



**Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды
жоспарлау циклограммасы**

02-05.09.2025 ж.

Дәйек сөз: «Білім қымбат қазына, қанағат тұтпа азына»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Ата-аналарды спорттық киім үлгісімен таныстыру. Мамандар мен тәрбиешілерді таңғы жаттығулар кешенімен таныстыру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Көңілді қошақандар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Көңіл толқыны» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүруді дамыту және заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыруды (2,5-5 метр қашықтық) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Көңіл толқыны»

	Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүруді дамыту және заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыруды (2,5-5 метр қашықтық) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Көңіл толқыны» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау: сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Көңілді қошақандар» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Көңіл толқыны» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтау: сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүруді дамыту; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Көңіл толқыны»

	Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтау: сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүруді дамыту; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Көңіл толқыны» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: тепе-теңдік сақтап заттардан аттап жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Көңілді қошақандар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Көңіл толқыны» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: заттардың арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеуді үйрету; тепе-теңдік сақтап заттардан аттап жүруді дамыту. 3. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация.

	Күй: «Көңіл толқыны» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: заттардың арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеуді үйрету; бір орында тұрып, алға қарай 3-4 метр қашықтыққа жылжу арқылы секіруді дамыту. 3. Қимылды ойын: «Түрлі-түсті көліктер» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Көңіл толқыны» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Келісіледі

Әдіскер: Диев Н.В

Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

08-12.09.2025 ж.

Дәйек сөз: «Жанұям – қорғаным, ата-анам – тірегім!»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Ата-аналарды спорттық киім үлгісімен таныстыру. Мамандар мен тәрбиешілерді таңғы жаттығулар кешенімен таныстыру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірден тізені жоғары көтеріп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыруды (2,5-5 метр қашықтық) дамыту және 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түрлі-түсті автокөліктер» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Салтанат» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірден тізені жоғары көтеріп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, арқан бойымен жүруді дамыту және допты төменнен екі қолмен көлденең нысанаға лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация.

	Күй: «Салтанат» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірден тізені жоғары көтеріп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: допты төменнен екі қолмен көлденең нысанаға лақтыруды дамыту және заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Марғаулар мен күшіктер» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Салтанат» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеуді дамыту; бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2-3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түрлі-түсті көліктер» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Салтанат» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеуді дамыту; бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2-3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіруді үйрету.

	3. Қимылды ойын: «Түрлі-түсті көліктер» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Салтанат» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: заттардың арасымен доптарды бір-біріне домалатуды дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипед тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Тауық қорадағы түлкі» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Салтанат» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және шашырап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен қағып алу үйрету; бір орында тұрып, алға қарай 3-4 метр қашықтыққа жылжу арқылы секіруді дамыту. 3. Қимылды ойын: «Қуыспақ» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Салтанат» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және шашырап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен)

	2. Негізгі қимылдар: допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен қағып алу үйрету; бір орында тұрып, алға қарай 3-4 метр қашықтыққа жылжу арқылы секіруді дамыту. 3. Қимылды ойын: «Қуыспақ» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Салтанат» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және шашырап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен қағып алу үйрету; бір орында тұрып, алға қарай 3-4 метр қашықтыққа жылжу арқылы секіруді дамыту. 3. Қимылды ойын: «Қуыспақ» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Салтанат» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



**Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды
жоспарлау циклограммасы**

15-19.09.2025 ж.

Дәйек сөз: «Ақырын жүріп анық бас, еңбегің кетпес далаға»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Ата-аналарды спорттық киім үлгісімен таныстыру. Мамандар мен тәрбиешілерді таңғы жаттығулар кешенімен таныстыру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірден тізені жоғары көтеріп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуді дамыту және 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ұшақтар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Шерменде» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірден тізені жоғары көтеріп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, арқан бойымен жүруді дамыту және допты төменнен екі қолмен көлденең нысанаға лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Шерменде»

	Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірден тізені жоғары көтеріп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: допты төменнен екі қолмен көлденең нысанаға лақтыруды дамыту және заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Марғаулар мен күшіктер» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Шерменде» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан адымдап, жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипед тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау: арқанның бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Допты ұстап алу» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Шерменде» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан адымдап, жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипед тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау: арқанның бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Допты ұстап алу»

	Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Шерменде» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан адымдап, жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеуді дамыту; бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Марғаулар мен күшіктер» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Шерменде» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан тізені жоғары көтеріп жүру, заттардан бір қырымен аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: баскетбол: кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыруды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау: шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Шерменде» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан тізені жоғары көтеріп жүру, заттардан бір қырымен аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен)

	2. Спорттық ойын элементі: баскетбол: кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыруды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау: шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Шерменде» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан тізені жоғары көтеріп жүру, заттардан бір қырымен аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: баскетбол: кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыруды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау: шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Шерменде» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

22-26.09.2025 ж.

Дәйек сөз: «Еңбек – жай ғана қызмет емес, адам болмысының айнасы»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Ата-аналарды спорттық киім үлгісімен таныстыру. Мамандар мен тәрбиешілерді таңғы жаттығулар кешенімен таныстыру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірден бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүгіру. Негізгі бөлімі: - Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) - Негізгі қимылдар: заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуді дамыту және 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруді үйрету. - Қимылды ойын: «Ұшақтар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Бозінген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірден бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүгіру. Негізгі бөлімі: - Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) - Негізгі қимыл: 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті шеңбер бойымен тебуді үйрету. - Қимылды ойын: «Аңшы мен қояндар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация.

	Күй: «Бозінген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірден бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті шеңбер бойымен тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, тура жолмен, бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кетті, кетті орамал!» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Бозінген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан шеңбер бойымен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіруді дамыту; заттарды қашықтыққа лақтыруды (3,5-6,5 метрден кем емес) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ұшақтар» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Бозінген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан шеңбер бойымен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіруді дамыту; заттарды қашықтыққа лақтыруды (3,5-6,5 метрден кем емес) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ұшақтар» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу.

	Релаксация. Күй: «Бозінген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан шеңбер бойымен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылуды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау: қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Аңшы мен қояндар» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Бозінген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жұппен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: екі тізенің арасына қапшықты қысып алып, түзу бағытта (арақашықтығы 6 метр) қос аяқпен секіруді дамыту; допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалатуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Аңшы мен қояндар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Бозінген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жұппен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: екі тізенің арасына қапшықты қысып алып, түзу бағытта (арақашықтығы 6 метр) қос аяқпен секіруді дамыту; допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалатуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Аңшы мен қояндар»

	Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Бозінген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жұппен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: екі тізенің арасына қапшықты қысып алып, түзу бағытта (арақашықтығы 6 метр) қос аяқпен секіруді дамыту; допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалатуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Аңшы мен қояндар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Бозінген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

29.09.-03.10.2025 ж.

Дәйек сөз: «Ел-жұртымның бақыты аталатын, сөнбесін мәңгі сенің, Отан атың!»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Ата-аналарды спорттық киім үлгісімен таныстыру. Мамандар мен тәрбиешілерді таңғы жаттығулар кешенімен таныстыру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, тура жолмен, бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың бойымен жүруді дамыту және оң және сол қолмен (1,5-2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ұшты, ұшты» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ерке сылқым» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: оң және сол қолмен (1,5-2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыруды дамыту және еденге қойылған тақтай бойымен еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Бос орын» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация.

	Күй: «Ерке сылқым» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: еденге қойылған тақтай бойымен еңбектеуді дамыту және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жапалақ» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ерке сылқым» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтау: қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылуды дамыту; етпетімен жатып, гимнастикалық орындық бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кетті, кетті орамал!» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ерке сылқым» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтау: қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылуды дамыту; етпетімен жатып, гимнастикалық орындық бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кетті, кетті орамал!»

	Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ерке сылқым» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бір орында тұрып, аяқты бірге, алшақ қойып секіруді дамыту; оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2-2,5 метр қашықтықтан) лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Бос орын» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ерке сылқым» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (1-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: футбол: берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау: гимнастикалық орындық үстіне қойылған текшелерден аттап жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Бос орын» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ерке сылқым» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (1-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: футбол: берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау: гимнастикалық орындық үстіне қойылған текшелерден аттап жүруді үйрету.

	3. Қимылды ойын: «Бос орын» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ерке сылқым» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (1-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: футбол: берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау: гимнастикалық орындық үстіне қойылған текшелерден аттап жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Бос орын» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ерке сылқым» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

06-10.10.2025 ж.

Дәйек сөз: «Туған жердей жер болмас, туған елдей ел болмас!»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Ата-аналарды спорттық киім үлгісімен таныстыру. Мамандар мен тәрбиешілерді таңғы жаттығулар кешенімен таныстыру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және тура бағытта жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті оңға және солға бұрылып тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қасқырға арналған қақпан» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Көктөбел» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және тура бағытта жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті оңға және солға бұрылып тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, қырлы тақтайдың бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен тышқан» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Көктөбел»

	Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және тура бағытта жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, қырлы тақтайдың бойымен жүруді дамыту; оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыруды (1-1,5 метр қашықтық) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қасқыр мен лақтар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Көктөбел» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және «жыланша» жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2-2,5 метр қашықтықтан) лақтыруды дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға, солға бұрылып тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жапалақ» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Көктөбел» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және «жыланша» жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2-2,5 метр қашықтықтан) лақтыруды дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға, солға бұрылып тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жапалақ» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация.

	Күй: «Көктөбел» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және «жыланша» жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеуді дамыту; 4-5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40-50 сантиметр) секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен тышқан» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Көктөбел» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: қос аяқпен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) секіруді дамыту; допты жоғары лақтыру, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен тышқан» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Көктөбел» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: қос аяқпен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) секіруді дамыту; допты жоғары лақтыру, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен тышқан»

	Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Көктөбел» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: қос аяқпен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) секіруді дамыту; допты жоғары лақтыру, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен тышқан» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Көктөбел» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

13-17.10.2025 ж.

Дәйек сөз: «Отанды сүю – отбасынан басталады»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Ата-аналарды спорттық киім үлгісімен таныстыру. Мамандар мен тәрбиешілерді таңғы жаттығулар кешенімен таныстыру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан және шеңбер бойымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыруды (1-1,5 метр қашықтық) дамыту; арқанның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қарлығаш» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ыңғайтөк» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан және шеңбер бойымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: арқанның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеуді дамыту; заттарды айналып және заттардың арасымен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Аюлар мен аралар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ыңғайтөк»

	Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан және шеңбер бойымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: заттарды айналып және заттардың арасымен секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті тура тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жүйріктер жеңеді» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ыңғайтөк» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: 4-5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40-50 сантиметр) секіруді дамыту; 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қасқыр мен лақтар» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ыңғайтөк» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: 4-5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40-50 сантиметр) секіруді дамыту; 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қасқыр мен лақтар» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация.

	Күй: «Ыңғайтөк» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға, солға бұрылып тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау: қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20-25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өтуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Аюлар мен аралар» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ыңғайтөк» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (2-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: баскетбол: допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыруды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау: арқан бойымен бір қырымен, қосалқы қадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қою) жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Аюлар мен аралар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ыңғайтөк» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (2-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: баскетбол: допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыруды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау: арқан бойымен бір қырымен, қосалқы қадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қою) жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Аюлар мен аралар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ыңғайтөк»

	Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (2-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: баскетбол: допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыруды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау: арқан бойымен бір қырымен, қосалқы қадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қою) жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Аюлар мен аралар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ыңғайтөк» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

20-24.10.2025 ж.

Дәйек сөз: «Отаным – алтын бесігім»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Ата-аналарды спорттық киім үлгісімен таныстыру. Мамандар мен тәрбиешілерді таңғы жаттығулар кешенімен таныстыру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша тоқтап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті тура тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Үш орындық ойыны» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Толғау» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша тоқтап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүруді дамыту; аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5-2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалатуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түйіншек» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Толғау»

	Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша тоқтап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5-2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалатуды дамыту; көлбеу модуль бойымен еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қапшықты кім алысқа лақтырады?» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Толғау» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбөбек» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және шашырап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтау: қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20-25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өтуді дамыту; 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жүйріктер жеңеді» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Толғау» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және шашырап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтау: қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20-25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өтуді дамыту; 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жүйріктер жеңеді» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация.

	Күй: «Толғау» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және шашырап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіруді дамыту; допты бір-біріне төменнен лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қапшықты кім алысқа лақтырады?» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Толғау» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: оң және сол аяқты алмастырып, заттардың арасымен секіруді (арақашықтығы 3 метр) дамыту; допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түйіншек» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Толғау» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: оң және сол аяқты алмастырып, заттардың арасымен секіруді (арақашықтығы 3 метр) дамыту; допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түйіншек»

	Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Толғау» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: оң және сол аяқты алмастырып, заттардың арасымен секіруді (арақашықтығы 3 метр) дамыту; допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түйіншек» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Толғау» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



**Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды
жоспарлау циклограммасы**

(27)-28-31.10.2025 ж.

Дәйек сөз: «Ел-жұртымның бақыты аталатын, сөнбесін мәңгі сенің, Отан, атың!»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Ата-аналарды спорттық киім үлгісімен таныстыру. Мамандар мен тәрбиешілерді таңғы жаттығулар кешенімен таныстыру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан және «жыланша» ирелеңдеп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: 15-20 сантиметр биіктіктен секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті шеңбер бойымен тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Нысанаға допты домалату» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Қос алқа» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан және «жыланша» ирелеңдеп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті шеңбер бойымен тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, арқан бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қоңыздар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Қос алқа»

	Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: допты бір-біріне төменнен лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алуды дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға, солға бұрылып теуіп жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қасқыр мен ешкі» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Қос алқа» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға, солға бұрылып теуіп жүруді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау: гимнастикалық орындықтың бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Нысанаға допты домалату» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Қос алқа» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып, әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (2-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: футбол: допты заттарды айналдыра жүргізуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау: әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып, гимнастикалық орындық бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Нысанаға допты домалату» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру.

	Релаксация. Күй: «Қос алқа» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып, әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (2-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: футбол: допты заттарды айналдыра жүргізуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау: әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып, гимнастикалық орындық бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Нысанаға допты домалату» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Қос алқа» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып, әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (2-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: футбол: допты заттарды айналдыра жүргізуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау: әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып, гимнастикалық орындық бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Нысанаға допты домалату» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Қос алқа» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



**Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды
жоспарлау циклограммасы**

03-07.11.2025 ж.

Дәйек сөз: «Әділдік пен жауапкершілік - біртұтас ұғым!»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Ата-аналарға «Серуен кезіндегі қимылдық ойындармен таныстыру» ұсыныс айту. Мамандар мен тәрбиешілерге әр баланың жеке ерекшелігі туралы мәлімет беру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және шеңбер бойымен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, арқан бойымен жүруді дамыту; заттардың арасымен, қақпаға допты домалатуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қырықаяқ» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ықылас» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және шеңбер бойымен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: заттардың арасымен, қақпаға допты домалатуды дамыту; туннель арқылы еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ханталапай» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ықылас»

	Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және шеңбер бойымен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: туннель арқылы еңбектеуді дамыту; ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ықылас» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру, шапшаң және баяу қарқынмен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтау: гимнастикалық орындықтың бойымен жүруді дамыту; құрсаудан еңбектеп өтуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қоңыздар» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ықылас» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру, шапшаң және баяу қарқынмен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтау: гимнастикалық орындықтың бойымен жүруді дамыту; құрсаудан еңбектеп өтуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қоңыздар» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу.

	Релаксация. Күй: «Ықылас» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру, шапшаң және баяу қарқынмен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр) секіруді дамыту; допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыруды (2 метр қашықтықтан) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ханталапай» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ықылас» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5-2 минут тоқтамай жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бір орында тұрып биіктікке секіруді дамыту; 2-2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ықылас» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5-2 минут тоқтамай жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (1-кешен)

	2. Негізгі қимылдар: бір орында тұрып биіктікке секіруді дамыту; 2-2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ықылас» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5-2 минут тоқтамай жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бір орында тұрып биіктікке секіруді дамыту; 2-2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ықылас» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

10-14.11.2025 ж.

Дәйек сөз: «Тура биде туған жоқ!»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Ата-аналарға «Серуен кезіндегі қимылдық ойындармен таныстыру» ұсыныс айту. Мамандар мен тәрбиешілерге әр баланың жеке ерекшелігі туралы мәлімет беру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және шашырап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға және солға бұрылып тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қырықаяқ» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Шерлі» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және шашырап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға және солға бұрылып тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, тура жолмен бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Теңге ілу» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Шерлі»

	Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және шашырап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, тура жолмен бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың бойымен жүруді дамыту; допты жоғары лақтыру және қағып алуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Шерлі» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан адымдап, жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыруды (2 метр қашықтықтан) дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға, солға бұрылып тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Шерлі» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан адымдап, жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыруды (2 метр қашықтықтан) дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға, солға бұрылып тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу.

	Релаксация. Күй: «Шерлі» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан адымдап, жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтау: қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылуды дамыту; гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Теңге ілу» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Шерлі» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (1-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: футбол: допты қақпаға тебуді дамыту. Негізгі қимыл: гимнастикалық орындықтың бойымен екі қадам қашықтықта орналасқан іші толтырылған доптардан тепе-теңдік сақтап аттап өтуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Шерлі» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (1-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: футбол: допты қақпаға тебуді дамыту. Негізгі қимыл: гимнастикалық орындықтың бойымен екі қадам қашықтықта орналасқан іші толтырылған доптардан тепе-теңдік сақтап аттап өтуді үйрету.

	3. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Шерлі» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары (1-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: футбол: допты қақпаға тебуді дамыту. Негізгі қимыл: гимнастикалық орындықтың бойымен екі қадам қашықтықта орналасқан іші толтырылған доптардан тепе-теңдік сақтап аттап өтуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Шерлі» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

17-21.11.2025 ж.

Дәйек сөз: «Жауапкершілік - адамгершілік қасиеттің көрінісі»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Ата-аналарға «Серуен кезіндегі қимылдық ойындармен таныстыру» ұсыныс айту. Мамандар мен тәрбиешілерге әр баланың жеке ерекшелігі туралы мәлімет беру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: допты жоғары лақтыру және қағып алуды дамыту; саты бойымен өрмелеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түрлі түсті автокөліктер» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Терісқақпай» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: саты бойымен өрмелеуді дамыту; сызықтан қос аяқпен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қуыспақ» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Терісқақпай»

	Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: сызықтан қос аяқпен секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті тура жолмен тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түйілген орамал» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Терісқақпай» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және жетекшіні ауыстырып жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеуді дамыту; қысқа секіргішпен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Терісқақпай» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және жетекшіні ауыстырып жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеуді дамыту; қысқа секіргішпен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу.

	Релаксация. Күй: «Терісқақпай» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және жетекшіні ауыстырып жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алуды (қатарынан 3-4 рет) дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға, солға бұрылып тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қуыспақ» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Терісқақпай» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіруді (арақашықтықтығы 40 сантиметр) дамыту; допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 метр) басынан асыра лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түйілген орамал» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Терісқақпай» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіруді (арақашықтықтығы 40 сантиметр) дамыту; допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 метр) басынан асыра лақтыруды үйрету.

	3. Қимылды ойын: «Түйілген орамал» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Терісқақпай» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіруді (арақашықтықтығы 40 сантиметр) дамыту; допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 метр) басынан асыра лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түйілген орамал» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Терісқақпай» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

24-28.11.2025 ж.

Дәйек сөз: «Әділетте берік болсаң аяғың таймайды!»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Ата-аналарға «Серуен кезіндегі қимылдық ойындармен таныстыру» ұсыныс айту. Мамандар мен тәрбиешілерге әр баланың жеке ерекшелігі туралы мәлімет беру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және жартылай отырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті тура жолмен тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, қырлы тақтайдың бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Допты ұстап алу» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ортеке» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және жартылай отырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, қырлы тақтайдың бойымен жүруді дамыту; допты төмен еденге (жерге) соғу, қағып алуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ортеке»

	Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және жартылай отырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: допты төмен еденге (жерге) соғу, қағып алуды дамыту; гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсуді (биіктігі 1,5 метр) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қара құлақ» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ортеке» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға, солға бұрылып тебуді дамыту. Негізгі қимыл: қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, үрленген доптардан (бір-бірінен қашық қойылған 5-6 доп арқылы кезекпен) тепе-теңдікті сақтап аттап өтуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түйілген орамал» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ортеке» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен)

	2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға, солға бұрылып тебуді дамыту. Негізгі қимыл: қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, үрленген доптардан (бір-бірінен қашық қойылған 5-6 доп арқылы кезекпен) тепе-теңдікті сақтап аттап өтуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түйілген орамал» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ортеке» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық орындықтан аттап еңбектеп өтуді дамыту; 20-25 сантиметр биіктіктен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ортеке» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан заттардың, кегльдердің арасымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: футбол допбын бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебуді дамыту. Негізгі қимыл: қолдарынан ұстап, жұптарымен тепе-теңдікті сақтап айналу үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ұшақтар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ортеке» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан заттардың, кегльдердің арасымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары.

	(2-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: футбол допбын бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебуді дамыту. Негізгі қимыл: қолдарынан ұстап, жұптарымен тепе-теңдікті сақтап айналуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ұшақтар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ортеке» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан заттардың, кегльдердің арасымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: футбол допбын бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебуді дамыту. Негізгі қимыл: қолдарынан ұстап, жұптарымен тепе-теңдікті сақтап айналуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ұшақтар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ортеке» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

01-05.12.2025 ж.

Дәйек сөз: «Бірлігі күшті ел озады»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандар мен тәрбиешілерге қысқы спорт түрлерін таныстыру. Ата-аналармен «Үй жағдайындағы баланың дене дамуы» кеңес беру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және «жыланша» ирелеңдеп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсуді (биіктігі 1,5 метр) дамыту; тұрған орнынан ұзындыққа 40-50 сантиметр қашықтыққа секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ұшақтар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және «жыланша» ирелеңдеп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тұрған орнынан ұзындыққа 40-50 сантиметр қашықтыққа секіруді дамыту; тепе-теңдікті сақтап, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Аңшы мен қояндар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету.

	Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және «жыланша» ирелеңдеп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүруді дамыту; заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыруды (2,5-5 метр қашықтық) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кетті, кетті орамал!» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және 1-1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: 20-25 сантиметр биіктіктен секіруді дамыту; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалатуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қара құлақ» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және 1-1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен)

	2. Негізгі қимылдар: 20-25 сантиметр биіктіктен секіруді дамыту; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалатуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қара құлақ» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және 1-1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға, солға бұрылып тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтап, сызықтардың бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Аңшы мен қояндар» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіруді дамыту; допты екі қолымен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) жүргізуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кетті, кетті орамал!» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру.

	Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіруді дамыту; допты екі қолымен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) жүргізуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кетті, кетті орамал!» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіруді дамыту; допты екі қолымен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) жүргізуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кетті, кетті орамал!» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

08-12.12.2025 ж.

Дәйек сөз: «Ынтымақ жүрген жерде ырыс бірге жүреді»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандар мен тәрбиешілерге қысқы спорт түрлерін таныстыру. Ата-аналармен «Үй жағдайындағы баланың дене дамуы» кеңес беру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша арқаннан ұстап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыруды (2,5-5 метр қашықтық) дамыту; 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ұшты, ұшты» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша арқаннан ұстап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта еңбектеуді дамыту; тұрған орнында қос аяқпен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация.

	Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша арқаннан ұстап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: тұрған орнында қос аяқпен секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: шанамен бір-бірін сырғанатуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түрлі түсті автокөліктер» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, сызықтардың бойымен жүруді дамыту; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кетті, кетті орамал!» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, сызықтардың бойымен жүруді дамыту; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеуді үйрету.

	3. Қимылды ойын: «Кетті, кетті орамал!» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2-3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіруді дамыту; заттарды қашықтыққа лақтыруды (3,5-6,5 метрден кем емес) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және қосалқы қадаммен алға қарай жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанату, оны қақпаға кіргізуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түрлі түсті автокөліктер» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және қосалқы қадаммен алға қарай жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанату, оны қақпаға кіргізуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен жүруді үйрету.

	3. Қимылды ойын: «Түрлі түсті автокөліктер» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және қосалқы қадаммен алға қарай жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанату, оны қақпаға кіргізуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтау шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түрлі түсті автокөліктер» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

15-19.12.2025 ж.

Дәйек сөз: «Бірлік болмай тірлік болмас»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандар мен тәрбиешілерге қысқы спорт түрлерін таныстыру. Ата-аналармен «Үй жағдайындағы баланың дене дамуы» кеңес беру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: шанамен бір-бірін сырғанатуды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып арқан бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Токтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып арқан бойымен жүруді дамыту; төменнен екі қолмен көлденең нысанаға лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жаңылма» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету.

	Релаксация. Күй: «Тоқтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: төменнен екі қолмен көлденең нысанаға лақтыруды дамыту; заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жапалақтар мен қарлығаштар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Тоқтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: заттарды қашықтыққа лақтыруды (3,5-6,5 метрден кем емес) дамыту. Спорттық жаттығу: шанамен төбешіктен сырғанауды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түрлі түсті автокөліктер» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен)

	2. Спорттық жаттығу: шанамен төбешіктен сырғанауды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтап, гимнастикалық орындықтың бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тұрған орнында айналып секіруді дамыту; допты лақтыру және алға қарай жылжып, екі қолымен қағып алуды (арақашықтығы 4-5 метр) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жапалақтар мен қарлығаштар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Тоқтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тұрған орнында айналып секіруді дамыту; допты лақтыру және алға қарай жылжып, екі қолымен қағып алуды (арақашықтығы 4-5 метр) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жапалақтар мен қарлығаштар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Тоқтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру.

Негізгі бөлімі:

1. Жалпы дамыту жаттығулары.

(2-кешен)

2. Негізгі қимылдар: тұрған орнында айналып секіруді дамыту; допты лақтыру және алға қарай жылжып, екі қолымен қағып алуды (арақашықтығы 4-5 метр) үйрету.

3. Қимылды ойын: «Жапалақтар мен қарлығаштар»

Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация.

Күй: «Тоқтаған»

Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

22-26.12.2025 ж.

Дәйек сөз: «БІнтымақ - бұзылмайтын қорған»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандар мен тәрбиешілерге қысқы спорт түрлерін таныстыру. Ата-аналармен «Үй жағдайындағы баланың дене дамуы» кеңес беру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша қол ұстасып жүру. Негізгі бөлімі: - Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) - Негізгі қимылдар: заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуді дамыту; 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруді үйрету. - Қимылды ойын: «Қуыспақ» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша қол ұстасып жүру. Негізгі бөлімі: - Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) - Негізгі қимыл: 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: шанамен биік емес төбеден сырғанауды үйрету. - Қимылды ойын: «Мысық пен құстар»

	Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша қол ұстасып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: шанамен биік емес төбеден сырғанауды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, тура жолмен бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ошак» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, гимнастикалық орындықтың бойымен жүруді дамыту; көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жаңылма» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен)

	2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, гимнастикалық орындықтың бойымен жүруді дамыту; көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жаңылма» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіруді дамыту; оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2-2,5 метр қашықтықтан) лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қуыспақ» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жіптерден аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: өз бетінше мұзды жолмен сырғанауды дамыту. Спорттық ойын элементі: берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанату, оны қақпаға кіргізуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жіптерден аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен)

	2. Спорттық жаттығу: өз бетінше мұзды жолмен сырғанауды дамыту. Спорттық ойын элементі: берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанату, оны қақпаға кіргізуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жіптерден аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: өз бетінше мұзды жолмен сырғанауды дамыту. Спорттық ойын элементі: берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанату, оны қақпаға кіргізуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

29.12.2025-02.01.2026 ж.

Дәйек сөз: «Бірлігі күшті ел озады»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандар мен тәрбиешілерге қысқы спорт түрлерін таныстыру. Ата-аналармен «Үй жағдайындағы баланың дене дамуы» кеңес беру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін) жүгіру. Негізгі бөлімі: - Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) - Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, тура жолмен бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың бойымен жүруді дамыту; оң және сол қолмен (1,5-2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыруды үйрету. - Қимылды ойын: «Қазан» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Нар идірген» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін) жүгіру. Негізгі бөлімі: - Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) - Негізгі қимылдар: оң және сол қолмен (1,5-2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыруды дамыту; еденге қойылған тақтай бойымен еңбектеуді үйрету. - Қимылды ойын: «Қара сиыр»

	Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Нар идірген» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2-2,5 метр қашықтықтан) лақтыруды дамыту. Спорттық жаттығу: шаңғымен бірінің артынан бірі жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Нар идірген» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2-2,5 метр қашықтықтан) лақтыруды дамыту. Спорттық жаттығу: шаңғымен бірінің артынан бірі жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Нар идірген» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары.

	(2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: шаңғымен бірінің артынан бірі жүруді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтап, қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ошақ» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Нар идірген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және жұппен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеуді дамыту; 20 сантиметр биіктіктен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қара сиыр» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Нар идірген» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және жұппен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеуді дамыту; 20 сантиметр биіктіктен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қара сиыр» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Нар идірген» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және жұппен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен)

	2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеуді дамыту; 20 сантиметр биіктіктен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қара сиыр» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Нар идірген» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
--	---



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

05-09.01.2026 ж.

Дәйек сөз: «Талап бар жерде тәртіп бар»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандар және тәрбиешілермен балалардың қысқы спорттық киімі туралы кеңесу. Ата-аналармен «Қысқы серуен» фотосурет көрмесін ұйымдастыру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша бұрылып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: еденге қойылған тақтай бойымен еңбектеуді дамыту; құрсаудан құрсауға секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Киіз үй» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Көңіл толқыны» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша бұрылып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: құрсаудан құрсауға секіруді дамыту; тепе-теңдікті сақтай отырып, қырлы тақтайдың бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қазан» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация.

	Күй: «Көңіл толқыны» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылуды дамыту; етпетімен жатып, гимнастикалық орындық бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қазан» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Көңіл толқыны» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылуды дамыту; етпетімен жатып, гимнастикалық орындық бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қазан» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Көңіл толқыны» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: 4-5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40-50 сантиметр) секіруді дамыту; допты бір-біріне төменнен лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алуды үйрету.

	3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Көңіл толқыны» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен қағып алуды дамыту. Спорттық жаттығу: төбешіктен бір-бірімен және екі-екіден шанамен сырғанауды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қазан» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Көңіл толқыны» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанату, оны қақпаға кіргізуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдік сақтап, әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып гимнастикалық орындық бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Сиқырлы таяқ» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Көңіл толқыны» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары.

	(1-кешен) 2. Спорттық ойын элементі: берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанату, оны қақпаға кіргізуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдік сақтап, әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып гимнастикалық орындық бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Сиқырлы таяқ» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Көңіл толқыны» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
--	--



Келісіледі

Әдіскер

Н.В. Невер

Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

12-16.01.2026 ж.

Дәйек сөз: «Тәртіп - тәрбие бастауы»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандар және тәрбиешілермен балалардың қысқы спорттық киімі туралы кеңесу. Ата-аналармен «Қысқы серуен» фотосурет көрмесін ұйымдастыру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, қырлы тақтайдың бойымен жүруді дамыту; оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыруды (1-1,5 метр қашықтық) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түйілген орамал» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Салтанат» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыруды (1-1,5 метр қашықтық) дамыту; арқанның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Сиқырлы таяқ» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету.

	Релаксация. Күй: «Салтанат» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: арқанның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеуді дамыту; заттарды айналып және заттардың арасымен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Салтанат» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және шеңбер бойымен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: 4-5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40-50 сантиметр) секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: шанамен бір-бірін сырғанатуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Киіз үй» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Салтанат» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және шеңбер бойымен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен)

	2. Негізгі қимыл: 4-5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40-50 сантиметр) секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: шанамен бір-бірін сырғанатуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Киіз үй» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Салтанат» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және шеңбер бойымен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, көлбеу тақтай бойымен (ені 2 сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүруді дамыту; табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түйілген орамал» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Салтанат» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдік сақтап, әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып гимнастикалық орындық бойымен жүруді дамыту; заттардың арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Салтанат» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру.

	Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдік сақтап, әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып гимнастикалық орындық бойымен жүруді дамыту; заттардың арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Салтанат» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдік сақтап, әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып гимнастикалық орындық бойымен жүруді дамыту; заттардың арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Салтанат» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

19-23.01.2026 ж.

Дәйек сөз: «Әділ заң - аспан тірегі»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандар және тәрбиешілермен балалардың қысқы спорттық киімі туралы кеңесу. Ата-аналармен «Қысқы серуен» фотосурет көрмесін ұйымдастыру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және еденге қойылған заттардан аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: заттарды айналып және заттардың арасымен секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: шанамен биік емес төбеден сырғанауды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ханталапай» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Шерменде» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және еденге қойылған заттардан аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: шанамен биік емес төбеден сырғанауды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Теңге ілу» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету.

	Релаксация. Күй: «Шерменде» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және еденге қойылған заттардан аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүруді дамыту; аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5-2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалатуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түрлі-түсті автокөліктер» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Шерменде» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеуді дамыту; бір орында тұрып, аяқты бірге, алшақ қойып секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Сиқырлы таяқ» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Шерменде» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен)

	2. Негізгі қимылдар: табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеуді дамыту; бір орында тұрып, аяқты бірге, алшақ қойып секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Сиқырлы таяқ» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Шерменде» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыруды (2 метр қашықтықтан) дамыту. Спорттық жаттығу: ересектердің көмегімен шаңғыны киіп, шешуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ханталапай» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Шерменде» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және қосалқы қадаммен алға қарай жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалатуды дамыту. Спорттық жаттығу: өз бетінше мұзды жолмен жүгіріп келіп сырғанауды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түрлі-түсті автокөліктер» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Шерменде» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және қосалқы қадаммен алға қарай жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары.

	(2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалатуды дамыту. Спорттық жаттығу: өз бетінше мұзды жолмен жүгіріп келіп сырғанауды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түрлі-түсті автокөліктер» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Шерменде» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және қосалқы қадаммен алға қарай жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалатуды дамыту. Спорттық жаттығу: өз бетінше мұзды жолмен жүгіріп келіп сырғанауды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түрлі-түсті автокөліктер» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Шерменде» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

26-30.01.2026 ж.

Дәйек сөз: «Тәртіпсіз ел болмайды»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандар және тәрбиешілермен балалардың қысқы спорттық киімі туралы кеңесу. Ата-аналармен «Қысқы серуен» фотосурет көрмесін ұйымдастыру.
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және тура бағытта, шеңбер бойымен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5-2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалатуды дамыту; көлбеу модуль бойымен еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қазан» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Бозінген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және тура бағытта, шеңбер бойымен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: көлбеу модуль бойымен еңбектеуді дамыту; 15-20 сантиметр биіктіктен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ошақ» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету.

	Релаксация. Күй: «Бозінген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және тура бағытта, шеңбер бойымен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: 15-20 сантиметр биіктіктен секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: шанамен бір-бірін сырғанатуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Тауық қорадағы түлкі» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Бозінген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және «жыланша» жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: ересектердің көмегімен шаңғыны киіп, шешуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтап, қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20-25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өтуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Теңге ілу» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Бозінген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және «жыланша» жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: ересектердің көмегімен шаңғыны киіп, шешуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтап, қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20-25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өтуді үйрету.

	3. Қимылды ойын: «Теңге ілу» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Бозінген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және «жыланша» жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеуді дамыту; 20-25 сантиметр биіктіктен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қазан» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Бозінген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдік сақтап, гимнастикалық орындықтың бойымен екі қадам қашықтықта орналасқан іші толтырылған доптардан аттап өтуді дамыту; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеуді (арақашықтығы 3-4 метр) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Тауық қорадағы түлкі» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Бозінген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен)

	2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдік сақтап, гимнастикалық орындықтың бойымен екі қадам қашықтықта орналасқан іші толтырылған доптардан аттап өтуді дамыту; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеуді (арақашықтығы 3-4 метр) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Тауық қорадағы түлкі» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Бозінген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдік сақтап, гимнастикалық орындықтың бойымен екі қадам қашықтықта орналасқан іші толтырылған доптардан аттап өтуді дамыту; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеуді (арақашықтығы 3-4 метр) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Тауық қорадағы түлкі» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Бозінген» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

02-06.02.2026 ж.

Дәйек сөз: «Жасампаздық - бәрімізге өнеге»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандармен «Қыс қызығы» фотосурет көрмесін ұйымдастыру (таза ауадағы ойындар) «Отбасы және балабақша» ата-аналар жиналысына қатысу
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жолға қойылған заттарды айналып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық жаттығу: шанамен бір-бірін сырғанатуды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, арқан бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жаяу көкпар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ерке сылқым» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жолға қойылған заттарды айналып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, арқан бойымен жүруді дамыту; заттардың арасымен, қақпаға допты домалатуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Үш орындық» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ерке сылқым»

	Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жолға қойылған заттарды айналып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: заттардың арасымен, қақпаға допты домалатуды дамыту; туннель арқылы еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қуыспақ» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ерке сылқым» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: 20-25 сантиметр биіктіктен секіруді дамыту; допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алуды (қатарынан 3-4 рет) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ошақ» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ерке сылқым» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: 20-25 сантиметр биіктіктен секіруді дамыту; допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алуды (қатарынан 3-4 рет) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ошақ» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ерке сылқым»

	Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық жаттығу: шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтап, сызықтардың бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жаяу көкпар» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ерке сылқым» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алуды дамыту. Спорттық жаттығу: бірінің артынан бірі ауыспалы қадаммен шаңғымен алға жылжуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Үш орындық» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ерке сылқым» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алуды дамыту. Спорттық жаттығу: бірінің артынан бірі ауыспалы қадаммен шаңғымен алға жылжуды үйрету. 3. Қимылды ойын:

	«Үш орындық» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ерке сылқым» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алуды дамыту. Спорттық жаттығу: бірінің артынан бірі ауыспалы қадаммен шаңғымен алға жылжуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Үш орындық» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ерке сылқым» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

09-13.02.2026 ж

Дәйек сөз: «Шығармашыл бала - ойлы бала»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандармен «Қыс қызығы» фотосурет көрмесін ұйымдастыру (таза ауадағы ойындар) «Отбасы және балабақша» ата-аналар жиналысына қатысу
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: туннель арқылы еңбектеуді дамыту; ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жүйріктер жеңеді» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Көктөбел» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: шанамен биік емес төбеде сырғанауды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Арқан тартыс»

	Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Көктөбел» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық жаттығу: шанамен биік емес төбеден сырғанауды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, тура жолмен бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түрлі түсті автокөліктер» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Көктөбел» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және шашырап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, сызықтардың бойымен жүруді дамыту; құрсаудан еңбектеп өтуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Үш орындық» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Көктөбел» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және шашырап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, сызықтардың бойымен жүруді дамыту; құрсаудан еңбектеп өтуді үйрету.

	3. Қимылды ойын: «Үш орындық» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Көктөбел» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және шашырап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: қысқа секіргішпен секіруді дамыту; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалатуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жүйріктер жеңеді» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Көктөбел» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5-2 минут тоқтамай жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдік сақтап, қолдарынан ұстап, жұптарымен айналу дамыту; гимнастикалық орындық бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Арқан тартыс» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Көктөбел» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5-2 минут тоқтамай жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен)

	2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдік сақтап, қолдарынан ұстап, жұптарымен айнаруды дамыту; гимнастикалық орындық бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Арқан тартыс» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Көктөбел» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5-2 минут тоқтамай жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдік сақтап, қолдарынан ұстап, жұптарымен айнаруды дамыту; гимнастикалық орындық бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Арқан тартыс» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Көктөбел» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

16-20.02.2026 ж

Дәйек сөз: «Өнерлі бала өрге жүзер»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандармен «Қыс қызығы» фотосурет көрмесін ұйымдастыру (таза ауадағы ойындар) «Отбасы және балабақша» ата-аналар жиналысына қатысу
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан белгі бойынша жан-жаққа баяу айналу және жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, тура жолмен бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың бойымен жүруді дамыту; допты жоғары лақтыру, қағып алуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ханталапай» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ыңғайтөк» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан белгі бойынша жан-жаққа баяу айналу және жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: допты жоғары лақтыру, қағып алуды дамыту; саты бойымен өрмелеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Теңге ілу» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация.

	Күй: «Ыңғайтөк» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан белгі бойынша жан-жаққа баяу айналу және жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: саты бойымен өрмелеуді дамыту; сызықтан секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ыңғайтөк» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалатуды дамыту. Спорттық жаттығу: мұз жолмен өз бетінше сырғанауды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Арқан тартыс» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ыңғайтөк» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалатуды дамыту. Спорттық жаттығу: мұз жолмен өз бетінше сырғанауды үйрету.

	3. Қимылды ойын: «Арқан тартыс» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ыңғайтөк» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбөбек» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылуды дамыту; гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ханталапай» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ыңғайтөк» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: мұз жолмен өз бетінше сырғанауды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтап, қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түрлі түсті автокөліктер» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ыңғайтөк» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен)

	2. Негізгі қимыл: 2-2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыруды дамыту. Спорттық жаттығу: шаңғымен бірінің артынан бірі оң және сол аяқтарымен сырғанауды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Теңге ілу» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ыңғайтөк» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: 2-2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыруды дамыту. Спорттық жаттығу: шаңғымен бірінің артынан бірі оң және сол аяқтарымен сырғанауды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Теңге ілу» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ыңғайтөк» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: 2-2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыруды дамыту. Спорттық жаттығу: шаңғымен бірінің артынан бірі оң және сол аяқтарымен сырғанауды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Теңге ілу» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ыңғайтөк» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

23-27.02.2026 ж

Дәйек сөз: «Жаңашылдық - заман талабы»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандармен «Қыс қызығы» фотосурет көрмесін ұйымдастыру (таза ауадағы ойындар) «Отбасы және балабақша» ата-аналар жиналысына қатысу
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: сызықтан секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: шанамен бір-бірін сырғанатуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Үш табан» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Толғау» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: шанамен бір-бірін сырғанатуды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, қырлы тақтайдың бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Толғау» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.

	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, қырлы тақтайдың бойымен жүруді дамыту; допты төмен еденге (жерге) соғу, қағып алуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Допты ұстап алу» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Толғау» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан шапшаң және баяу қарқынмен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеуді дамыту; бір орында тұрып аяқты бірге, алшақ қойып секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Теңге ілу» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Толғау» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан шапшаң және баяу қарқынмен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеуді дамыту; бір орында тұрып аяқты бірге, алшақ қойып секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Теңге ілу» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Толғау» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.

	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан шапшаң және баяу қарқынмен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: заттарды қашықтыққа лақтыруды (3,5-6,5 метрден кем емес) дамыту. Спорттық жаттығу: шаңғымен бірінің артынан бірі жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Үш табан» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Толғау» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өтуді дамыту; оң және сол аяқты алмастырып, заттардың арасымен (арақашықтығы 3 метр) секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Толғау» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өтуді дамыту; оң және сол аяқты алмастырып, заттардың арасымен (арақашықтығы 3 метр) секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация.

	Күй: «Толғау» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өтуді дамыту; оң және сол аяқты алмастырып, заттардың арасымен (арақашықтығы 3 метр) секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Толғау» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

02-06.03.2026 ж

Дәйек сөз: «Патриотизм - ата-ананды құрметтей білуің...» (Б.Момышұлы).

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандарға «Логоритмикалық жаттығулардың пайдасы» тақырыбында кеңес беру. Ата-аналарға «Қазақтың ұлттық ойындармен таныстыру» ұсыныс
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: допты төмен еденге (жерге) соғу, қағып алуды дамыту; гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсуді (биіктігі 1,5 метр) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Алшы» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Қос алқа» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсуді (биіктігі 1,5 метр) дамыту; тұрған орнынан ұзындыққа 40-50 сантиметр қашықтыққа секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қара құлақ» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету.

	Релаксация. Күй: «Қос алқа» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: тұрған орнынан ұзындыққа 40-50 сантиметр қашықтыққа секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға және солға бұрылып тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Көңілді қошақандар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Қос алқа» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан адымдап, жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық жаттығу: шаңғымен бірінің артынан бірі жүруді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтап, арқанның бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Қос алқа» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан адымдап, жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен)

	2. Спорттық жаттығу: шаңғымен бірінің артынан бірі жүруді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтап, арқанның бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Қос алқа» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан адымдап, жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бөрене және гимнастикалық орындықтан аттап еңбектеп өтуді дамыту; 4-5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40-50 сантиметр) секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Алшы» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Қос алқа» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан тізені жоғары көтеріп жүру, заттардан бір қырымен аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық жаттығу: шаңғымен бір орнында тұрып оңға, солға бұрылу, айналу дамыту. Спорттық ойын элементі: берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебуге үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қара құлақ» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Қос алқа» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан тізені жоғары көтеріп жүру, заттардан бір қырымен аттап жүру.

	Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық жаттығу: шаңғымен бір орнында тұрып оңға, солға бұрылу, айнаруды дамыту. Спорттық ойын элементі: берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қара құлақ» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Қос алқа» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан тізені жоғары көтеріп жүру, заттардан бір қырымен аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық жаттығу: шаңғымен бір орнында тұрып оңға, солға бұрылу, айнаруды дамыту. Спорттық ойын элементі: берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қара құлақ» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Қос алқа» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

09-13.03.2026 ж

Дәйек сөз: «Тәуелсіздік - тәтті сөз ғана емес, ұлттық жауапкершілік»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандарға «Логоритмикалық жаттығулардың пайдасы» тақырыбында кеңес беру. Ата-аналарға «Қазақтың ұлттық ойындармен таныстыру» ұсыныс
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және «жыланша» ирелеңдеп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға және солға бұрылып тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Алшы» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ықылас» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және «жыланша» ирелеңдеп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүруді дамыту; заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыруды (2,5-5 метр қашықтық) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Білектесу» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету.

	Релаксация. Күй: «Ықылас» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және «жыланша» ирелеңдеп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыруды (2,5-5 метр қашықтық) дамыту; 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ықылас» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және жетекшіні ауыстырып жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: 4-5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40-50 сантиметр) секіруді дамыту; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалатуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қара құлақ» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ықылас» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және жетекшіні ауыстырып жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: 4-5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40-50 сантиметр) секіруді дамыту; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалатуды үйрету.

	3. Қимылды ойын: «Қара құлақ» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ықылас» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және жетекшіні ауыстырып жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға, солға бұрылып тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтап, көлбеу тақтай бойымен (ені 2 сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Алшы» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ықылас» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеуді дамыту; бір орында тұрып биіктікке секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ханталапай» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ықылас» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары.

	(1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеуді дамыту; бір орында тұрып биіктікке секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ханталапай» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ықылас» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеуді дамыту; бір орында тұрып биіктікке секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ханталапай» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ықылас» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

16-20.03.2026 ж

Дәйек сөз: «Ар-намыс қана тәуелсіздікке тірек бола алады»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандарға «Логоритмикалық жаттығулардың пайдасы» тақырыбында кеңес беру. Ата-аналарға «Қазақтың ұлттық ойындармен таныстыру» ұсыныс
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру. Негізгі бөлімі: - Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) - Негізгі қимылдар: 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта еңбектеуді дамыту; тұрған орнында қос аяқпен секіруді үйрету. - Қимылды ойын: «Омпы» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Шерлі» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру. Негізгі бөлімі: - Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) - Негізгі қимыл: тұрған орнында қос аяқпен секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті тура тебуді үйрету. - Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Шерлі»

	Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті тура тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып арқан бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ұшақтар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Шерлі» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, көлбеу тақтай бойымен (ені 2 сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүруді дамыту; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Білектесу» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Шерлі» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, көлбеу тақтай бойымен (ені 2 сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүруді дамыту; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Білектесу»

	Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Шерлі» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр) секіруді дамыту; оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2-2,5 метр қашықтықтан) лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Омпы» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Шерлі» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: шеңбер бойымен самокат тебуді дамыту. Спорттық ойын элементі: баскетбол добын кеуде тұсынан екі қолымен бір-біріне лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ханталапай» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Шерлі» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен)

	2. Спорттық жаттығу: шеңбер бойымен самокат тебуді дамыту. Спорттық ойын элементі: баскетбол добын кеуде тұсынан екі қолымен бір-біріне лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ханталапай» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Шерлі» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: шеңбер бойымен самокат тебуді дамыту. Спорттық ойын элементі: баскетбол добын кеуде тұсынан екі қолымен бір-біріне лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ханталапай» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Шерлі» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Келісіміз

Әдіскер

Н.В. Невер

Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

23-27.03.2026 ж

Дәйек сөз: «Патриотизмі жоқ халық жаны жоқ тәнмен тең»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандарға «Логоритмикалық жаттығулардың пайдасы» тақырыбында кеңес беру. Ата-аналарға «Қазақтың ұлттық ойындармен таныстыру» ұсыныс
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және әр түрлі бағытта шашырап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып арқан бойымен жүруді дамыту; төменнен екі қолмен көлденең нысанаға лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Терісқақпай» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және әр түрлі бағытта шашырап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: төменнен екі қолмен көлденең нысанаға лақтыруды дамыту; заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ханталапай» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету.

	Релаксация. Күй: «Терісқақпай» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және әр түрлі бағытта шашырап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуді дамыту; 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Аңшы мен қояндар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Терісқақпай» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және 1-1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2-2,5 метр қашықтықтан) лақтыруды дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға, солға бұрылып тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ханталапай» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Терісқақпай» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және 1-1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен)

	2. Негізгі қимыл: оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2-2,5 метр қашықтықтан) лақтыруды дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға, солға бұрылып тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ханталапай» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Терісқақпай» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және 1-1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеуді дамыту; қысқа секіргішпен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Терісқақпай» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және шашырап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеуді (арақашықтығы 3-4 метр) дамыту; бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіруді (арақашықтықтығы 40 сантиметр) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Терісқақпай» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және шашырап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары.

	(2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеуді (арақашықтығы 3-4 метр) дамыту; бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіруді (арақашықтықтығы 40 сантиметр) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Терісқақпай» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және шашырап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеуді (арақашықтығы 3-4 метр) дамыту; бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіруді (арақашықтықтығы 40 сантиметр) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Терісқақпай» Қортынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

30.03.-03.04.2026 ж

Дәйек сөз: «Еңбек - қуаныш, жалқаулық - айырылмас азап» (Абай)

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандарға «Денсаулықты жақсарту мәселелерін шешу әдістері» тақырыбында ұсыныс. Ата-аналарға «Тыныс алу жаттығуларын үй жағдайында орындау» тақырыбында кеңес беру
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша қол ұстасып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті шеңбер бойымен тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Айгөлек» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ортеке» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша қол ұстасып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті шеңбер бойымен тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, тура жолмен, бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Үш табан»

	Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ортеке» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша қол ұстасып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, тура жолмен, бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың бойымен жүруді дамыту; оң және сол қолмен (1,5-2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыруды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қуыспақ» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Ортеке» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: қысқа секіргішпен секіруді дамыту; допты бір-біріне төменнен лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ортеке» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары.

	(1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: қысқа секіргішпен секіруді дамыту; допты бір-біріне төменнен лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Соқыр теке» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ортеке» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті оңға, солға бұрылып тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтап, қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20-25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өтуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Айгөлек» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Ортеке» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып, әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық жаттығу: тура жолмен өз бетінше самокат тебуді дамыту. Спорттық ойын элементі: футбол добын заттарды айналдыра жүргізуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Үш табан» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ортеке» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы

	Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып, әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық жаттығу: тура жолмен өз бетінше самокат тебуді дамыту. Спорттық ойын элементі: футбол добын заттарды айналдыра жүргізуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Үш табан» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ортеке» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып, әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Спорттық жаттығу: тура жолмен өз бетінше самокат тебуді дамыту. Спорттық ойын элементі: футбол добын заттарды айналдыра жүргізуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Үш табан» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Ортеке» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

06-10.04.2026 ж

Дәйек сөз: «Көп еңбек еткенге бақыт басын иеді»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандарға «Денсаулықты жақсарту мәселелерін шешу әдістері» тақырыбында ұсыныс. Ата-аналарға «Тыныс алу жаттығуларын үй жағдайында орындау» тақырыбында кеңес беру
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: оң және сол қолмен (1,5-2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыруды дамыту; еденге қойылған тақтай бойымен еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Арқан тарту» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: еденге қойылған тақтай бойымен еңбектеуді дамыту; құрсаудан құрсауға секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Теңге ілу» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация.

	Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: құрсаудан құрсауға секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті оңға және солға бұрылып тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20-25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өтуді дамыту; етпетімен жатып, гимнастикалық орындық бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Үш табан» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары.

	(1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20-25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өтуді дамыту; етпетімен жатып, гимнастикалық орындық бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Үш табан» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіруді дамыту; допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыруды (2 метр қашықтықтан) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Арқан тарту» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық орындық бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеуді дамыту; алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы»

	Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық орындық бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеуді дамыту; алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық орындық бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеуді дамыту; алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

13-17.04.2026 ж

Дәйек сөз: «Болашағы зор мамандықтар жоқ, тек болашағы зор мамандар бар»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандарға «Денсаулықты жақсарту мәселелерін шешу әдістері» тақырыбында ұсыныс. Ата-аналарға «Тыныс алу жаттығуларын үй жағдайында орындау» тақырыбында кеңес беру
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан еденге қойылған заттардан аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті оңға және солға бұрылып тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, қырлы тақтайдың бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түйілген орамал» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан еденге қойылған заттардан аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, қырлы тақтайдың бойымен жүруді дамыту; оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыруды (1-1,5 метр қашықтық) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қазан» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Қанағат»

	Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан еденге қойылған заттардан аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыруды (1-1,5 метр қашықтық) дамыту; арқанның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ұшақтар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыруды (2 метр қашықтықтан) дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Теңге ілу» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыруды (2 метр қашықтықтан) дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Теңге ілу»

	Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, үрленген доптардан (бір-бірінен қашық қойылған 5-6 доп арқылы кезекпен) аттап өтуді дамыту; табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түйілген орамал» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: шеңбер бойымен өз бетінше самокат тебуді дамыту. Спорттық ойын элементі: баскетбол добын оң және сол қолмен алып жүруге үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ұшақтар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен)

	2. Спорттық жаттығу: шеңбер бойымен өз бетінше самокат тебуді дамыту. Спорттық ойын элементі: баскетбол добын оң және сол қолмен алып жүруге үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ұшақтар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: шеңбер бойымен өз бетінше самокат тебуді дамыту. Спорттық ойын элементі: баскетбол добын оң және сол қолмен алып жүруге үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ұшақтар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

20-24.04.2026 ж

Дәйек сөз: «Білікті білім жинап кәсіп етер, білімнің дәмін татып өсіп өнер»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандарға «Денсаулықты жақсарту мәселелерін шешу әдістері» тақырыбында ұсыныс. Ата-аналарға «Тыныс алу жаттығуларын үй жағдайында орындау» тақырыбында кеңес беру
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін) жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: арқанның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеуді дамыту; заттарды айналып және заттардың арасымен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Сиқырлы таяқ» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Токтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін) жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: заттарды айналып және заттардың арасымен секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті тура тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жаяу көкпар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету.

	Релаксация. Күй: «Тоқтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін) жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті тура тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Бос орын» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Тоқтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеуді дамыту; бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2-3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қазан» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Тоқтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен)

	2. Негізгі қимылдар: табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеуді дамыту; бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2-3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қазан» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Тоқтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алуды (қатарынан 3-4 рет) дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Сиқырлы таяқ» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Тоқтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және бір сызыққа қойылған заттардың арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өтуді дамыту; оң және сол аяқты алмастыра отырып, арқаннан секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Бос орын» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Тоқтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және бір сызыққа қойылған заттардың арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру.

	Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өтуді дамыту; оң және сол аяқты алмастыра отырып, арқаннан секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Бос орын» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Толтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және бір сызыққа қойылған заттардың арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өтуді дамыту; оң және сол аяқты алмастыра отырып, арқаннан секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Бос орын» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Толтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

27.04.-01.05.2026 ж

Дәйек сөз: «Еңбек - қуаныш, жалқаулық - айырылмас азап.» (Абай)

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандарға «Денсаулықты жақсарту мәселелерін шешу әдістері» тақырыбында ұсыныс. Ата-аналарға «Тыныс алу жаттығуларын үй жағдайында орындау» тақырыбында кеңес беру
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және жартылай отырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүруді дамыту; аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5-2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалатуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ханталапай» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және жартылай отырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5-2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалатуды дамыту; көлбеу модуль бойымен еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қара құлақ» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Мамық»

	Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бір-бірден жүру және жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылуды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтап, сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жаяу көкпар» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бір-бірден жүру және жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылуды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтап, сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жаяу көкпар» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бір-бірден жүру және жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеуді дамыту; бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын:

	«Ханталапай» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан ересектің белгісімен тоқтап, шашырап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: тура жолмен өз бетінше самокат тебуді дамыту. Спорттық ойын элементі: футбол добын қақпаға тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жапалақ» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан ересектің белгісімен тоқтап, шашырап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: тура жолмен өз бетінше самокат тебуді дамыту. Спорттық ойын элементі: футбол добын қақпаға тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жапалақ» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан ересектің белгісімен тоқтап, шашырап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен)

	2. Спорттық жаттығу: тура жолмен өз бетінше самокат тебуді дамыту. Спорттық ойын элементі: футбол добын қақпаға тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жапалақ» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
--	---



Келісіледі

Әдіскер

Нисен Н.В

Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

04—(07)-08.05.2026

Дәйек сөз: «Көп еңбек еткенге бақыт басын иеді»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандарға «Денсаулықты жақсарту мәселелерін шешу әдістері» тақырыбында ұсыныс. Ата-аналарға «Тыныс алу жаттығуларын үй жағдайында орындау» тақырыбында кеңес беру
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: оң және сол қолмен (1,5-2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыруды дамыту; еденге қойылған тақтай бойымен еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Арқан тарту» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: еденге қойылған тақтай бойымен еңбектеуді дамыту; құрсаудан құрсауға секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Теңге ілу» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация.

	Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимыл: құрсаудан құрсауға секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті оңға және солға бұрылып тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20-25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өтуді дамыту; етпетімен жатып, гимнастикалық орындық бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Үш табан» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары.

	(1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20-25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өтуді дамыту; етпетімен жатып, гимнастикалық орындық бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Үш табан» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіруді дамыту; допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыруды (2 метр қашықтықтан) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Арқан тарту» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық орындық бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеуді дамыту; алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы»

	Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық орындық бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеуді дамыту; алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (1-кешен) 2. Негізгі қимылдар: гимнастикалық орындық бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеуді дамыту; алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Мысық пен құстар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Мыңжылқы» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



**Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды
жоспарлау циклограммасы
(11)-15.05.2026**

Дәйек сөз: «Болашағы зор мамандықтар жоқ, тек болашағы зор мамандар бар»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандарға «Денсаулықты жақсарту мәселелерін шешу әдістері» тақырыбында ұсыныс. Ата-аналарға «Тыныс алу жаттығуларын үй жағдайында орындау» тақырыбында кеңес беру
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан еденге қойылған заттардан аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті оңға және солға бұрылып тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, қырлы тақтайдың бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түйілген орамал» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан еденге қойылған заттардан аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, қырлы тақтайдың бойымен жүруді дамыту; оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыруды (1-1,5 метр қашықтық) үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қазан» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Қанағат»

	Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан еденге қойылған заттардан аттап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыруды (1-1,5 метр қашықтық) дамыту; арқанның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ұшақтар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыруды (2 метр қашықтықтан) дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Теңге ілу» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыруды (2 метр қашықтықтан) дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Теңге ілу»

	Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтап, қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, үрленген доптардан (бір-бірінен қашық қойылған 5-6 доп арқылы кезекпен) аттап өтуді дамыту; табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Түйілген орамал» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: шеңбер бойымен өз бетінше самокат тебуді дамыту. Спорттық ойын элементі: баскетбол добын оң және сол қолмен алып жүруге үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ұшақтар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен)

	2. Спорттық жаттығу: шеңбер бойымен өз бетінше самокат тебуді дамыту. Спорттық ойын элементі: баскетбол добын оң және сол қолмен алып жүруге үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ұшақтар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: шеңбер бойымен өз бетінше самокат тебуді дамыту. Спорттық ойын элементі: баскетбол добын оң және сол қолмен алып жүруге үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ұшақтар» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Қанағат» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

18-22.05.2026

Дәйек сөз: «Білікті білім жинап кәсіп етер, білімнің дәмін татып өсіп өнер»

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандарға «Денсаулықты жақсарту мәселелерін шешу әдістері» тақырыбында ұсыныс. Ата-аналарға «Тыныс алу жаттығуларын үй жағдайында орындау» тақырыбында кеңес беру
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ұйымдастырылған іс-әрекет	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін) жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: арқанның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеуді дамыту; заттарды айналып және заттардың арасымен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Сиқырлы таяқ» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Токтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін) жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: заттарды айналып және заттардың арасымен секіруді дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті тура тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жаяу көкпар» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету.

	Релаксация. Күй: «Тоқтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін) жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті тура тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Бос орын» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Тоқтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеуді дамыту; бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2-3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қазан» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Тоқтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен)

	2. Негізгі қимылдар: табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеуді дамыту; бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2-3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қазан» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Тоқтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимыл: допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алуды (қатарынан 3-4 рет) дамыту. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Сиқырлы таяқ» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Тоқтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және бір сызыққа қойылған заттардың арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өтуді дамыту; оң және сол аяқты алмастыра отырып, арқаннан секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Бос орын» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Тоқтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және бір сызыққа қойылған заттардың арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру.

	Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өтуді дамыту; оң және сол аяқты алмастыра отырып, арқаннан секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Бос орын» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Толтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан жүру және бір сызыққа қойылған заттардың арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: бірнеше заттардан еңбектеп өту, әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өтуді дамыту; оң және сол аяқты алмастыра отырып, арқаннан секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Бос орын» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Толтаған» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.



Дене шынықтыру пәні бойынша балаларды тәрбиелеу мен оқытуды жоспарлау циклограммасы

25 (27)-29.05.2026

Дәйек сөз: «Еңбек - қуаныш, жалқаулық - айырылмас азап.» (Абай)

Ата-аналармен әңгімелесу, кеңес беру	Мамандарға «Денсаулықты жақсарту мәселелерін шешу әдістері» тақырыбында ұсыныс. Ата-аналарға «Тыныс алу жаттығуларын үй жағдайында орындау» тақырыбында кеңес беру
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және жартылай отырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүруді дамыту; аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5-2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалатуды үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ханталапай» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және жартылай отырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5-2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалатуды дамыту; көлбеу модуль бойымен еңбектеуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Қара құлақ» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Мамық»

	Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Балбала», «Бабочки» ортаңғы тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Сапта бір-бірінің артынан жүру және жартылай отырып жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипедті тура тебуді дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Бос орын» Мақсаты: балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бір-бірден жүру және жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылуды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтап, сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жаяу көкпар» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен ескертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бір-бірден жүру және жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылуды дамыту. Негізгі қимыл: тепе-теңдікті сақтап, сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жаяу көкпар»

	Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Пчёлка», «Непоседы» ересек тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан бір-бірден жүру және жан-жаққа қосалқы кадаммен (оңға және солға) жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Негізгі қимылдар: 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеуді дамыту; бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіруді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Ханталапай» Мақсаты: ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету және ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан ересектің белгісімен тоқтап, шашырап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: тура жолмен өз бетінше самокат тебуді дамыту. Спорттық ойын элементі: футбол добын қақпаға тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жапалақ» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан ересектің белгісімен тоқтап, шашырап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен)

	2. Спорттық жаттығу: тура жолмен өз бетінше самокат тебуді дамыту. Спорттық ойын элементі: футбол добын қақпаға тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жапалақ» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.
	«Шапағат», «Колокольчик», «Лучики», «Ягодка» мектепалды тобы Кіріспе бөлімі: Сапта бір-бірінің жанына тұру, сәлемдесу. Бір-бірінің артынан ересектің белгісімен тоқтап, шашырап жүру. Негізгі бөлімі: 1. Жалпы дамыту жаттығулары. (2-кешен) 2. Спорттық жаттығу: тура жолмен өз бетінше самокат тебуді дамыту. Спорттық ойын элементі: футбол добын қақпаға тебуді үйрету. 3. Қимылды ойын: «Жапалақ» Мақсаты: ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Релаксация. Күй: «Мамық» Қорытынды бөлімі: балаларды алаңды айналып жүргізіп, демді ретке келтіру; балаларға мақтау мен есекертулер айту; балалармен қоштасу.