерден өту арқылы жүгіру Мақсаты: шашыра жүгіруге, кедергілер арасымен жүгіруге үйрету. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы: Қатарынан (4-5 рет) жүрелеп, екі қол белде, екі	секіруге, құрсаудың ішіне кіріп еңбектеуге үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Шашрап жүгіру.. Табиғи жағдайларда кедергілерден өту арқылы жүгіру Мақсаты: шашырап жүгіруге, кедергілер арасымен жүгіруге 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.	Мақсаты: допты еденге ұрып ұстап алуға үйрету. «Құлпынай» 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. «Ақжелке» 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. «Ақбота» ересек топ
--	----------------	--	---	---	--	--

		қолды 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.			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.
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.			

2023-2024 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	09:20-09:30	Құрал саймандарды дайындау Спорт зал ішін сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15-10:00 10:00-10:15	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Арқаннан ұстап жүру. Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы: Арқаннан ұстап жүру. Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу. Мақсаты: арқанмен түзу жүруге үйрету.	«Құлпынай» мектеп алды топ Тақырыбы: Биіктікке секіру. Көлбеу басқышқа шығу. Мақсаты: жоғары секіруге үйрету.	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы: Аяқпен неғұрлым күшті серпіле секіру. Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта еңбектеу.	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы: Допты қағып алу. Төбешікке және төмпешіктен жүгіріп түсу. Мақсаты: допты қағып алуға үйрету. «Құлпынай» мектепалды.топ

	10:25 11:50	Мақсаты:арқан мен түзу жүруге үйрету. «Ақбота» » ересек топ Тақырыбы. Сапта бір-бірлеп жүру. 1-1,5 минут ішінде баяу қарқынмен үздіксіз жүгіру Мақсаты.баларды бір қалыпта үздіксіз жүгіруге үйрету	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Аяқпен неғұрлым күшті серпіле секіру. Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта еңбектеу. Мақсаты:төрттаған дап еңбектеуге үйрету. «Құлпына» мектепалды топ Тақырыбы: Заттар арасымен. Түрлі жылдамдықпен-баяу. Мақсаты:балаларды заттар арасымен жүруге.жүгіруге үйрету «Ақбота» 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	«Ақжелкен»мектепалды топ Тақырыбы: Заттар арасымен. Түрлі жылдамдықпен-баяу. Мақсаты:балаларды заттар арасымен жүруге.жүгіруге үйрету	Мақсаты:төрттаған дап еңбектеуге үйрету. «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Допты қағып алу. Төбешікке және төмпешіктен жүгіріп түсу. Мақсаты:допты қағып алуға үйрету. «Ақжелкен»мектепалды топ Тақырыбы: Биіктікке секіру. Көлбеу басқышқа шығу. Мақсаты:жоғары секіруге үйрету.	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. «Ақжелке»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. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы. Допты екі қолмен бастан асыра
--	----------------	---	---	--	---	--

			астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеу. Мақсаты. бүйірлері мен еңбектеуге.отырып тұруға үйрету.			кедергі арқылы лақтыру (2 м қашықтықтан). Ойлы-қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру жүру Мақсаты. тепе-теңдікті сақтауға,допты 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.				

2023-2024 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» ересек топ Тақырыбы. бой түзулігін дұрыс сақтау; Секірумен, басқа қимылдармен	«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	«Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы. 20см дейінгі биіктікке секіру. Доғаның астымен төрт тағандап еңбектеу. Мақсаты. биіктікке секіруге, еңбектеуге үйрету. «Ақжелкен» мектепалды 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	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Көлденең нысанаға лақтыру. Гимнастикалық орындық үстімен қолға арналған қосымша

		кезектестіріп жүгірі. Мақсаты.берілген тапсырмаларды орындауға үйрету.	Мақсаты. жоғары секіруге үйрету. «Құлпына» ересек топ Тақырыбы. бой түзулігін дұрыс сақтау;Секірумен, басқа қимылдармен кезектестіріп жүгірі. Мақсаты. берілген тапсырмаларды орындауға үйрету. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру Заттар арасымен еңбектеу Мақсаты. секіруге ,аяққа нық тұруға үйрету.		тапсырманы орындай жүру 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.	Мақсаты. тепе-теңдікті сақтауға ,бүйірмен жүруге 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» ересек топ Тақырыбы. Алысқа дәлдеп лақтыру.Жіптің үстімен тепе теңдікті сақтап жүру. Мақсаты. алысқа дәлдеп лақтыруға.Жіптің үстімен тепе теңдікті сақтап 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.

2023-2024 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 құралсыз	Картатека №12 құралсыз	Картатека №12 құралсыз	Картатека №12 құралсыз	Картатека №12 құралсыз
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №12 құралсыз	Картатека №12 құралсыз	Картатека №12 құралсыз	Картатека №12 құралсыз	Картатека №12 құралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №12 құралсыз	Картатека №12 құралсыз	Картатека №12 құралсыз	Картатека №12 құралсыз	Картатека №12 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. Жүрелеп жүру Бір- біріне соқтығыспай жүгіру Мақсаты. ара қашықтықты сақтап жүруге үйрету «Ақбота» ересек топ Тақырыбы. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша түзелу Баяу жүгіру Мақсаты.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Жүрелеп жүру.Бір- біріне соқтығыспай жүгіру Мақсаты. ара қашықтықты сақтап жүруге үйрету «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Тереңдікке секіру - аяқты сәл бүгіп, табанды толық жазып.Еденге қойылған тақта бетімен еңбектеу Мақсаты. дұрыс секіруге,тепе теңдікті сақтауға үйрету. «Құлпына» мектепалды топ Тақырыбы. Қадамды алмастыражүру.Жылдам қарқынмен жүгіру Мақсаты. қатарға тұруды,жұптасып тұруды үйрету. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы. жоғары ілінген нәрсеге орнынан секіру арқылы затты жинап өту, Екі-екіден еңбектеу	«Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы. Қолға доп ұстап секіруДоты басымен итеріп еңбектеу Мақсаты. допты қос қолмен қағып алуға үйрету «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Қадамды алмастыражүру.Жылдам қарқынмен жүгіру Мақсаты. қатарға тұруды,жұптасып тұруды үйрету.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Тереңдікке 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. Мақсаты. тепе-теңдікті сақтауға ,бүйірмен жүруге үйрету.тапсырманы орыфндауға үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Допты алысқа, тура нысанға лақтыру; Гимнастикалық орындықтан асып түсу. Мақсаты. тепе-теңдікті сақтауға ,бүйірмен жүруге үйрету.тапсырманы орыфндауға үйрету. «Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы. Қос қолмен допты лақтырып Гимнастикалық орындық үстімен

			Мақсаты дұрыс секіруге,тепе теңдікті сақтауға үйрету.		Тақырыбы. Қолға доп ұстап секіруДоты басымен итеріп еңбектеу Мақсаты. допты қос қолмен қағып алуға үйрету	қолды желкеге қойып жүру Мақсаты. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы. Қабырғаға допты лақтырып,қағып алу.Екі жаққа қолды созып тепе-теңдікті сақтап жүру Мақсаты .
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.				

2023-2024 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				
Мектеа алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №13кұралмен	Картатека №13кұралмен	Картатека №13кұралмен	Картатека №13кұралмен	Картатека №13кұралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №13кұралмен	Картатека №13кұралмен	Картатека №13кұралмен	Картатека №13кұралмен	Картатека №13кұралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №13кұралмен	Картатека №13кұралмен	Картатека №13кұралмен	Картатека №13кұралмен	Картатека №13кұралмен
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: Аяқтың ұшымен жүру. Қол ұстасып шенбер бойы жүгіру Мақсаты: арақашықтықты сақтап жүруге үйрету.	«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 орындық үстінде еңбектеу Мақсаты: еңбектеуге, тепе-теңдікті сақтауға үйрету «Құлпына» мектеп алды топ Тақырыбы: Теріс қараған күйде заттарды аттап жүру. Аяқты-аяққа тақап қойып жүгіру Мақсаты: артқа қарап жүгіруге үйрету «Ақбота» ересек топ Тақырыбы: 20-25 см биіктікке секіру. Құрсаудан еңбектеп өту Мақсаты: биіктікке секіруді, құрсаудан еңбектеуге үйрету.	«Құлпынай» мектеп алды Тақырыбы: Орындықтан секіріп түсу. Қатар тұрған дғалар астымен еңбектеу «Ақжелкен» мектеп алды топ Тақырыбы: Теріс қараған күйде заттарды аттап жүру. Аяқты-аяққа тақап қойып жүгіру Мақсаты: артқа қарап жүгіруге үйрету	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Екі аяқпен зат үстінде секіру. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеу Мақсаты: еңбектеуге, тепе-теңдікті сақтауға 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: жіптен асырып лақтыруға, қағып алуға. «Құлпынай» мектеп алды топ Тақырыбы: Бір қолмен дорбашаны шығыршыққа лақтыру. Арқан үстінде бір қырымен жүру. Мақсаты: нысанаға көздеп лақтыруға үйрету. «Ақжелкен» мектеп алды топ Тақырыбы: Бір қолмен дорбашаны	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Диаметрі 15 см допты қос қолмен бастан асыра жіп арқылы лақтыру. Бір-бірінен 15 см қашықтықта қойылған кірпіштер үстімен жүру. Мақсаты: жіптен асырып лақтыруға, қағып алуға. «Құлпынай» мектеп алды топ Тақырыбы: Бір қолмен дорбашаны
	10:00 - 10:15	«Ақбота» ересек топ Тақырыбы: Сапта бір-бірлеп жүру. Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру Мақсаты: Сапта жүруге, орта жылдамдықта жүгіруге үйрету	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Екі аяқпен зат үстінде секіру. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеу Мақсаты: еңбектеуге, тепе-теңдікті сақтауға үйрету «Құлпына» мектеп алды топ Тақырыбы: Теріс қараған күйде заттарды аттап жүру. Аяқты-аяққа тақап қойып жүгіру Мақсаты: артқа қарап жүгіруге үйрету «Ақбота» ересек топ Тақырыбы: 20-25 см биіктікке секіру. Құрсаудан еңбектеп өту Мақсаты: биіктікке секіруді, құрсаудан еңбектеуге үйрету.	«Құлпынай» мектеп алды Тақырыбы: Орындықтан секіріп түсу. Қатар тұрған дғалар астымен еңбектеу «Ақжелкен» мектеп алды топ Тақырыбы: Теріс қараған күйде заттарды аттап жүру. Аяқты-аяққа тақап қойып жүгіру Мақсаты: артқа қарап жүгіруге үйрету	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Екі аяқпен зат үстінде секіру. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеу Мақсаты: еңбектеуге, тепе-теңдікті сақтауға 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	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Диаметрі 15 см допты қос қолмен бастан асыра жіп арқылы лақтыру. Бір-бірінен 15 см қашықтықта қойылған кірпіштер үстімен жүру. Мақсаты: жіптен асырып лақтыруға, қағып алуға. «Құлпынай» мектеп алды топ Тақырыбы: Бір қолмен дорбашаны

					Тақырыбы: Орындықтан секіріп түсу. Қатар тұрған дғалар астымен еңбектеу	шығыршыққа лақтыру. Арқан үстінде бір қырымен жүру. Мақсаты: нысанаға көздеп лақтыруға үйрету. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы: Оң және сол қолымен көлденең нысанаға лақтыру. Ойлы – қырлы тақтайшамен жүру Мақсаты: Заттард ы 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.				
Ұйымдастырушылы қ сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2023-2024 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

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

Жоспардың құрылу кезеңі: Желтоқсан II-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 үшін 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 қарқынмен жүгіру. Мақсаты: аяқты жоғары	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Өкшесімен жүру. Аттардың қимылын бейнелей, қолды еркін қалыпта ұстап жай, шапшаң қарқынмен жүгіру. Мақсаты: аяқты жоғары	«Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы: Биіктігі 10-20 см заттардан секіру Гимнастикалық орындықта ішпен еңбектеу	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Екпінмен серпіле заттың үстінен секіріп, сәл бүгілген аяқпен жұмсақ жерге қонуға. Гимнастикалық орындықта ішпен еңбектеу	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Допты көлденең нысанаға кеуде тұсынан екі қолмен лақтыру Аяқты-аяққа тақай қойып, алға жылжи жүру. Мақсаты: балаларды дәлдікке үйрету

		көтеріп, денені тік ұстауға үйрету. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы: жүруді жүгірумен, секірумен алмастыра жүру. Шанамен сырғанау Мақсаты: балаларды команданы тыңдауға, белгі бойынша қимылдарын орындауға үйрету.	көтеріп, денені тік ұстауға үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Екпінмен серпіле заттың үстінен секіріп, сәл бүгілген аяқпен жұмсақ жерге қонуға. Гимнастикалық орындықта ішпен еңбектеу Мақсаты: балаларға қолмен тартылып еңбектеуге үйрету «Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы: Әр бұрышта шыр айнала бұрылып жүру, саптан бір бірден жан жаққа тарау. Аяқтың ұшымен өкшемен, белгі бойынша шыр айнала жүгіру Мақсаты: арақашықтықты сақтап жүруге үйрету.	Мақсаты: қолдың күшімен еңбектеуге 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 Мақсаты: арақашықтықты сақтап жүруге үйрету.	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. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Биіктігі 10-20 см заттардан секіру Гимнастикалық орындықта ішпен еңбектеу Мақсаты: қолдың күшімен еңбектеуге үйрету.	«Құлпынай» 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. «Ақжелке» 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. «Ақбота» ересек топ
--	--	--	--	--	---	---

			«Ақбота» 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.			Тақырыбы: 1,5 м қашықтықта тігінен нысанаға дәлдеп лақтыру. Тепе-теңдікті сақтап көлбеу тақтаймен (ені 2 см) жүріп Мақсаты: құм толтырылған қапшықтарды нысанаға 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.				
Серуендеу		Серуен кезіндегі қимылды ойындарды бақылау. Атрибуттармен ойнату.				

2023-2024 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 10:00 - 10:15 10:25 11:50	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Қол ұстасып шеңбер бойымен жүру.Қол мен аяқ қимылын үйлестіре тура шоқырақтап шабу Мақсаты. жүгіру кезінде қол мен аяқтарын дұрыс ұстауын қадағалау. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы: қимылдармен	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы. Қол ұстасып шеңбер 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	«Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы: Екі аяқпен секіру. 3 м Швед қабырғасына өрмелеу. Мақсаты: тепе теңдікті сақтауға,қабырғаға өрмелеуге үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Әр бұрышта шыр айнала бұрылып	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы. Биіктіктен еденге салынған шеңберге секіріп түсу.Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу Мақсаты.балаларды гимнастикалық қабырғаға өрмелеуге,тепе теңдікті сақтауға үйрету. «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Белгі бойынша допты алысқа	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы. Белгі бойынша допты алысқа лақтыру.Беті тегістеліп сүргіленген бөрене үстімен жүру. Мақсаты. денесін тік ұстауға,бөренені сезініп жүруге үйрету. «Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы: Дорбашаны нысанаға дәлдеп лақтыру. Арқан баспалдақтардан түрлі тәсілдермен жүру.

		кезектестіріп жүру. Төбешіктен сырғанау, бір-бірін сырғанату, Мақсаты: сырғанау кезінде қауіпсіздік ережелерін сақтауға қадағалау.	Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу Мақсаты: балаларды гимнастикалық орындықта еңбектеуге, тепе теңдікті сақтауға үйрету. «Құлпына» мектепалды топ Тақырыбы: Өр 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. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы: Қысқа секіртпенмен секіру.	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.	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. Мақсаты: тепе теңдікті сақтауға, қабырғаға өрмелеуге үйрету.	Мақсаты: «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы: Дорбашаны нысанаға дәлдеп лақтыру. Арқан баспалдақтардан түрлі тәсілдермен жүру. Мақсаты: «Ақбота» ересек топ Тақырыбы: Берілген бағытта шайбаны таяқпен домалату, оны қақпаға енгізу Биіктігі 30-35. см) жоғары және төмен жүру мен жүгіру. Мақсаты: жүгіру кезінде қол мен аяқтарын дұрыс ұстауын қадағалау
--	--	--	---	--	---	---

			Аралықтан аралыққа,оңға ,солға ауысып өрмелеу Мақсаты: тепе теңдікті сақтауға,қабырғаға өрмелеуге 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.				
Ұйымдастырушылы қ сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2023-2024 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, шапшаңдыққа 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.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Аю жүрісін салу. Қосымша тапсырмалар орындап жүгіру, «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Алға қарай	«Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы: Тақырыбы: Аяқты қосып,ашып секіру. Қабырғадан екінші қабырғаға өту Мақсаты. балаларды секіру кезінде жеңіл секіруге,аяқты кезек кезек алшақ бірге	«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	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы: Құм толтырылған қапшықты нысана,а лақтыру Гимнастикалық орындық үстімен жүру Кішкентай допты нысанаға дәлдеп

		«Ақбота» ересек топ Тақырыбы: қол мен аяқ қимылын үйлестіріп жүру. Мұзды жолдармен өздігінен сырғанау. Мақсаты. тепе теңдікті сақтап сырғанау ға үйрету.	жылжи отырып қос аякпен жеңіл секіру. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу, екінші қабырғаға өтіп түсу. Мақсаты. өрмелеу кезінде қолдың күшін дамыту, бір қабырғадан екінші қабырғаға өрмелеуді үйрету. «Құлпына» мектепалды топ Тақырыбы: Шапшандыққа, жылдамдыққа, жүру. Жылдам қарқынмен жүгіру Мақсаты: балаларды шапшандылыққа, жылдам жүгіруге үйрету «Ақбота» ересек топ	секіруге үйрету. Өрмелеу кезінде қолдың күшін дамыту, бір қабырғадан екінші қабырғаға өрмелеуді үйрету.. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Шапшандыққа, жылдамдыққа, жүру. Жылдам қарқынмен жүгіру Мақсаты: балаларды шапшандылыққа, жылдам жүгіруге үйрету	екінші қабырғаға өрмелеуді үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы: Құм толтырылған қапшықты нысана, алақтыру Гимнастикалық орындық үстімен жүру Мақсаты: көздеуге, дәлдікке алақтыруды үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ 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..	алақтыру. Басқа дорбаша қойып жүруге Мақсаты: көздеуге, дәлдікке алақтыруды үйрету. «Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы: Кішкентай допты нысанаға дәлдеп алақтыру. Басқа дорбаша қойып жүруге Мақсаты. мергендік сияқты қасиеттерді дамыту, жетілдіру. Жинақылыққа, мақсатқа талпынуға тәрбиелеу. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы: Кішкентай допты нысанаға дәлдеп алақтыру. Басқа дорбаша қойып жүруге Мақсаты. мергендік сияқты
--	--	---	--	---	--	--

			Тақырыбы: Секіртпемен секіру. Гимнастикалық тақтайға өрмелеп шығу. Мақсаты. Секіртпемен секіру жаттығуларын бағалау, дененің жылдамдық, ептілік, иілгіштік, төзімділік күш сапалық қасиетерін дамыту			қасиеттерді дамыту, жетілдіру. Жинақыл ыққа ,мақсатқа талпынуға тәрбиелеу. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы: Шайбаны қағып алу. Еденнен 20-25 см көтерілген баспалдақ тақтайдан, қолдың түрлі қалпымен үрленген доптан аттап өту Мақсаты.
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.				

2023-2024 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

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

Жоспардың құрылу кезеңі:Қантар 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 сүртіп желдету (тәрбиеші көмекшісі)				
ҰІӨ	09:15 - 10:00 10:00 - 10:15	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы: Алаңның бір шетіне екінші шетіне жүгіру. жүгіру кезінде аяқты тырпылдатпай, жеңіл жүгіру.	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы: Алаңның бір шетіне екінші шетіне жүгіру. жүгіру кезінде аяқты тырпылдатпай, жеңіл жүгіру Мақсаты. балаларды бір -	«Құлпынай»ересек топ Тақырыбы: Бір орында тұрып екі аяқпен секіру. Көлденең және көлбеу орындықта төртттағандап еңбектеу. Сызықтар арасымен(10 см	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы: Еденде жатқан жалпақ шығыршыққа секіру. Алақан мен тізеге тіреліп, төртттағандап еңбектеу. Мақсаты. дәлме - дәл орындай білуге, орындау кезінде	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы: Допты еденге ұру және оны шынтақтан сәл бүгілген екі қолмен қағып алу . Еденге қойылған білте тақтайшаларды аттап жүру.

	10:25 11:50	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.	біріне соғылмай жүгіруге «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. «Құлпынай»ересек топ Тақырыбы: Сапта бір-бірден , екеуден, аяқтың ұшымен, өкшемен, жүру Қалыпты жүгіру Мақсаты. балаларды бір - біріне соғылмай жүгіруге.	арақашықтық) сызықпен жүргізу «Ақжелкен»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.	денені әрқашанда түзу ұстап, сергек те 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	Мақсаты. Балаларды дәлдікке, ептілікке баули отырып, 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
--	----------------	---	---	---	---	--

		«Ақбота» мектеп балалар топ 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.		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.	Мақсаты. дәлме - дәл орындай білуге, орындау кезінде денені әрқашанда 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.
--------------------------	----------------	--

2023-2024 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 ішін 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. Мақсаты. жүріс түрлерін үйрету	«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 сақтауға, көтеріңкі көңіл күй сыйлау.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Допты еденге ұру және қағып алу. Еденге салынған жіп үстімен жүру. Мақсаты. допты жерге ұрып, қағып алуға үйрету.

	10:25 11:50	«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.	«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.	«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.				

2023-2024 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

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

Жоспардың құрылу кезеңі: Қаңтар Шапта

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» «Ақбота»	08.30	Картатека №18 құралмен	Картатека №18 құралмен	Картатека №18 құралмен	Картатека №18 құралмен	Картатека №18 құралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №18 құралмен	Картатека №18 құралмен	Картатека №18 құралмен	Картатека №18 құралмен	Картатека №18 құралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №18 құралмен	Картатека №18 құралмен	Картатека №18 құралмен	Картатека №18 құралмен	Картатека №18 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	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Заттарды айналып өтіп жүру.Тоқтай қалып жүгіру. Мақсаты. кедергілер арасымен жүруге,тоқтай қалып команданы тыңдауға үйрету.	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы. Заттарды айналып өтіп жүру.Тоқтай қалып жүгіру. Мақсаты. кедергілер арасымен жүруге,тоқтай қалып команданы тыңдауға үйрету. «Жұлдыз»ортаңғы топ	«Құлпынай»ересек топ Тақырыбы. 10 рет секіру Сызықтар арасымен(10 см арақашықтық) сызықпен еңбектеу «Ақжелкен» мектепалды топ	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы. Тұрған жерінен ұзындыққа секіру Жалаушаға дейін жалпақ сызық бойымен еңбектеу. Мақсаты. екпінмен ұзындыққа секіру,нысанаға дейін еңбектеу. «Жұлдыз»ортаңғы топ	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы. Көлденен нысанаға Түзу сызық үстімен аяқ ұшымен жүру. Мақсаты. төрттағандық еңбектеуге,тепе-теңдік сақтап аяқтың ұшымен жүруге үйрету.

	11:50	«Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы. Жүру барысында жұптасып қайта сапқа тұру Заттардыдың арасына «жыланша» жүгіруге. Мақсаты. .кедергілер арасымен жүруге,тоқтай қалып команданы тыңдауға үйрету.	Тақырыбы. Тұрған жерінен ұзындыққа секіру Жалаушаға дейін жалпақ сызық бойымен еңбектеу. Мақсаты. екпінмен ұзындыққа секіру,нысанаға дейін еңбектеу. «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	Тақырыбы. Жүру барысында жұптасып қайта сапқа тұру Заттардың арасына «жыланша» жүгіруге Мақсаты. .кедергілер арасымен жүруге,тоқтай қалып команданы тыңдауға үйрету.	Тақырыбы. Көлденен нысанаға еңбектеу.Түзу сызық үстімен аяқ ұшымен жүру. Мақсаты. төрттағанда п еңбектеуге,тепе теңдік сақтап аяқтың ұшымен жүруге үйрету. «Ақжелкен»мектепалды топ Тақырыбы. Ұзындыққа секіру Кедергілер арасымен еңбектеу Мақсаты. екпінмен ұзындыққа секіру,нысанаға дейін еңбектеу.	«Құлпынай»ересек топ Тақырыбы. Доптармен, құрсаулармен, ойыншықтармен ойындарын жетілдіру Бір-бірін сырғанату. Мақсаты. Баланың жалпы ойлау қабілеттерін есте сақтау және қабылдауға зейін-нің дамыту. «Ақжелке»мектепалды топ Тақырыбы. Жерде отырып допты домалату Гимнастикалық орындықта оң,сол бүйірімен жүру. Мақсаты. допты домалату арқылы қолдын сезу мүшесін дамыту. «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы. Жерде отырып допты домалату
--	-------	--	---	--	---	--

			Кедергілер арасымен еңбектеу. Мақсаты. екпінмен ұзындыққа секіру, нысанаға дейін еңбектеу.			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.				

2023-2024 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 құралсыз	Картатека №19 құралсыз	Картатека №19 құралсыз	Картатека №19 құралсыз	Картатека №19 құралсыз
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №19 құралсыз	Картатека №19 құралсыз	Картатека №19 құралсыз	Картатека №19 құралсыз	Картатека №19 құралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №19 құралсыз	Картатека №19 құралсыз	Картатека №19 құралсыз	Картатека №19 құралсыз	Картатека №19 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	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Төбешікке шығып жіне төбешіктен түсіп саппен жүру Аланның бір жағынан аланның екінші жағына Мақсаты. балаларды бір -	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Төбешікке шығып жіне төбешіктен түсіп саппен жүру Аланның бір жағынан аланның екінші жағына Мақсаты. балаларды бір -	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Гимнастикалық орындықтан секіру Доғалар астымен еңбектеу Мақсаты. секіру кезінде дұрыс қонуға үйрету.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. 5-10 см биіктігі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру Бөрене арқылы орындық аяқтары	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Алысқа лақтыру Бір орында тұрып аяқтың ұшына көтерілу және тепе- теңдік сақтап тұру. Мақсаты. тепе- теңдік сақтап аяқтың ұшымен жүруге үйрету

	10:25 11:50	біріне соғылмай жүгіруге. «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы. Конькиші жүрісін имитациялау Жануарлар жүрісімен жүгіру Мақсаты. тізені жоғары көтеріп жүруге,тирелендеп жүгіруге үйрету.	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 адымдап жүру.Алға, кері жүгіру Мақсаты.адымдарын өзгертіп	«Ақжелкен»мектепалды топ Тақырыбы. Конькиші жүрісін имитациялау Жануарлар жүрісімен жүгіру Мақсаты. тізені жоғары көтеріп жүруге,тирелендеп жүгіруге үйрету.	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. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. (10 рет) бір орында секіру Жіптің	«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 Тақырыбы. Бір-біріне допты лақтырып ,қағып алу Қолды желкеге қойып жүру.
--	----------------	--	---	---	---	---

			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..		астынан еңбектеу Мақсаты. қимыл үйлесімділігін сезіне білуін дамыту, жаттығу кезінде денені түзу, тік ұстай білуге дағдыландыру.	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.				

2023-2024 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. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы.Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, Жетекшінің	«Балапан»ортаңғы топ Тақырыбы.Нық қадаммен алға.Әр түрлі бағыттарда Мақсаты. «Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы.Бір аяқтан бір аяққа секіру Еденде	«Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы.Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру.Құрсауларды айналдырып,олардың ішімен өту еңбектеу Мақсаты. Тепе теңдікті сақтауға,бір	«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 жолмен ,тақтай бойымен жүру Мақсаты. «Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы.4 м арақашықтықтан қапшықты тік

	11:50	ауысуымен, қарқынды жүгіру Мақсаты. демалуды қалыпты ұстауға үйрету	тігінен жатқан құрсаудан еңбектеу Мақсаты. «Құлпына» мектеп алды топ Тақырыбы. Белгі бойынша бір қатармен бір-бірлеп жүру. Заттарды аттап өтіп бір-бірден бір қатарда Мақсаты. демалуды қалыпты ұстауға үйрету «Ақбота» ересек топ Тақырыбы. Бір орында тұрып оңға, солға бұрылып секіру, Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағанда еңбектеу. 50 см доғаның . Мақсаты. Тепе теңдікті сақтауға, бір	қалыпты секіруге үйрету «Ақжелкен» мектеп алды топ Тақырыбы. Белгі бойынша бір қатармен бір-бірлеп жүру. Заттарды аттап өтіп бір-бірден бір қатарда Мақсаты. демалуды қалыпты ұстауға үйрету	жолмен , тақтай бойымен жүру «Ақжелкен» мектеп алды топ Тақырыбы. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру. Құрсауларды айналдырып, олардың ішімен өту еңбектеу Мақсаты. Тепе теңдікті сақтауға, бір қалыпты секіруге үйрету	нысанаға иықтан асырып лақтыру. Арқан, жіптің бойымен басына қапшықты қойып жүру Мақсаты. тепе теңдігін сақтап жүруге үйрету. «Ақжелке» мектеп алды топ Тақырыбы. 4 м арақашықтықтан қапшықты тік нысанаға иықтан асырып лақтыру. Арқан, жіптің бойымен басына қапшықты қойып жүру Мақсаты. «Ақбота» ересек топ. Тақырыбы. Допты бір-біріне төменнен лақтыру Арқанмен, гимнастикалық орындықпен, жүру Мақсаты. тепе теңдігін сақтап жүруге үйрету.
--	-------	---	---	--	--	--

			қалыпты 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.				
Ұйымдастырушылы қ сәттері	14.30 16.30	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау.				

2023-2024 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	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Нық қадаммен артқа Жылдам (10-20м) Мақсаты. арақашықтықты сақтап жүруге үйрету.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Нық қадаммен артқа Жылдам (10-20м) Мақсаты. арақашықтықты сақтап жүруге үйрету.	«Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы. Ыршып-ыршып секіру. Орындықта н еңбектеп өтуді жүрумен алмастыру	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Тура секіру Доғаның астымен еңбектеу Мақсаты. тепе – теңдікті сақтап секіруге үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Көлденең нысанаға, алысқа лақтыру Тура жолмен, тақтай бойымен Мақсаты. тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету

	10:25 11:50	«Ақбота»ересек топ Тақырыбы.Жыланға ирелендеп жүру Жылдамдатып және ақырын жүгіру Мақсаты.	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы.Тура секіру Доғаның астымен еңбектеу Мақсаты.тепе – теңдікті сақтап секіруге үйрету. «Құлпына» мектепалды топ Тақырыбы..Екінші і жакқа бұрылу арқылы жүру Тізені жоғары көтере отырып мақсаты «Ақбота» ересек топ Тақырыбы.Аяқты бірге, алшак қойып, Жоғары көтерілген арқанның, Мақсаты.	мақсаты «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы..Екінші жакқа бұрылу арқылы жүру Тізені жоғары көтере отырып мақсаты	Тақырыбы.Көлденең нысанаға ,алысқа лақтыру Тура жолмен ,тақтай бойымен Мақсаты.тепе-теңдікті сақтап жүруе үйрету «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Ыршып-ыршып секіру.Орындықтан еңбектеп өтуді жүрумен алмастыру мақсаты	«Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы.Оң, және сол қолдарымен лақтыру Бір жак жанымен қырындап адымдап жүру мақсаты «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы.Оң, және сол қолдарымен лақтыру Бір жак жанымен қырындап адымдап жүру мақсаты «Ақбота» ересек топ Тақырыбы.Басынан асыра лақтыру және оны қағып алу Тақтаймен, гимнастикалық орындықп 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.

2023-2024 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

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

Жоспардың құрылу кезеңі: Ақпан ІІІапта

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.				
Таңғы жаттығу		Таңғы жаттығу				
Мектеп алды «Ақжелкен» «Ақбота»	08.30	Картатека №23құралмен	Картатека №23құралмен	Картатека №23құралмен	Картатека №23құралмен	Картатека №23құралмен
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №23құралмен	Картатека №23құралмен	Картатека №23құралмен	Картатека №23құралмен	Картатека №23құралмен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №23құралмен	Картатека №23құралмен	Картатека №23құралмен	Картатека №23құралмен	Картатека №23құралмен
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 биіктікке	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы.Тізені биіктікке көтеріп	«Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы.Бір аяқтан екінші аяққа алға	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы.Екі аяқпен секіру (аяқтар бірге,алшақ)	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы.Допты тәрбиешіден 1-1,5марақашықтыққа

	10:00 - 10:15 10:25 11:50	көтеріпБаяу (50-60 сек) Мақсаты. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы.Өрмекші ше жүру Жаттығу жасап жүгіру Мақсаты.	Баяу (50-60 сек) Мақсаты. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы.Екі аяқпен секіру (аяқтар бірге,алшақ) Гимнастикал ық қабырға бойымен жоғары өрмелеу Мақсаты. «Құлпына» мектепалды топ Тақырыбы.Тізені жоғары көтере отырып секіргіштен аттау Бағытсыз ирелендеп мақсаты «Ақбота» ересек топ Тақырыбы.Біреуін- алға, екіншісін артқа қойып, Тоғаның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеу Мақсаты.	айналдыраотыры п және ыршып секіру 3-4 доғаның астынан еңбектеу мақсаты «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы.Тізені жоғары көтере отырып секіргіштен аттау Бағытсыз ирелендеп мақсаты	Гимнастикал ық қабырға бойымен жоғары өрмелеу Мақсаты. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы.Допты тәрбиешіден 1- 1,5марақашықтыққа лақтыру Гимнастикал ық орындықта бүйірімен жүру Мақсаты. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы.Бір аяқтан екінші аяққа алға айналыраотырып және ыршып секіру 3-4 доғаның астынан еңбектеу мақсаты	лақтыру Гимнастикал ық орындықта бүйірімен жүру Мақсаты. «Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы.Допты еденге ыршытып,қос қолмен қағып алу Гимнастикал ық орындық үстімен арақашықтығы баладан екі қадам қашықтықта қойылған доптар арасымен жүру мақсаты «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы.Допты еденге ыршытып,қос қолмен қағып алу Гимнастикал ық орындық үстімен арақашықтығы баладан екі қадам қашықтықта қойылған доптар арасымен жүру мақсаты
--	---	--	--	---	---	---

						«Ақбота» ересек топ Тақырыбы.Берілген бағытта допты домалату. Бөренемен 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.				

2023-2024 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

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

Жоспардың құрылу кезеңі: Ақпан IVапта

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 №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	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Кері жүру Қарқынды жүгіру	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Кері жүру Қарқынды жүгіру	«Құлпынай» мектеп алды топ Тақырыбы. Алға , артқа секіру Гимнастика	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Тереңдік ке секіру (15-20см)	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Үлкен допты екі қолмен арқаннан, тордан

	10:00 - 10:15	Мақсаты.бір қалыпта жүгіру «Ақбота» ересек топ Тақырыбы.Қаздар ша жүру Жүгіру кезінде жоғары секіру 10:25 11:50 Мақсаты.	Мақсаты. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы.Тереңдік ке секіру (15-20см) Төмен түсу өрмелеу Мақсаты. «Құлпына» мектепалды топ Тақырыбы.Доптан аттап бір жанымен 2 мин .дейін заттар арасымен үздіксіз жүгіру мақсаты «Ақбота» ересек топ Тақырыбы.Бір орында тұрып секіру Таяқтың астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру Мақсаты.	лық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай өрмелеу мақсаты «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы.Доптан аттап бір жанымен 2 мин .дейін заттар арасымен үздіксіз жүгіру мақсаты	Төмен түсу өрмелеу. Мақсаты. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы.Үлкен допты екі қолмен арқаннан,тордан өткізе лақтыру Гимнастика лық орындықта қолды желкеге қойып жүру Мақсаты. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы.Алға ,артқа секіру Гимнастика лық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай өрмелеу мақсаты	өткізе лақтыру Гимнастика лық орындықта қолды желкеге қойып жүру. Мақсаты. «Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы.Допты еденге ыршытып,қос қолмен қағып алу Гимнастика лық орындық үстімен арақашықтығы баладан екі қадам қашықтықта қойылған доптар арасымен 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» ересек топ Тақырыбы.Допты қақпаға домалату Басқа қапшық қойып ,бөрене үстімен 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.				

2023-2024 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				
Мектеп 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. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы.Бытырап қосымша қадаммен алға жүру	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы.Қолды айналдыра жүру Жеңіл жүгіру Мақсаты. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы.Аяқпен алма кезек жеңіл	«Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы.Бір орында және 6-8м қашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру Гимнастикалық қабырғаның басына дейін	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы.Аяқпен алма кезек жеңіл секіру Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан төмен түсу.Мақсаты.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы.Құм салынған дорбашаның астынан қос қолмен тік нысанға лақтыру Еденде қойылған жалпақ шығыршық үстімен жүру

	10:25 11:50	Жай қарқында үздіксіз жүгіру Мақсаты.	секіру Гимнастикал ы қабырғаға өрмелеу және одан төмен түсу.,еңбектеу Мақсаты. «Құлпына» мектепалды топ Тақырыбы.Бір орында және 6-8м қашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру Гимнастикал ық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай бір және бірнеше тәсілмен өрмелеу мақсаты «Ақбота» ересек топ Тақырыбы.Затты жинау арқылы орнынан жоғары секіру Бөрене гимнастикалық орындық арқылы еңбектеп өту Мақсаты.	сатыдан аттамай бір және бірнеше тәсілмен өрмелеу мақсаты «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы.Бір орында және 6-8м қашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру Гимнастикал ық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай бір және бірнеше тәсілмен өрмелеу мақсаты	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы.Құм салынған дорбашаның астынан қос қолмен тік нысанға лақтыру Еденде қойылған жалпақ шығыршық үстімен жүруМақсаты. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы.Бір орында және 6-8м қашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру Гимнастикал ық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай бір және бірнеше тәсілмен өрмелеу мақсаты	Мақсаты. «Құлпынай» мектепалды топ Тақырыбы.Тізерлеп тұрып допты бір- біріне қос қолымен басынан асыра лақтыру. Гимнастикалық орындық үстінде жүру мақсаты «Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы.Тізерлеп тұрып допты бір- біріне қос қолымен басынан асыра лақтыру. Гимнастикалық орындық үстінде жүру мақсаты «Ақбота» ересек топ Тақырыбы.Допты екі қолымен басынын асыра және бір қолымен кедергі арқылы лақтыру Қырлы тақтаймен жүру Мақсаты.
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.

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)				
ҰІӨ	09:15- 10:00 10:00- 10:15 10:25 11:50	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Алшақ қадаммен жүру. Артқа қарап Мақсаты. «Ақбота» ересек топ Тақырыбы. Бытырап қосымша қадаммен алға жүру Жай қарқында үздіксіз жүгіру Мақсаты.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Алшақ қадаммен жүру. Артқа қарап Мақсаты. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Еденнен бір аяқпен екпінмен серпіле секіріп, екінші аяққа тұру Қолды еденге тигізбей, доға астынан өту	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Мақсаты. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. 40см қашықтықта қойылған жіптердің оң және сол аяқты алмастырып отырып аттап жүру Кегілдер	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Еденнен бір аяқпен екпінмен серпіле секіріп, екінші аяққа тұру Қолды еденге тигізбей, доға астынан өту Мақсаты. «Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Орташа допты бастан асыра жіп арқылы	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Орташа допты бастан асыра жіп арқылы лақтыру Көлбеу бөрене үстімен жүру. Мақсаты. «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Мақсаты.

			Мақсаты. «Құлпына» мектепалды топ Тақырыбы.40см қашықтықта қойылған жіптердің оң және сол аяқты алмастырып отырып аттап жүру Кегілдер арасымен отыра жүгіру мақсаты «Ақбота» ересек топ Тақырыбы. Мақсаты.	арасымен отыра жүгіру мақсаты	лақтыру Көлбеу бөрене үстімен жүру. Мақсаты. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы.40см қашықтықта қойылған жіптердің оң және сол аяқты алмастырып отырып аттап жүру Кегілдер арасымен отыра жүгіру мақсаты	«Ақжелке» мектепалды топ Тақырыбы.Допты қос қолмен лақтыру Басқа дорбаша қойып гимнастикалық орындық үстімен жүру мақсаты «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы.Допты қос қолмен лақтыру Басқа дорбаша қойып гимнастикалық орындық үстімен жүру мақсаты
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.				

2023-2024 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	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Кішкентай қадаммен жүру Белгі бойынша кері жүгіру Мақсаты. Есте сақтау қабілеттерін дамыту. Дене	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Кішкентай қадаммен жүру Белгі бойынша кері жүгіру Мақсаты. Есте сақтау қабілеттерін дамыту. Дене бітімдерінің	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Қолға доп алып секіру Жүп болып еңбектеу Мақсаты. Допты қабырғаға ұрыды, еденнен	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Төмпешіктер үстінен тізені жоғары көтеріп, еденнен екпінмен секіру Белгі бойынша жылдамдыққа еңбектеу	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Кішкентай доптарды себетке жинау Құм толтырылған қапшықты басына қойып жүру

	10:25 11:50	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, ұқыптылыққа тәрбиелеу.	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 Кедергілер арасымен жүгіру Мақсаты. Қосымша тапсырмалар орындап жүгіру, қуғыншылардан жалтара қашуға үйрету. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Екпінмен биікке секіру Арқаға қапшық қойып еңбектеу	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 толық орындауға үйрету. Шыдамдылыққа, ұқыптылыққа тәрбиелеу.	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 «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Екпінмен биікке секіру Арқаға қапшық қойып еңбектеу. Мақсаты. Дене-тұлғасын дұрыс қалыптасуына арналған гимнастикалық жаттығуларды орындауды үйрету.	Мақсаты. Балалардың шапшаңдық, жүгіру, секіру, жылдамдық қасиеттерінің дамыту «Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Құм толтырылған қапшықты нысанаға лақтыру Көлбеу тақтайда жоғары-төмен жүру Мақсаты. Сап жаттығуларын менгерту. Бұрылу түрлерімен таныстыру және үйрету. «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Допты қабырғаға лақтырып, қағып алу Еңкейтілген тақтай үстімен денені түзу ұстап жүгіру. Мақсаты. Балаларға
--	----------------	---	--	---	--	---

			Мақсаты. Дене-тұлғасын дұрыс қалыптасуына арналған гимнастикалық жаттығуларды орындауды үйрету.			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.
--------------------------	----------------	--

2023-2024 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

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

Жоспардың құрылу кезеңі: Наурыз VI апта

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» «Ақбота»	08.30	Картатека №28кұралсыз	Картатека №28кұралсыз	Картатека №28кұралсыз	Картатека №28кұралсыз	Картатека №28кұралсыз
Ересек «Құлпынай»	08.40	Картатека №28кұралсыз	Картатека №28кұралсыз	Картатека №28кұралсыз	Картатека №28кұралсыз	Картатека №28кұралсыз
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.50	Картатека №28кұралсыз	Картатека №28кұралсыз	Картатека №28кұралсыз	Картатека №28кұралсыз	Картатека №28кұралсыз
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. Қолға доп алып жүру	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Қолға доп алып жүру	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Аяқты қосып, ашып ,қолды	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы.Тізелерін е құм толтырылған қапшықты қысып	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Түсін е қарай себетке лақтыру

	10:00 - 10:15 10:25 11:50	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 сақтау қабілеттерін дамыту.	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. «Құлпына» ересек топ Тақырыбы. Ішкі жағымен жүру 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	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 жерге дейін жылдамдыққа (20м) жүгіру Мақсаты.: Балалардың өз бетінше жасалатын қозғалыстық қызметін тұрақты қолдап отыру, есте сақтау қабілеттерін дамыту.	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 Қырынан қойылған тақтайшалары арасынан еңбектеу Мақсаты. балалары ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша, мәтіннің сөзіне сай қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру, зейіндерін,	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 Мақсаты. Балалардың өз бетінше жасалатын қозғалыстық қызметін тұрақты қолдап отыру, есте сақтау қабілеттерін дамыту. «Ақжелке» мектепалды топ
--	---	--	---	---	--	--

			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.		байқағыштықтарын, жүгіру дағдыларын дамыту.	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.				

2023-2024 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				
Мектеа 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 Гимнастикал ық 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. «Құлпына»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	12.30 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.		

2023-2024 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» мектепалды 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» мектепалды 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 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.

2023-2024 оқу жылына арналған дене шынықтыру нұсқаушысының ұйымдастырылған іс-әрекетінің циклограммасы

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

Жоспардың құрылу кезеңі: Сәуір VIапта

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№32құрал мен	Кортатека№32құрал мен	Кортатека№32құрал мен	Кортатека№32құрал мен	Кортатека№32құрал мен
Ересек «Құлпынай»	08.4 0	Кортатека№32құрал мен	Кортатека№32құрал мен	Кортатека№32құрал мен	Кортатека№32құрал мен	Кортатека№32құрал мен
Ортаңғы «Балапан» «Жұлдыз»	08.5 0	Кортатека№32құрал мен	Кортатека№32құрал мен	Кортатека№32құрал мен	Кортатека№32құрал мен	Кортатека№32құрал 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.
------------------------------	------------------------	--

2023-2024 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 Қалыптыжүгіру 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(10см	«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.			

2023-2024 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	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, Жетекшінің ауысуымен, қарқынды жүгіру	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, Жетекшінің ауысуымен, қарқынды жүгіру	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Орнынан биіктікке Өрмелеп шығып екінші қабырғаға өту. Мақсаты. гимнастикалық қабырғамен өрмелей білуге үйрету .	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Бір орындатұрып оңға, солға бұрылып секіру, Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағанда еңбектеу. 50 см доғаның,	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Допты бір-біріне төменнен лақтыру. Арқанмен, гимнастикалық қ орындықпен, жүру Мақсаты. Тепе – теңдікті сақтауға, допты жоғары

	10:25 11:50	Мақсаты. жүруден, жүгіруге ауыса білуге, «Ақбота»мектепалды топ Тақырыбы. Аяқты алшақ басып созылып жүру Қайталама жүгіру Мақсаты.денені тік ұстауға,үш қайтара жүгіруге үйрету.	Мақсаты. жүруден, жүгіруге ауыса білуге, «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. «Кұлпынай»ересек топ Тақырыбы. Шапшаң Түрлі қарқында жүгіру.	«Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Аяқты алшақ басып созылып жүру Қайталама жүгіру Мақсаты. денені тік ұстауға,үш қайтара жүгіруге үйрету.	Мақсаты. Доғаның астынан еңбектей білуге үйрету. «Жұлдыз» ортаңғы топ 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 .	лақтырып қағып ала білуға үйрету. «Кұлпынай» ересек топ 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. берілген белгіні тыңдап, орындай білуге үйрету 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 .			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.

2023-2024 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)				

ҮІӨ	09:15 - 10:00	«Жұлдыз» ортаңғы топ Тақырыбы. Аяқтың Сыртқы жағымен жүру. Жылдамдатып және ақырын жүгіру Мақсаты. түзу бағытта жүре білуге үйрету.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Аяқтың Сыртқы жағымен жүру. Жылдамдатып және ақырын жүгіру Мақсаты. түзу бағытта жүре білуге үйрету.	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. 20см биіктікке секіру. Көлбеу басқышпен өрмелеу Мақсаты. секіруге, өрмелеуге дағдырлану.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Аяқты бірге, Алшақ қойып, Жоғары Көтерілген арқанның астымен еңбектеу.	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Басынан асыра Лақтыру және оны қағып алу
	10:00 - 10:15	«Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Оң және сол аяққа иіліп жүру Қайталама жүгіру 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.	«Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Оң және сол аяққа иіліп жүру Қайталама жүгіру Мақсаты. түзу бағытта жүре 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.	«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.
	10:25 - 11:50	«Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Оң және сол аяққа иіліп жүру Қайталама жүгіру Мақсаты. түзу бағытта жүре білуге үйрету.	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Қадам алмастыра Кедргілерден өттіп жүгіру Мақсаты. түзу бағытта жүре білуге үйрету.	«Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Секіріп баскетбол себетіне қол жеткізу. Табан мен	«Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. «Ақжелкен» мектепалды топ	«Ақжелкен» мектепалды топ

			алақанға сүйене отырып еңбектеу Мақсаты. еңбектей білуге үйрету. жоғары секіруге үйрету.		Тақырыбы. Секіріп баскетбол себетіне қол жеткізу. Табан мен алақанға сүйене отырып еңбектеу Мақсаты. еңбектей білуге үйрету. жоғары секіруге үйрету.	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.
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.				

2023-2024 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	«Жұлдыз»ортаңғы топ Тақырыбы. Ішкі жағымен жүру Жүгіру	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Ішкі Жағымен жүру Жүгіру кезінде	«Құлпынай» ересек топ Тақырыбы. Отырып секіру	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Бір орында тұрып секіру Таяқтың	«Балапан» ортаңғы топ Тақырыбы. Допты қақпаға

	10:25 11:50	кезінде жоғары секіру Мақсаты. жүгіру кезінде тапсырмаларын орындау. «Ақбота» мектепалды топ Тақырыбы. Екі қатармен тұрып жүру 20-30м жарыстыра жүгіру Мақсаты. жылдамдыққа, ептілікке үйрету.	Жоғары секіру Мақсаты. жүгіру кезінде тапсырмаларын орындау. «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	Доға астымен еңбектеу Мақсаты. доғаның астынан еңбектей білуге «Ақжелкен» мектепалды топ Тақырыбы. Екі қатармен тұрып жүру 20-30м жарыстыра жүгіру Мақсаты. жылдамдыққа, ептілікке үйрету.	астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру Мақсаты. Таяқтың астымен еңбектей білуге 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. Табанмен алақанға сүйене отырып еңбектеу Мақсаты. еңбектей білуге үйрету. жоғары секіруге үйрету.	домалату Басқа қапшық қойып , бөрене үстімен жүру Мақсаты. бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүре білуге 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
--	----------------	---	---	---	---	---

		қол жеткізу.Табан мен алақанға сүйене отырып еңбектеу Мақсаты. еңбектей білуге үйрету.жоғары секіруге үйрету.			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.			