

«Айсұлтан» жеке меншік
балабақшасы директоры
Ержанова Л.

28.08.2025ж

2025-2026 оқу жылының дене тәрбиесі пәні бойынша ұйымдастырылған
іс-әрекеттерінің кестесі

Апта күндері	Тобы	Уақыты
Дүйсенбі	«Балапан»	09.00-09.15
	«Жауқазын»	09.15-09.35
Сейсенбі	«Құлыншақ»	09.20-09.40
Сәрсенбі	«Балапан»	09.00-09.20
	«Жауқазын»	09.20-09.40
Бейсенбі	«Құлыншақ»	09.00-09.20
	«Жауқазын»	09.20-09.40
Жұма	«Балапан»	09.20-09.40
	«Құлыншақ»	09.40-10.00

Дене нұсқаушысы: Жусипов Д Т

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу
жылына арналған тәрбиелеу - білім беру процесінің
циклограммасы
02-05.09.2025жыл

Дайындаған : Жусипов Д.
Тексерген: Ержанова Л.

Дүйсенбі 01.09	Сейсенбі 02.09	Сәрсенбі 03.09	Бейсенбі 04.09	Жұма 05.09
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p>	<p>«Құлыншақ» тобы</p> <p>Міндеті:"Қол кеуденің алдында" қалпынан қолды жанына қарай созу, "қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу; алға-жоғары көтеру (алақанды сыртқа қарай айналдыру);</p> <p>Қолданылатын құрал- жабдықтар: кедергілер, допшар.</p> <p>Әдіс-тәсілдері:топпен,жеке,жүппен.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: «жыланша» заттар арасыменирелеңдеп</p>	<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті:"Қол кеуденің алдында" қалпынан қолды жанына қарай созу, "қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу; алға-жоғары көтеру (алақанды сыртқақарай айналдыру);</p> <p>Әдіс-тәсілдері:топпен,жеке,жүппен</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: «жыланша» заттар арасымен ирелеңдеп жүру. Тұрған жеріненұзақтыққа 5-10см секіру . Құм дорбашаны аяқтың ішкі қырыменалу.</p> <p>Қимылды ойын:«Алақанға алақан».Аяқпенен топ-топ</p>	<p>«Құлыншақ» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті:"Қол кеуденің алдында" қалпынан қолды жанына қарай созу, "қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу; алға-жоғары көтеру (алақанды сыртқа қарай айналдыру);</p> <p>Әдіс-тәсілдері:топпен, жеке,жүппен</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар: доптар,кедергілер.</p> <p>Әдіс-тәсілдері:топпен,жеке,жүппен</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Заттар арасымен , құрсаларды домалату. Допты бір бірінен төменнен лақтыру және домалату, қағып алу (1,5м</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншақ» тобы</p> <p>Міндеті: "Қол кеуденің алдында" қалпынан қолды жанына қарай созу, "қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу; алға-жоғары көтеру (алақанды сыртқа қарай айналдыру).</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар: көлденең ілінген арқан, кедергі кеспекбөрене, доп.</p> <p>Әдіс-тәсілдері:топпен,жеке,жүппен</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: «жыланша» заттар арасымен ирелеңдеп жүру. Тұрған жерінен ұзақтыққа 5-10смсекіру . Құм дорбашаны аяқтың ішкі қырымен алу.</p> <p>Қимылды ойын: «Мыршай» массажы. Мыршай</p>

жүру. Тұрған жерінен ұзақтыққа 5-10см секіру . Құм дорбашаны аяқтыңішкі қырымен алу.

Қимылды ойын:

ұзындыққасекіру

Күтілетін нәтиже:

Заттардыкедергілерді аяқты тізеден көтеріп аттап өтту, қозғалыс бағытын өзгертіп жүрді.

(3 рет) Айналдырамыз басты (3 рет)Кеудемізді ұрамыз.

Күтілетін нәтиже:

«Жыланша» ирелеңдеп, кедергілерден өтті. Бір орында тұрып алға қарай 3-4м қашықтыққа жылжу арқылы секірді. Тізенің арасына қапшықты қысып қос аяқтап, түзу бағытта жүрді. Қос аякпен секірді.

қашықтық) . Допты бастан асыра кедергі арқылы лақтыру (2м қашықтық) .

Күтілетін нәтиже:

Заттар арасымен , кұрсаларды домалатты. Допты бір бірінен төменнен лақтырды және домалатты,қағып алды . Допты бастан асыра кедергі арқылы лақтырды

таңертең тұрды, Оңға қарап керілді, Солға қарап керілді, күнге созылды.

Жұдырығын түйді. Денесін қолымен үйкелей бастады: Қолдарын, бүйірі мен аяғын. Қандай тамаша! Алақанымен денесін ақарын-ақарын шапалақтап ұра бастады. Қол-аяғын сипалады. Екі бүйрін де сипалауды ұмытпады. Әдемі екен неткен, Мыршай біздің көркем!

Күтілетін нәтиже: Допты еденге лақтырып, қағып алады. Көлденең нысанға , алысқа, тура нысанға доптылақтырады. Тура бағытта 4-6 м арақашықтықта заттар арасымен «жыланша» ирелең жол салып еңбектейді.

**Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына
арналған тәрбиелеу - білім беру процесінің
циклограммасы**

**Дайындаған : Жусипов Д.
Тексерген:Ержанова Л.**

Қыркүйек айы 08-12.09.2025жыл

Дүйсенбі 08.09	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>МіндетіЖүгіру: шашырап; жұптасып, бір қатармен, заттарды аттап, бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелеңдеп, кедергілерден өту арқылы, табиғи жағдайларда кедергілерден өту арқылы, түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру</p> <p>Қолданылатын құрал-</p>	<p>«Құлыншақ» тобы</p> <p>Міндеті:Жүгіру: шашырап; жұптасып, бір қатармен, заттарды аттап, бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелеңдеп, кедергілерден өту арқылы, табиғи жағдайларда кедергілерден өту арқылы, түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру</p> <p>Қолданылатын құрал- жабдықтар: кедергілер, доп</p>	<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>МіндетіЖүгіру: шашырап; жұптасып, бір қатармен, заттарды аттап, бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелеңдеп, кедергілерден өту арқылы, табиғи жағдайларда кедергілерден өту арқылы, түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру Әдіс- тәсілдері:топпен,жеке,жұппен Негізгі қимыл-қозғалыс</p>	<p>«Құлыншақ» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті::"Жүгіру: шашырап; жұптасып, бір қатармен, заттарды аттап, бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелеңдеп, кедергілерден өту арқылы, табиғи жағдайларда кедергілерден өту арқылы, түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру</p> <p>Әдіс-тәсілдері:топпен,жеке,жұппен</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар: доптар,кедергілер.</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншақ» тобы</p> <p>Міндеті: :Жүгіру: шашырап; жұптасып, бір қатармен, заттарды аттап, бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелеңдеп, кедергілерден өту арқылы, табиғи жағдайларда кедергілерден өту арқылы, түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар: көлденең ілінген арқан, кедергі кеспек бөрене, доп. Әдіс-тәсілдері:топпен,жеке,жұппен</p>

<p>жабдықтар: секіртпе, доптар, кедергілер.</p> <p>Әдіс-тәсілдері: топпен, жеке, жұппен.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 4-5 сызыққа орнында тұрып секіру. 20-25см биіктікке секіру. Бір аяқпен секіру (4-5 рет оң және сол аяқпен) Қысқа секіртпемен секіру, демалып 2-3 реттен 10 рет секіру.</p> <p>Қимылды ойын: Секіртпемен секіру</p> <p>Күтілетін нәтиже: 4-5 сызыққа орнында тұрып секірді. 20-25см биіктікке секірді. Бір аяқпен секірді. Қысқа секіртпемен секірді.</p>	<p>шар.</p> <p>Әдіс-тәсілдері: топпен, жеке, жұппен.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: «жыланша» заттар арасымен ирелеңдеп жүру. Тұрған жерінен ұзақтыққа 5-10см секіру. Құм дорбашаны аяқтың ішкі қырымен алу.</p> <p>Қимылды ойын: ұзындыққа секіру</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттарды кедергілерді аяқты тізеден көтеріп аттап өту, қозғалыс бағытын өзгертіп жүрді.</p>	<p>жаттығулары: «жыланша» заттар арасымен ирелеңдеп жүру. Тұрған жерінен ұзақтыққа 5-10см секіру. Құм дорбашаны аяқтың ішкі қырымен алу.</p> <p>Қимылды ойын: «Алақанға алақан». Аяқпенен топ-топ (3 рет) Айналырамыз басты (3 рет) Кеудемізді ұрамыз.</p> <p>Күтілетін нәтиже: «Жыланша» ирелеңдеп, кедергілерден өтті. Бір орында тұрып алға қарай 3-4м қашықтыққа жылжу арқылы секірді. Тізенің арасына қапшықты қысып қос аяқтап, түзу бағытта жүрді. Қос аяқпен секірді.</p>	<p>Әдіс-тәсілдері: топпен, жеке, жұппен</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Заттар арасымен, құрсаларды домалату. Допты бір бірінен төменнен лақтыру және домалату, қағып алу (1,5м қашықтық). Допты бастан асыра кедергі арқылы лақтыру (2м қашықтық).</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттар арасымен, құрсаларды домалатты. Допты бір бірінен төменнен лақтырды және домалатты, қағып алды. Допты бастан асыра кедергі арқылы лақтырды</p>	<p>жаттығулары: «жыланша» заттар арасымен ирелеңдеп жүру. Тұрған жерінен ұзақтыққа 5-10см секіру. Құм дорбашаны аяқтың ішкі қырымен алу.</p> <p>Қимылды ойын: «Мыршай» массажы. Мыршай таңертең тұрды, Оңға қарап керілді, Солға қарап керілді, күнге созылды. Жұдырығын түйді. Денесін қолымен үйкелей бастады: Қолдарын, бүйірі мен аяғын. Қандай тамаша! Алақанымен денесін ақарын-ақарын шапалақтап ұра бастады. Қол-аяғын сипалады. Екі бүйрінде сипалауды ұмытпады. Әдемі екен неткен, Мыршай біздің көркем!</p> <p>Күтілетін нәтиже: Допты еденге лақтырып, қағып алады. Көлденең нысанға, алысқа, тура нысанға допты лақтырады. Тура бағытта 4-6 м арақашықтықта заттар арасымен «жыланша» ирелең жол салып өңбектейді.</p>
---	---	--	--	--

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Дайындаған :Жусипов Д.

Тексерген: Ержанова Л.

Қыркүйек айы 15-19.09.2025жыл

Дүйсенбі 15.09	Сейсенбі 16.09	Сәрсенбі 17.09	Бейсенбі 18.09	Жұма 19.09
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті:Жүру. Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен,өкшемен жүру; Тізеден бүгілген аяқты жоғарыкөтеру, заттарды аттап өту, түрлі қарқында, тәрбиешінің белгісімен тоқтау, қозғалыс бағытын өзгерту, шашырап, заттар арасымен, адымдап алға қарай жүру, кадамды алмастыра жүру, жүру мен жүгіруді қайталап кезектестіру;</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар: секіртпе,</p>	<p>«Құлыншақ» тобы</p> <p>Міндеті Жүру. Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен,өкшемен жүру; Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеру, заттарды аттап өту, түрлі қарқында, тәрбиешінің белгісімен тоқтау, қозғалыс бағытын өзгерту, шашырап, заттар арасымен, адымдап алға қарай жүру, кадамды алмастыражүру, жүру мен жүгіруді қайталап кезектестіру</p> <p>Қолданылатын құрал- жабдықтар: кедергілер, допшар.</p> <p>Әдіс-тәсілдері:топпен, жеке,</p>	<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті: Жүру. Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру; Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеру, заттарды аттап өту, түрлі қарқында, тәрбиешінің белгісімен тоқтау, қозғалыс бағытын өзгерту, шашырап, заттар арасымен, адымдап алға қарай жүру, кадамды алмастыра жүру,жүру мен жүгіруді қайталап кезектестіру</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар: кедергілер, доп шар.</p> <p>Әдіс-тәсілдері: топпен, жеке, жұппен</p>	<p>«Құлыншақ» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті:Жүру. Сапта бір қатармен, ұшымен, өкшемен жүру; Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеру, заттарды аттап өту, түрлі қарқында, тәрбиешінің белгісімен тоқтау, қозғалыс бағытын өзгерту, шашырап, заттар арасымен, адымдапалға қарай жүру, кадамды алмастыражүру, жүру мен жүгіруді қайталап кезектестіру</p> <p>Әдіс-тәсілдері: топпен, жеке, жұппен Қолданылатын құрал-жабдықтар: доптар, кедергілер.</p> <p>Әдіс-тәсілдері: топпен, жеке, жұппен Негізгі қимыл-қозғалыс</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншақ» тобы</p> <p>Міндеті: :Жүру. Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру; Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеру,заттарды аттап өту, түрлі қарқында, тәрбиешінің белгісімен тоқтау, қозғалысбағытын өзгерту, шашырап, заттар арасымен, адымдап алға қарай жүру, кадамды алмастыра жүру, жүру мен жүгіруді қайталап кезектестіру</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар: көлденең ілінген арқан, кедергі кеспекбөрене, доп.</p> <p>Әдіс-тәсілдері: топпен, жеке, жұппен Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: «жыланша» заттар арасымен ирелеңдеп жүру. Тұрған жерінен</p>

<p>доптар, кедергілер.</p> <p>Әдіс-тәсілдері: топпен, жеке, жұппен.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 4-5 сызыққа орнында тұрып секіру. 20-25см биіктікке секіру. Бір аяқпен секіру (4-5 рет оң және сол аяқпен) Қысқа секіртпемен секіру, демалып 2-3 реттен 10 рет секіру.</p> <p>Қимылды ойын: Секіртпемен секіру</p> <p>Күтілетін нәтиже: 4-5 сызыққа орнында тұрып секірді. 20-25см биіктікке секірді. Бір аяқпен секірді. Қысқа секіртпемен секірді.</p>	<p>жұппен.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: «жыланша» заттар арасымен ирелеңдеп жүру. Тұрған жерінен ұзақтыққа 5-10см секіру . Құм дорбашаны аяқтың ішкі қырымен алу.</p> <p>Қимылды ойын: ұзындыққа секіру</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттарды кедергілерді аяқты тізеден көтеріп аттап өту, қозғалыс бағытын өзгертіп жүрді.</p>	<p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: «жыланша» заттар арасымен ирелеңдеп жүру. Тұрған жерінен ұзақтыққа 5-10см секіру . Құм дорбашаны аяқтың ішкі қырымен алу.</p> <p>Қимылды ойын: «Алақанға алақан». Аяқпенен топ-топ (3 рет) Айналдырамыз басты (3 рет) Кеудемізді ұрамыз.</p> <p>Күтілетін нәтиже: «Жыланша» ирелеңдеп, кедергілерден өтті. Бір орында тұрып алға қарай 3-4м қашықтыққа жылжу арқылы секірді. Тізенің арасына қапшықты қысып қос аяқтап, тұзубағытта жүрді. Қос аяқпен секірді</p>	<p>жаттығулары: Заттар арасымен , құрсаларды домалату. Допты бір бірінен төменнен лақтыру және домалату, қағып алу (1,5м қашықтық) . Допты бастан асыра кедергі арқылы лақтыру (2м қашықтық) .</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттар арасымен , құрсаларды домалатты. Допты бір бірінен төменнен лақтырды және домалатты, қағып алды . Допты бастан асыра кедергі арқылы лақтырды</p>	<p>ұзақтыққа 5-10см секіру . Құм дорбашаны аяқтың ішкі қырымен алу.</p> <p>Қимылды ойын: «Мыршай» массажы. Мыршай таңертең тұрды, Оңға қарап керілді, Солға қарап керілді, күнге созылды. Жұдырығын түйді. Денесін қолымен үйкелей бастады: Қолдарын, бүйірі мен аяғын. Қандай тамаша! Алақанымен денесін ақарын-ақарын шапалақтап ұра бастады. Қол-аяғын сипалады. Екі бүйрінде сипалауды ұмытпады. Әдемі екен неткен, Мыршай біздің көркем!</p> <p>Күтілетін нәтиже: Допты еденге лақтырып, қағып алады. Көлденең нысанға , алысқа, тура нысанға допты лақтырады. Тура бағытта 4-6 м арақашықтықта заттар арасымен «жыланша» ирелең жол салып еңбектейді.</p>
---	---	---	---	---

Дене тәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Дайындаған : Жусипов .Д.

Тексерген: Ержанова Л.

Қыркүйек айы 22-26.09.2025жыл

Дүйсенбі 22.09	Сейсенбі 23.09	Сәрсенбі 24.09	Бейсенбі 25.09	Жұма 26.09
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті:"Қол кеуденің алдында" қалпынан қолды жанына қарай созу, "қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу; алға-жоғары көтеру (алақанды сыртқа қарай</p>	<p>«Құлыншақ» тобы</p> <p>Міндеті:"Қол кеуденің алдында" қалпынан қолды жанына қарай созу, "қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу; алға-жоғары көтеру (алақанды сыртқа қарай</p>	<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті:"Қол кеуденің алдында" қалпынан қолды жанына қарай созу, "қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу; алға-жоғары көтеру (алақанды сыртқа қарай айналдыру);</p>	<p>«Құлыншақ» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті:"Қол кеуденің алдында" қалпынан қолды жанына қарай созу, "қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу; алға-жоғары көтеру (алақанды сыртқа қарай айналдыру);Әдіс-</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншақ» тобы</p> <p>Міндеті: "Қол кеуденің алдында" қалпынан қолды жанына қарай созу, "қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу; алға-жоғары көтеру (алақанды сыртқа қарай айналдыру).</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар:</p>

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу -білім беру процесінің циклограммасы

**Дайындаға Жусипов Д.
Тексерген:Ержанова Л.**

27.09-03.10.2025ж

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті:Допты басынан асыра(алғажәнеартқа)бір - бірінеберу,қолдыалғасоз ыпоңға,солғабұрылу,гим настикалыққабырғаға қарап тұрып, белініңтұсынан жіңішке тақтайшаныұстап,алғаең кейіп,иілу,гимнастикалы қ қабырғағарқасымен тіреліп тұрып, қолынбелініңтұсынасайр ейкаданұстап,аяқты кезектестіребүгу жәнетік көтеру</p> <p>Әдіс-тәсілдері: Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі біржаққа бағыттай отырып қағыплақтыру;</p> <p>Қолданылатын құрал-</p>	<p>«Құлыншак» тобы</p> <p>Міндеті:Допты басынан асыра(алға және артқа) бір-бірінеберу,қолды алға созып оңға,солға бұрылу, гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсынан жіңішке тақтайшаны ұстап, алға еңкейіп, иілу, гимнастикалық қабырғаға арқасымен тіреліп тұрып, қолын белінің тұсына сай рейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бүгужәнетік көтеру</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар: кедергілер, допшар.</p> <p>Әдіс-тәсілдері:Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі біржаққа бағыттай отырып қағыплақтыру.</p> <p>Негізгі қимыл-</p>	<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті: :Допты басынан асыра (алғажәне артқа) бір-біріне беру, қолды алғасозыпоңға,солғабұрылу, гимнастикалыққабырғағақар аптұрып,белініңтұсынанжіңі шкетақтайшаны ұстап,алғаеңкейіп,иілу,гимнас тикалыққабырғаға арқасымен тіреліп тұрып,қолынбелініңтұсынаса йрейкаданұстап, аяқты кезектестіре бүгу және тіккөтеру Қолданылатын құрал-жабдықтар: көлденеңілінгенарқан,кедергі кеспекбөрене,доп.Әдіс-тәсілдері: Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттайотырыпқағып лақтыру;Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Лақтыру, қағып алу,</p>	<p>«Құлыншак» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті:Допты басынан асыра(алғажәнеартқа)бір- бірінеберу,қолдыалғасозып оңға,солғабұрылу,гимнасти калыққабырғаға қарап тұрып, белініңтұсынан жіңішке тақтайшаны ұстап,алға еңкейіп, иілу, гимнастикалық қабырғаға арқасымен тіреліп тұрып, қолынбелініңтұсынасайрей каданұстап, аяқты кезектестіре бүгу жәнетік көтеру</p> <p>Әдіс-тәсілдері:Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі біржаққа бағыттай отырып қағып лақтыру;</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар:доптар, кедергілер.</p> <p>Әдіс-тәсілдері:Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі біржаққа бағыттай</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншак» тобы</p> <p>Міндеті: :Допты басынан асыра (алғажәне артқа) бір-біріне беру, қолды алғасозыпоңға,солғабұрылу,гим настикалыққабырғағақараптұры п,белініңтұсынанжіңішкетақтай шаны ұстап,алғаеңкейіп,иілу,гимнастик алыққабырғаға арқасымен тіреліп тұрып,қолынбелініңтұсынасайрей каданұстап, аяқты кезектестіре бүгу және тіккөтеру</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар:көлденеңілінгенар қан,кедергікеспекбөрене,доп.</p> <p>Әдіс-тәсілдері:Бадминтон. Воландыракеткамен белгілі бір жаққа бағыттайотырыпқағып лақтыру;Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Лақтыру, қағып алу, домалату: қосқолмендоптыжоғары,жіптің үстіненлақтыру,доптыеденнен</p>

<p>жоғары, жіптің үстінен лақтыру, допты еденнен ыршытып жоғары лақтырып, қос қолмен қағып алу (4–5 рет), допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату, допты қабырғаға ұрып және еденнен ыршытып қос қолмен қағып алу, 2–2,5 марақашықтықтағы нысанаға құмсалынған қапшықты</p> <p>Қимылды ойын: Допты домалату, қағып алу, бастан асыра лақтыру</p> <p>Күтілетін нәтиже: бір қатарға қайта тұра алады, сап түзеп жүруден бір және екі қатармен қайта тұра алады, бірорында бұрылады; спорттық ойын элементтерін және жаттығуларын меңгерген</p>	<p>лақтырып, қос қолмен қағып алу (4–5 рет), допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату, допты қабырғаға ұрып және еденнен ыршытып қос қолмен қағып алу, 2–2,5 марақашықтықтағы нысанаға құмсалынған қапшықты</p> <p>Қимылды ойын: допты қағып алу, лақтыру</p> <p>Күтілетін нәтиже: бір қатарға қайта тұра алады, сап түзеп жүруден бір және екі қатармен қайта тұра алады, бірорында бұрылады; спорттық ойын элементтерін және жаттығуларын меңгерген;</p>	<p>арақашықтықтағы нысанаға құмсалынған қапшықты</p> <p>Қимылды ойын: Допты алып жүру, секіру, лақтыру</p> <p>Күтілетін нәтиже: бір қатарға қайта тұра алады, сап түзеп жүруден бір және екі қатармен қайта тұра алады, бірорында бұрылады; спорттық ойын элементтерін және жаттығуларын меңгерген;</p>	<p>жоғары, жіптің үстінен лақтыру, допты еденнен ыршытып жоғары лақтырып, қос қолмен қағып алу (4–5 рет), допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату, допты қабырғаға ұрып және еденнен ыршытып қос қолмен қағып алу, 2–2,5 марақашықтықтағы нысанаға құмсалынған қапшықты</p> <p>Қимылды ойын: Допты домалату, қағып алу, бастан асыра лақтыру</p> <p>Күтілетін нәтиже: бір қатарға қайта тұра алады, сап түзеп жүруден бір және екі қатармен қайта тұра алады, бірорында бұрылады; спорттық ойын элементтерін және жаттығуларын меңгерген;</p>	<p>арақашықтықтағы нысанаға құмсалынған қапшықты</p> <p>Қимылды ойын: Допты алып жүру, секіру, лақтыру</p> <p>Күтілетін нәтиже: бір қатарға қайта тұра алады, сап түзеп жүруден бір және екі қатармен қайта тұра алады, бірорында бұрылады; спорттық ойын элементтерін және жаттығуларын меңгерген;</p>
--	---	---	---	---

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу -білім беру процесінің циклограммасы

**Дайындаған:Жусипов Д.
Тексерген:Ержанова Л.**

06.10.-10.10.2025жыл

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті:секіру бір орында тұрып,алғақарай 3–4мқашықтыққа жылжу арқылы секіру, тізеніңарасына қапшықты қысып, қосаяқтап; түзу бағытта(арақашықтығы 6 м); қос аяқтапзаттар арасымен (арақашықтығы4 м), оң және сол аяқтарыменкезектесіп заттар арасымен(арақашықтығы 3 м), орнынанбиіктікке,арқаннан,с ызықтанаттап секіру, оң және сол аяғынкезектестіріп секіру, биіктіктенсекіру, 20 см дейінгі биіктіктікесекіру;</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар: доптар,кедергіАрнаулы жаттығулар: -үлкеншеңбержасау -сәлемдесу -оңға,солғабұрылу -жүріс жаттығулары (әртүрліқалыпта) лер</p>	<p>«Құлыншақ» тобы</p> <p>Міндеті:секіру бір орындатұрып, алға қарай 3–4 мқашықтыққа жылжу арқылысекіру,тізеніңарасынақапшықты қысып, қос аяқтап;түзу бағытта (арақашықтығы 6м); қос аяқтап заттар арасымен(арақашықтығы 4 м), оң жәнеосолаяқтарыменкезектесіпз аттар арасымен(арақашықтығы 3 м), орнынанбиіктікке, арқаннан, сызықтанаттап секіру, оң және сол аяғынкезектестіріп секіру, биіктіктенсекіру,20смдейінгіби іктіктікесекіру;</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар: кедергілер, допшар. Арнаулы жаттығулар: -сапқатұрғызу -сәлемдесу -оңға,солға бұрылу</p> <p>Әдіс-тәсілдері:Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілібір</p>	<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті: :секіру бір орында тұрып, алғақарай 3–4 м қашықтыққа жылжу арқылысекіру,тізеніңарасынақапшы қтықысып, қос аяқтап; түзу бағытта(арақашықтығы 6 м); қос аяқтап заттарарасымен (арақашықтығы 4 м), оң жәнеосолаяқтарымен кезектесіпзаттарарасымен (арақашықтығы 3 м), орнынанбиіктікке, арқаннан, сызықтан аттапсекіру, оң және сол аяғын кезектестіріпсекіру, биіктіктен секіру, 20 см дейінгібиіктіктікесекіру;</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар:көлденеңлінгенарқа н,кедергікеспекбөрене,доп. Арнаулыжаттығулар: -үлкеншеңбержасау -сәлемдесу -оңға,солғабұрылу -жүрісжаттығулары (әртүрліқалыпта)</p> <p>Әдіс-тәсілдері:Бадминтон. Воландыракеткамен белгілі бір жаққа бағыттаптырыпқағып лақтыру;</p> <p>Негізгі қимыл-</p>	<p>«Құлыншақ» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті:секіру бір орында тұрып,алғақарай 3–4мқашықтыққа жылжу арқылы секіру, тізеніңарасына қапшықты қысып, қосаяқтап; түзу бағытта(арақашықтығы 6 м); қос аяқтапзаттар арасымен (арақашықтығы4 м), оң және сол аяқтарыменкезектесіп заттар арасымен(арақашықтығы 3 м), орнынанбиіктікке,арқаннан,сыз ықтанаттап секіру, оң және сол аяғынкезектестіріп секіру, биіктіктенсекіру, 20 см дейінгі биіктіктікесекіру;</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар: доптар,кедергіАрнаулыжа ттығулар: -үлкеншеңбержасау -сәлемдесу -оңға,солғабұрылу -жүріс жаттығулары (әртүрліқалыпта) лер.</p> <p>Әдіс-тәсілдері:Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілібір</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншақ» тобы</p> <p>Міндеті: :секіру бір орында тұрып, алғақарай 3–4 м қашықтыққа жылжу арқылысекіру,тізеніңарасынақапшықтық ысып, қос аяқтап; түзу бағытта(арақашықтығы 6 м); қос аяқтап заттарарасымен (арақашықтығы 4 м), оң жәнеосолаяқтарымен кезектесіпзаттарарасымен (арақашықтығы 3 м), орнынанбиіктікке, арқаннан, сызықтан аттапсекіру, оң және сол аяғын кезектестіріпсекіру, биіктіктен секіру, 20 см дейінгібиіктіктікесекіру;</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар:көлденеңлінгенарқан,кед ергікеспекбөрене,доп. Арнаулыжаттығулар: -үлкеншеңбержасау -сәлемдесу -оңға,солғабұрылу -жүрісжаттығулары (әртүрліқалыпта)</p> <p>Әдіс-тәсілдері:Бадминтон. Воландыракеткамен белгілі бір жаққа бағыттаптырыпқағып лақтыру;</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалысжаттығулары:Заттара арасымен,</p>

<p>жаққа бағыттай отырып қағып лақтыру</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Лақтыру, қағып алу, домалату: қос қолмен допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру, допты еденнен ыршытып жоғары лақтырып, қос қолмен қағып алу (4–5 рет), допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату, допты қабырғаға ұрып және еденнен ыршытып қос қолмен қағып алу, 2–2,5 марақашықтықтағы нысанаға</p> <p>Қимылды ойын: Допты домалату, қағып алу, бастана сыралақтыру</p> <p>Күтілетін нәтиже: бір қатарға қайта тұра алады, сап түзеп жүруден бір және екі қатармен қайта тұра алады, бір орында бұрылады; спорттық ойын элементтерін және жаттығуларын меңгерген;</p>	<p>жаққа бағыттай отырып қағып лақтыру.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: «жыланша» заттар арасымен ирелеңдеп жүру. Тұрған жерінен ұзақтыққа 5–10 см секіру. Құмдорбашаны аяқтың ішкі қырымен алу.</p> <p>Қимылды ойын: допты қағып алу, лақтыру</p> <p>Күтілетін нәтиже: бір қатарға қайта тұра алады, сап түзеп жүруден бір және екі қатармен қайта тұра алады, бір орында бұрылады; спорттық ойын элементтерін және жаттығуларын меңгерген;</p>	<p>құрсаларды домалату. Допты бір бірінентөменнен лақтыру және домалату, қағып алу (1,5 м қашықтық). Допты бастанасыракедергі арқылы лақтыру (2 м қашықтық)..</p> <p>Қимылды ойын: Допты алып жүру, секіру, лақтыру</p> <p>Күтілетін нәтиже: бір қатарға қайта тұра алады, сап түзеп жүруден бір және екі қатармен қайта тұра алады, бір орында бұрылады; спорттық ойын элементтерін және жаттығуларын меңгерген</p>	<p>жаққа бағыттай отырып қағып лақтыру</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Лақтыру, қағып алу, домалату: қос қолмен допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру, допты еденнен ыршытып жоғары лақтырып, қос қолмен қағып алу (4–5 рет), допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату, допты қабырғаға ұрып және еденнен ыршытып қос қолмен қағып алу, 2–2,5 марақашықтықтағы нысанаға</p> <p>Қимылды ойын: Допты домалату, қағып алу, бастанасыралақтыру</p> <p>Күтілетін нәтиже: бір қатарға қайта тұра алады, сап түзеп жүруден бір және екі қатармен қайта тұра алады, бір орында бұрылады; спорттық ойын элементтерін және жаттығуларын меңгерген;</p>	<p>құрсаларды домалату. Допты бір бірінентөменнен лақтыру және домалату, қағып алу (1,5 м қашықтық). Допты бастанасыракедергі арқылы лақтыру (2 м қашықтық)..</p> <p>Қимылды ойын: Допты алып жүру, секіру, лақтыру</p> <p>Күтілетін нәтиже: бір қатарға қайта тұра алады, сап түзеп жүруден бір және екі қатармен қайта тұра алады, бір орында бұрылады; спорттық ойын элементтерін және жаттығуларын меңгерген;</p>
---	---	---	--	--

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу -білім беру процесінің циклограммасы

**Дайындаған:Жусипов Д.
Тексерген:Ержанова Л.**

13.10.-17.10.2025жыл

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті::Лақтыру,қағыпалу,домалату: қос қолмен допты жоғары,жіптіңүстіненлақтыру,доптыеденнен ыршытыпжоғарылақтырып, қосқолменқағып алу (4–5 рет), допты бір қатарғақойылған заттар арасымен домалату,допты қабырғаға ұрып және еденненыршытып қос қолмен қағып алу, 2–2,5 марақашықтықтағы нысанаға құмсалынған қапшықты, асықты дәлдеплақтыру, допты екі қолымен бір-біріне(арақашықтығы 1,5–2 м) басынан асыралақтыру,допты екіқолымензаттарарасымен жүргізу (арақашықтығы 4 м),алға қарай жылжып, қос қолмендоптылақтырып, қайта қағып алу(арақашықтығы 4–5м);</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар:көлденеңлінге нарқан, кедергі кеспек бөрене, доп. Арнаулы жаттығулар: -сапқа тұрғызу -сәлемдесу -оңға, солға бұрылу</p>	<p>«Құлыншақ» тобы</p> <p>Міндеті:Лақтыру, қағыпалу, домалату: қосқолмендопты жоғары,жіптіңүстіненлақтыру, допты еденненыршытып жоғары лақтырып, қос қолменқағып алу (4–5 рет), допты бірқатарға қойылған заттарарасымен домалату, доптықабырғаға ұрып және еденненыршытып қос қолмен қағыпалу, 2–2,5 м арақашықтықтағынысанағақұмсалынғанқапшықты, асықты дәлдеплақтыру, доптыекіқолымен бір- біріне (арақашықтығы 1,5–2м)басынан асыралақтыру, доптыекіқолымен заттар арасымен жүргізу(арақашықтығы 4 м), алға қарайжылжып, қос қолмен доптылақтырып, қайтақағыпалу(арақашықтығы4–5м);</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар: кедергілер, допшарАрнаулы жаттығулар: -сапқа тұрғызу</p>	<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Өртті сөндіру»</p> <p>Мақсаты: Икемділіктерін дамытып, кеңістікті бағдарлай білуге үйретіп, ұйымшылдыққа тәрбиелеу.</p> <p>Құрал-жабдықтар: Су құйылған шелек, қызыл түсті кішкентай кемелер, майонездің бос шелегі, тазик.</p> <p>Ойын барысы:</p> <p>Белгілі бір ара қашықтықта балалар сапқа тұрады</p> <p>Шелекке су толтырады Су толтырылған шелекті бір-біріне береді Өрттерді сөндіреді Өшіріп су құйған бала бөгеттерден өтіп саптың басына барып тұрады.</p>	<p>«Құлыншақ» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті:Лақтыру, қағыпалу, домалату: қосқолмендопты жоғары, жіптің үстінен лақтыру, допты еденнен ыршытып жоғарылақтырып, қос қолмен қағып алу(4–5рет), доптыбірқатарғақойылған заттар арасымендомалату, допты қабырғаға ұрыпжәне еденнен ыршытып қосқолмен қағып алу, 2–2,5 марақашықтықтағы нысанаға құмсалынған қапшықты, асықтыдәлдеплақтыру, допты екіқолыменбір-біріне(арақашықтығы 1,5–2 м) басынанасыралақтыру, допты екіқолымен заттар арасымен жүргізу(арақашықтығы 4 м), алға қарайжылжып, қос қолмен доптылақтырып, қайтақағыпалу(арақашықтығы 4–5м);</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар: доптар, кедергілер. Арнаулыжаттығулар: -сапқатұрғызу</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншақ» тобы</p> <p>Міндеті::Лақтыру, қағыпалу, домалату : қос қолмен допты жоғары,жіптіңүстіненлақтыру, доптыеденнен ыршытыпжоғарылақтырып, қосқолменқағып алу (4–5 рет), допты бір қатарғақойылған заттар арасымен домалату, допты қабырғаға ұрып және еденненыршытып қос қолмен қағып алу, 2–2,5 марақашықтықтағы нысанаға құмсалынған қапшықты, асықты дәлдеплақтыру, допты екі қолымен бір-біріне(арақашықтығы 1,5–2 м) басынан асыралақтыру, допты екіқолымензаттарарасымен жүргізу (арақашықтығы 4 м), алға қарай жылжып, қос қолмендоптылақтырып, қайта қағып алу(арақашықтығы 4–5м);</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар:көлденеңлінге нарқан, кедергікеспек бөрене, доп.Арнаулыжаттығулар: -сапқатұрғызу -сәлемдесу -оңға, солға бұрылу -жүрісжаттығулары (әртүрліқалыпта)</p>

<p>Әдіс-тәсілдері:Бадминтон. Воландыракеткамен белгілі бір жаққа бағыттайотырыпқағып лақтыру; Негізгі қимыл-қозғалысжаттығулары: Заттарарасымен,кұрсаларды домалату. Допты бір бірінен төменнен лақтыружәнедомалату,қағып алу(1,5м қашықтық).Доптыбастанасыракедергіарқылы лақтыру(2мқашықтық). .</p> <p>Қимылды ойын: Допты алыпжүру,секіру,лақтыру</p> <p>Күтілетін нәтиже:бір қатарға қайта тұраалады, сап түзеп жүруден бір және екіқатармен қайта тұра алады, бір орындабұрылады; спорттық ойын элементтерін жәнежаттығуларын меңгерген;</p>	<p>-сәлемдесу -оңға, солға бұрылу -жүріс жаттығулары (әр түрлі қалыпта) Әдіс-тәсілдері:Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі біржаққа бағыттай отырып қағышлақтыру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Заттар арасымен , құрсалардыдомалату.Доптыбір бірінентөменнен лақтыру жәнедомалату, қағып алу (1,5мқашықтық).Доптыбастанасыракедергіарқылылақтыру(2мқашықтық). . Қимылды ойын:допты қағыпалу, лақтыру Күтілетін нәтиже: бір қатарғақайтатұраалады,сап түзеп жүруден бір және екі қатарменқайта тұра алады, бір орындабұрылады;спорттық ойын элементтерін және жаттығуларын меңгерген;</p>		<p>-сәлемдесу -оңға,солғабұрылу -жүріс жаттығулары (әр түрліқалыпта) Әдіс-тәсілдері:Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі біржаққа бағыттай отырып қағышлақтыру Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Заттар арасымен , құрсаларды домалату. Допты бір бірінен төменнен лақтыру және домалату, қағып алу(1,5мқашықтық). Допты бастан асыра кедергі арқылы лақтыру (2м қашықтық). Қимылды ойын: Допты домалату, қағып алу, бастан асыра лақтыру Күтілетін нәтиже: бір қатарға қайта тұра алады, сап түзеп жүруден бір және екіқатармен қайта тұра алады, бірорындабұрылады; спорттық ойын элементтерін жәнежаттығуларынмеңгерген;</p>	<p>Әдіс-тәсілдері:Бадминтон. Воландыракеткамен белгілі бір жаққа бағыттайотырыпқағып лақтыру; Негізгі қимыл-қозғалысжаттығулары: Заттарарасымен,кұрсалардыдомалату. Допты бір бірінен төменнен лақтыружәнедомалату,қағып алу(1,5м қашықтық).Доптыбастанасыракедергіарқылы лақтыру(2мқашықтық). . Қимылды ойын: Допты алыпжүру, секіру, лақтыру Күтілетін нәтиже:бір қатарға қайта тұраалады, сап түзеп жүруден бір және екіқатармен қайта тұра алады, бір орындабұрылады; спорттық ойын элементтерін жәнежаттығуларын меңгерген;</p>
---	--	--	--	--

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу -білім берупроцесінің циклограммасы

**Дайындаған:Жусипов Д.
Тексерген:Ержанова Л.**

20.10.-24.10.2025жыл

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>«Кім жылдам?» Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйретіп, түстерді ажыратуға, шапшандықтарын қалыптастыру. Ойын барысы: Түрлі-түсті бөтелке қақпақтарын шашып араластыру, «1-2-3, Баста!!!» деген кезде балалар өздеріне керек түсті жинайды, болған бала сапқа тұрады. «Обручтермен эстафеталық ойын» Балалар екі қатарға тұрады. Әр қатардың алдында 2 м жерде обруч жатады. «Алға» дегенде әр қатардағы бірінші ойыншы алға жүгіріп, обручті жоғары көтеріп онын ішінен өтіп орнына қойып. Өз тобына жүгіріп келеді. Қай топ бірінші келсе сол жеңіске жеткен болып есептелінеді. Жұптық эстафета «допты</p>	<p>«Құлыншақ» тобы «Ұшқыштар»</p> <p>Ойын алаңын төрт бөлікке бөліп, жалаушалар мен белгі қойылады. Жалаушалардың артына балалар қатарға төрт топқа бөлініп тұрады.</p> <p>Балалар тік ұшақ жүргізушісі болады «Ұшуға дайындал» деген кезде, балалар қолдарын майыстырып ұшуға дайындалып «бж,бж,бж» ете бастайды. Енді «Ұш!» деген бұйрық берілгенде, қолдарын түзу ұстап ойын алаңын айналып ұшады.</p> <p>Біраз ұшқаннан кейін «Қонамыз!» деген бұйрық беріледі. Сол кезде ұшқыштар өз орындарына келіп қонады. Қай топ бірінші болып қонғанын тәрбиеші байқайды</p>	<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Тақырыбы:«Кім жылдам?» Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйретіп, түстерді ажыратуға, шапшандықтарын қалыптастыру. Ойын барысы: Түрлі-түсті бөтелке қақпақтарын шашып араластыру, «1-2-3, Баста!!!» деген кезде балалар өздеріне керек түсті жинайды, болған бала сапқа тұрады. «Обручтермен эстафеталық ойын» Балалар екі қатарға тұрады. Әр қатардың алдында 2 м жерде обруч жатады. «Алға» дегенде әр қатардағы бірінші ойыншы алға жүгіріп, обручті жоғары көтеріп онын ішінен өтіп орнына қойып. Өз тобына жүгіріп келеді. Қай топ бірінші келсе сол жеңіске жеткен болып есептелінеді. Жұптық эстафета «допты беру» Мақсаты: Жылдам қозғалып, допты дәл қолға беруді, шапшандыққа үйрету. Кұрал-жабдықтар: Доптар, топтардың санына байланысты</p>	<p>«Құлыншақ» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Кім жылдам?» Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйретіп, түстерді ажыратуға, шапшандықтарын қалыптастыру. Ойын барысы: Түрлі-түсті бөтелке қақпақтарын шашып араластыру, «1-2-3, Баста!!!» деген кезде балалар өздеріне керек түсті жинайды, болған бала сапқа тұрады. «Обручтермен эстафеталық ойын» Балалар екі қатарға тұрады. Әр қатардың алдында 2 м жерде обруч жатады. «Алға» дегенде әр қатардағы бірінші ойыншы алға жүгіріп, обручті жоғары көтеріп онын ішінен өтіп орнына қойып. Өз тобына жүгіріп келеді. Қай топ бірінші келсе сол жеңіске жеткен болып есептелінеді. Жұптық эстафета «допты беру» Мақсаты: Жылдам қозғалып, допты дәл қолға беруді, шапшандыққа үйрету. Кұрал-жабдықтар: Доптар, топтардың санына байланысты.</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншақ» тобы</p> <p>«Ұшқыштар»</p> <p>Ойын алаңын төрт бөлікке бөліп, жалаушалар мен белгі қойылады. Жалаушалардың артына балалар қатарға төрт топқа бөлініп тұрады.</p> <p>Балалар тік ұшақ жүргізушісі болады «Ұшуға дайындал» деген кезде, балалар қолдарын майыстырып ұшуға дайындалып «бж,бж,бж» ете бастайды. Енді «Ұш!» деген бұйрық берілгенде, қолдарын түзу ұстап ойын алаңын айналып ұшады.</p> <p>Біраз ұшқаннан кейін «Қонамыз!» деген бұйрық беріледі. Сол кезде ұшқыштар өз орындарына келіп қонады. Қай топ бірінші болып қонғанын тәрбиеші байқайды</p>

<p>Ойын барысы: Ойыншылар бір-біріне қарама қарсы жұп жұбымен тұрады. Бір ойыншыда доп. Ойыншылар жүгіріп келе жатып бір біріне допты беріп отыруы тиіс. Эстафеталық ойынды бірінші аяқтаған топ жеңімпаз атанады.</p>		<p>Ойын барысы: Ойыншылар бір-біріне қарама қарсы жұп жұбымен тұрады. Бір ойыншыда доп. Ойыншылар жүгіріп келе жатып бір біріне допты беріп отыруы тиіс. Эстафеталық ойынды бірінші аяқтаған топ жеңімпаз атанады.</p>	<p>Ойын барысы: Ойыншылар бір-біріне қарама қарсы жұп жұбымен тұрады. Бір ойыншыда доп. Ойыншылар жүгіріп келе жатып бір біріне допты беріп отыруы тиіс. Эстафеталық ойынды бірінші аяқтаған топ жеңімпаз атанады.</p>	
--	--	--	--	--

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу -білім беру процесінің циклограммасы

**Дайындаған:Жусипов Д.
Тексерген:Ержанова Л.**

27.10.-31.10.2025жыл

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Секіртпелі жолдар»</p> <p>Мақсаты: Балаларды белгі бойынша алға жылжуға, тізені бүгіп аяқ ұшын көтеріп секіруге үйрету, нақтылық пен шыдамдылық танытуға дағдыландыру.</p> <p>Барысы: Балалар бір дөңнен екінші дөңге секіреді. Іздерді басып, қолдары белде болады</p>	<p>«Құлыншақ» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Торайды тамақтандыр»</p> <p>Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйретіп, дәл тигізуге дағдыландыру.</p> <p>Ойын барысы:</p> <p>Белгілі бір кедергілерден өтіп</p> <p>Тунельден тізерлеп өту. Секіртпеден секіріп өту. Шелектен доп алып торайдың аузына көздеп лақтыру .</p>	<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Торайды тамақтандыр»</p> <p>Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйретіп, дәл тигізуге дағдыландыру.</p> <p>Ойын барысы:</p> <p>Белгілі бір кедергілерден өтіп</p> <p>Тунельден тізерлеп өту. Секіртпеден секіріп өту. Шелектен доп алып торайдың аузына көздеп лақтыру .</p>	<p>«Құлыншақ» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Секіртпелі жолдар»</p> <p>Мақсаты: Балаларды белгі бойынша алға жылжуға, тізені бүгіп аяқ ұшын көтеріп секіруге үйрету, нақтылық пен шыдамдылық танытуға дағдыландыру.</p> <p>Барысы: Балалар бір дөңнен екінші дөңге секіреді. Іздерді басып, қолдары белде болады</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншақ» тобы</p> <p>«Апа! Жіптер байланып қалды!»</p> <p>Балалардың ішінен апаны таңдап алу. Қалған балалар оралған жіп болады. Апа дүкенге барып келгенше оралған жіп шатасып, байланып оратылады.</p> <p>Балалар бір бірінің қолдарын босатпай аттап, астынан өтеді, бірақ ойын шартын бұзбай қолдарын үзбейді. Апа дүкеннен келе жатқанда: «Апа! Жіптер байланып қалды!» — деп айтады. Апа жіпті үзіп алмай шешіп, шеңбер жасап шығуы тиіс. Қолды әдейі босатуға болмайды.</p>

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу -білім беру процесінің циклограммасы

Дайындаған:Жусипов Д.
Тексерген:Ержанова Л.

03.11.-07.11.2025жыл

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Түрлі-түсті көліктер Мақсаты:балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру, зейіндерін, байқағыштықтарын дамыту. шарты:Балалар бөлменің қабырғасының жаңында тұрады. Олар -гараждағы көліктер. Әр ойнаушы қолдарына жалау немесе картоннан жасалған түрлі-түсті диск ұстап жүреді.Тәрбиеші бөлменің ортасында тұрып, ойнаушыларға карап тұрады, оның қолында 1 жалауша /2 немесе 3 бірге/, біреуін көтерген кезде сол түсті көліктердің жүрісін, дауысын келтіріп жүреді. Тәрбиеші жалауын түсірген кезде, көліктер тоқтап, бұрылып, гаражға барады. Ойын 4-6 рет қайталанады. Ұсыныс: тәрбиешіде қызыл түсті жалау болуы мүмкін. Байқаусызда ол жалауды көтереді- белгі бойынша</p>	<p>«Құлыншақ» тобы</p> <p>« Аңшылар мен қояндар » Мақсаты: Балаларды қоян болып секіруге, аңшыдан қорғануға үйрету. Ойын мазмұны: Алаңның бір жағына аңшы, келесі жақта қояндарға орын белгіленеді. Әрбір үйде 2-3 қоян болады. Белгі бойынша қояндар үйінен шығып, жайылымда қос аяқтап, секіріп жүреді. Тәрбиеші: « Аңшы» дегенде қояндар үйлеріне жүгіреді. Аңшы бала оларға доп лақтырады. Доп тиген қояндар атылған болып саналады. Аңшы оны өзіне алып кетеді. Ойын бірнеше рет қайталанады.</p>	<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Өзіңе жұп тап Мақсаты: балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша, мәтіннің сөзіне сай қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру, зейіндерін, байқағыштықтарын, жүгіру мен жүру дағдыларын дамыту. шарты:Тәрбиеші ойнаушыларға негізгі түстен бір -бір жалаудан таратады. Даңғыраның белгісімен, шапалақпен – жалауын көтеріп алаңда жүгіреді. Келесі белгімен – даңғыраны бірнеше ұрғылаумен, шапалақпен, «Өзіңе жұп тап»- деген сөзбен, түстері бірдей жалаулары бар балалар жұп құрады. Әр жұп өз беттерімен фигура жасайды. Жұпсыз қалғандарға ойнаушылар мынадай сөздер айтады: «Арман, Арман, аузыңды ашпай, тезірек жұбыңды таба ғой». Содан кейін белгі бойынша баолығы алаңға жүгіріп келеді: 5-6 рет ойын қайталанады. Ұсыныс: ойында тақ сан ойнаушылар қатысады, тәрбиеші де қатысады. Тәрбиешіде әртүрлі түсті жалаулар болуы керек: ойын қайталанғанда балалардың жалаулары ауысады. Ойыншықтар белгі бойынша өздеріне жұп таңдайды</p>	<p>«Құлыншақ» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>« Аңшылар мен қояндар » Мақсаты: Балаларды қоян болып секіруге, аңшыдан қорғануға үйрету. Ойын мазмұны: Алаңның бір жағына аңшы, келесі жақта қояндарға орын белгіленеді. Әрбір үйде 2-3 қоян болады. Белгі бойынша қояндар үйінен шығып, жайылымда қос аяқтап, секіріп жүреді. Тәрбиеші: « Аңшы» дегенде қояндар үйлеріне жүгіреді. Аңшы бала оларға доп лақтырады. Доп тиген қояндар атылған болып саналады. Аңшы оны өзіне алып кетеді. Ойын бірнеше рет қайталанады.</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншақ» тобы</p> <p>Түрлі-түсті көліктер Мақсаты:балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру, зейіндерін, байқағыштықтарын дамыту. шарты:Балалар бөлменің қабырғасының жаңында тұрады. Олар -гараждағы көліктер. Әр ойнаушы қолдарына жалау немесе картоннан жасалған түрлі-түсті диск ұстап жүреді.Тәрбиеші бөлменің ортасында тұрып, ойнаушыларға карап тұрады, оның қолында 1 жалауша /2 немесе 3 бірге/, біреуін көтерген кезде сол түсті көліктерді жүрісін, дауысын келтіріп жүреді. Тәрбиеші жалауын түсірген кезде, көліктер тоқтап, бұрылып, гаражға барады. Ойын 4-6 рет қайталанады Ұсыныс: тәрбиешіде қызыл түсті жалау болуы мүмкін. Байқаусызда жалауды көтереді- белгі бойынша барлық көліктер тоқталуы қажет</p>

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу -білім беру процесінің циклограммасы

10.11.-14.11.2025ж

**Дайындаған:Жусипов Д.
Тексерген:Ержанова Л.**

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Қояндар мен қасқыр Мақсаты:Балаларды алғырлыққа, қырағылыққа, татулыққа тәрбиелеу. Ептілік қасиеттерін арттыру. Денсаулықтарын шынықтыру. Ойынның шарты: Бір бала қасқыр болады қалған балалар қояндар болады. Қояндар өз үйлерінде тығылып жатады, ал қасқыр өзінің апанында жатады. Тәрбиеші: - Секендендер қояндар, Жүгіріңдер жортыңдар- деген кезде Қояндар үйлерінен шығып секендеп ойнайды. Осы кезде қасқыр апанынан шығып қояндарды қуа жөнеледі. Ұстап алған қояндарды апанына апарды. Осылай 3-4 қоянды ұстағаннан кейін ойынды басқа бала жалғастырады. Ойын 2-3 рет ойналады.</p>	<p>«Құлыншақ» тобы</p> <p>Дөңгелекті лақтыру Мақсаты:Балаларды белгіленген бағыты көздей білуге, ептілікке, шапшандыққа үйрету. Ойынның шарты: Ойын дөңгелектерді көздеп лақтырудан тұрады, дөңгелектің диаметрі 15-20см. Ал таяқшаның ұзындығы 30-40см. Балалар қатарға тұрып 1,5-2метр ара қашықтықта дөңгелектерді таяқшаға дәлдеп лақтырып кіргізу керек. Балалар ойынды бірін кейін бірі жалғастырып ойнай береді.</p>	<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Мысықтар мен балалар Мақсаты:Берілген белгіні дұрыс тыңдай білуге, ойын ойнағанда қауіпсіздік ережелерін сақтай білуге, топпен ойнауды ойнай білуге үйрету. Ептілікке, алғырлыққа тәрбиелеу. Ойынның шарты: Балалардың жартысы мысықтар болады, ал жартысы олардың иесі болады. Мысықтар баспалдақта отырады, олардың иелері жүрелерінен алаңның екінші жағында отырады. Тәрбиеші сүт кімге керек деп сүт құйғандай болады. Балалар «кис-кис», деп шақырады. Мысықтар жақындаған да балалар алаңның екінші жағына қашып шығады. Ойын 2-3 рет қайталанады.</p>	<p>«Құлыншақ» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Мысықтар мен балалар Мақсаты:Берілген белгіні дұрыс тыңдай білуге, ойын ойнағанда қауіпсіздік ережелерін сақтай білуге, топпен ойнауды ойнай білуге үйрету. Ептілікке, алғырлыққа тәрбиелеу. Ойынның шарты: Балалардың жартысы мысықтар болады, ал жартысы олардың иесі болады. Мысықтар баспалдақта отырады, олардың иелері жүрелерінен алаңның екінші жағында отырады. Тәрбиеші сүт кімге керек деп сүт құйғандай болады. Балалар «кис-кис», деп шақырады. Мысықтар жақындаған да балалар алаңның екінші жағына қашып шығады. Ойын 2-3 рет қайталанады.</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншақ» тобы</p> <p>Қояндар мен қасқыр Мақсаты:Балаларды алғырлыққа, қырағылыққа, татулыққа тәрбиелеу. Ептілік қасиеттерін арттыру. Денсаулықтарын шынықтыру. Ойынның шарты: Бір бала қасқыр болады қалған балалар қояндар болады. Қояндар өз үйлерінде тығылып жатады, ал қасқыр өзінің апанында жатады. Тәрбиеші: - Секендендер қояндар, Жүгіріңдер жортыңдар- деген кезде Қояндар үйлерінен шығып секендеп ойнайды. Осы кезде қасқыр апанынан шығып қояндарды қуа жөнеледі. Ұстап алған қояндарды апанына апарды. Осылай 3-4 қоянды ұстағаннан кейін ойынды басқа бала жалғастырады. Ойын 2-3 рет ойналады.</p>

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу -білім беру процесінің циклограммасы

Дайындаған: Жусипов Д.
Тексерген: Ержанова Г.

17.11.-21.11.2025жыл

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Қайда жасырылғанын тап Мақсаты: Балаларды қырағылыққа, байқампаздыққа үйрету, бірлікке, татулыққа тәрбиелеу Ойының шарты: Балалар бөлменің бұрышында тұрады. Тәрбиеші жалаушаны тығатынын айтады. Балалар теріс қарап көзін жұмады, тәрбиеші жалаушаны тығып қояды да «болды» ,деген де балалар жалаушаны іздейді. Тапқан бала жалаушаны тығады. Ойын 2-3 рет қайталанады.</p>	<p>«Құлыншақ» тобы Ұшатын құстар Мақсаты: Балаларды табиғат құбылыстарын салыстыра білуге үйрету, және қырағылыққа тәрбиелеу, құстар сияқты ұша білу қабілеттерін бақылау, тәрбиешінің берген белгісін тиянақты тыңдай білуге үйрету. Ойынның шарты: Алаңның бір жағында құстар ұшып жүреді. Тәрбиеші құстар ұшты дегенде, қанаттарын желпіп алаңда құстар ұшады. Тәрбиеші дауыл соқты дегенде құстар ұшып барып қабырғадағы сатыларға шығып алады, ал тәрбиеші дауыл басылды дегенде сатыдан түседі де ұшуларын жалғастырады. Ойын 3-4 рет қайталанады.</p>	<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Сұр қоян жуынады. Мақсаты: Қимыл қозғалыс қабілеттерін арттыру, тілдерін дамыту, ептілікке тәрбиелеу. Ойынның шарты: Балалар шеңбер жасап тұрады. Қоян болған бала ортаға шығады. Балалар: Қоян, қоян тұршы, Беті, қолды жушы Айнаға қарашы Шашыңды тарашы Енді бізді қушы. Қоян қимылмен көрсете отырып жасап, тұрады. Енді бізді қушы дегенде, балаларды қуа жөнеледі. Ойын 4-5 рет қайталанады.</p>	<p>«Құлыншақ» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Қайда жасырылғанын тап Мақсаты: Балаларды қырағылыққа, байқампаздыққа үйрету, бірлікке, татулыққа тәрбиелеу Ойының шарты: Балалар бөлменің бұрышында тұрады. Тәрбиеші жалаушаны тығатынын айтады. Балалар теріс қарап көзін жұмады, тәрбиеші жалаушаны тығып қояды да «болды» ,деген де балалар жалаушаны іздейді. Тапқан бала жалаушаны тығады. Ойын 2-3 рет қайталанады.</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншақ» тобы</p> <p>Допты тордан лақтыр Мақсаты: Допты лақтыра білуге үйрету, топпен жарыса білуді ептілікке, шапшаңдыққа үйрету. Ойынның шарты: Құрылған тордың екі жағынан бөлініп тұрады. Арақашықтығы 1-1,5 метр болуы керек. Балалар тор арқылы бір-біріне допты лақтырады. Допты жерге түсірмей қағып алып отыру керек. Тәрбиеші жерге түскен допты санап отырады. Қай топта доп көп жерге түсе сол топ жеңіледі.</p>

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу -білім берупроцесінің циклограммасы

**Дайындаған:Жусипова Д.
Тексерген:Ержанова Л.**

24.11.-28.11.2025жыл

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Ұстап ал! Мақсаты:балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру, зейіндерін, байқағыштықтарын, жүгіру дағдыларын дамыту. Ойының шарты: Балалар алаңда тұрады. Тағайындап алынған ұстағыш-бала ортада тұрады. «1-2-3, ұстап ал!»- деген белгі бойынша, балалар ұстағыштан қаша жөнеледі, ұстағыш болса біреуін ұстап, қолын тигізеді. Кімді ұстайды, сол аланның шетіне барады. Ұсыныс: ойынның басқа түрлерін пайдалануға болады: «Қуып жет те, ұстап ал», «Ұстап ал, шеңберде» т.б.</p>	<p>«Құлыншақ» тобы</p> <p>Қаздар мен түлкі Мақсаты:Балаларды қырағылыққа, ептілікке және ойынды дұрыс ойнауға үйрету. Балалардың көңіл күйінің көтеріңкі болуын қадағалау.Балалардың ойынға деген қызығушылықтарн арттыру. Ойынның шарты: Қаздар алаңның бір жағында жүреді. Ал алаңның екінші жағында балалар орындықта тұрады. Алаңға қарама қарсы жақта түлкінің үйі орналасқан. Қаздар жәйіліп қататтарын қағып жүреді, тәрбиешінің белгісімен түлкі келді деген кезде қаздар ұша жөнеледі, үйлеріне барып қонады. Түлкі қаздарды қуа жөнеледі, ұстаған қаздарды ініне апарды. Ойын 4-5 рет қайталанады.</p>	<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Тығылмақ Мақсаты:Балаларды қырағылыққа, ептілікке , бірлікке тәрбиелеу. Ойынның шарты: Тәрбиеші санамақ арқылы жүргізуші сайлап алады. Жүргізуші тәрбиешінің қасында немесе белгіленген жерде көзін жұмып тұрады, ал басқа балалар тығылады. Жүргізуші: « 1-2-3-4, іздеуге шықтым». Тауып алған баланың атын атайды. Осылай 3-4 баланы тапқан соң басқа баланы сайлайды.</p>	<p>«Құлыншақ» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Ұстап ал! Мақсаты:балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру, зейіндерін, байқағыштықтарын, жүгіру дағдыларын дамыту. Ойының шарты: Балалар алаңда тұрады. Тағайындап алынған ұстағыш-бала ортада тұрады. «1-2-3, ұстап ал!»- деген белгі бойынша, балалар ұстағыштан қаша жөнеледі, ұстағыш болса біреуін ұстап, қолын тигізеді. Кімді ұстайды, сол аланның шетіне барады. Ұсыныс: ойынның басқа түрлерін пайдалануға болады: «Қуып жет те, ұстап ал», «Ұстап ал, шеңберде» т.б.</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншақ» тобы</p> <p>Қаздар мен түлкі Мақсаты:Балаларды қырағылыққа, ептілікке және ойынды дұрыс ойнауға үйрету. Балалардың көңіл күйінің көтеріңкі болуын қадағалау.Балалардың ойынға деген қызығушылықтарн арттыру. Ойынның шарты: Қаздар алаңның бір жағында жүреді. Ал алаңның екінші жағында балалар орындықта тұрады. Алаңға қарама қарсы жақта түлкінің үйі орналасқан. Қаздар жәйіліп қататтарын қағып жүреді, тәрбиешінің белгісімен түлкі келді деген кезде қаздар ұша жөнеледі, үйлеріне барып қонады. Түлкі қаздарды қуа жөнеледі, ұстаған қаздарды ініне апарды. Ойын 4-5 рет қайталанады.</p>

Дене тәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру
процесінің циклограммасы
15.12.-19.12.2025ж

Дайындаған: Жусипова Д.
Тексерген: Ержанова Л.

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті: лақтыру, секіру, тепе-теңдікті жетілдіруге мүмкіндік беретін негізгі қимыл түрлерін дамыту және үйлестіреді. Қолданылатын құрал-жабдықтар: Гимнастикалықтақт ай,кішкене қорапша немесекәрзеңке,доп. Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулары: ересектің көмегімен және көмегінсіз гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30см) жүру,ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі10–</p>	<p>;</p>	<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті: Денсаулықтың нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік,төзімділік,икемділік,ша пшандық, үйлесімділікті дамытады. Қолданылатын құрал- жабдықтар: секіртпе,кедергілер, қабырғалы тақтай,әр-түрлі ойыншықтар. Әдіс-тәсілдері: жеке,жүппен секіру. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып,жоғары қарай 2-3метр Қашықтықта алға қарай жылжи отырып, тұрған жерінен ұзындыққа,5-10см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру</p>	<p>«Құлыншак» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Тақырыбы: Ойын «Құстың қауырсыны кімге барады.» Балалар ойын алаңында еркін тұрады. Тәрбиеші құстың қауырсынын алып, үрлейді. Барлық бала жан — жаққа қаша жүгіреді, ойын жалғасады. Мақсаты:балалардың денесін үйлесімді дамыту, спорттық, қимылды ойындарға, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру; дене сапаларын: күш, жылдамдық, төзімділік, ептілік, икемділікті қалыптастыру; негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды,</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншак» тобы</p> <p>Тақырыбы: Қ/Қ ойын: Шарды ұста Тәрбиеші ортаға көп үрленген шарларды жайып тастайды. Ойын басталды деген кезде (тәрбиешінің көмегімен) балалар шарды ұстап тәрбиешіге береді. Кім көп шар жинаса сол бала жеңімпаз атанады, 10-15 сек. Ойын жалғасады</p> <p>Мақсаты: баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-</p>

<p>15см)шығыпжәнеодан түседі</p> <p>Қимылды ойын: «Кімжылдам?»</p> <p>Ойын мақсаты:балаларды ептілікке,дәлдікке, доппен ойнай білуге үйрету. Ойын барысы:Балалар гимнастикалықтақт ай бойымен жүреді және алдындағы кедергілерден секіріп өту қажет.</p> <p>Қолданылатын құрал-жабдықтар: секіртпе,кедергілер, қабырғалы тақтай,әртүрлі ойыншықтар.</p> <p>Әдіс-тәсілдері: жеке,жүппен секіру.керек.</p> <p>Күтілетіннәтиже: Балалардышапшаңдыққа баулиды.</p>		<p>дағдыларын қалыптастырады;</p> <p>Қимылды ойын: «ұзындыққа секіру»</p> <p>Ойын мақсаты: балалардың денелерін тік ұстауын,тепе-теңдікті сақтауын,дұрыс демалуын дамыту.Ойын барысы:балалар сапқа тұрады. Белгі берген кезде балалар қос аяқпен ұзындыққа секіреді.Тәрбиеші олардың кеуделерін тік ұстап,мұрынмен демалуын қадағалау қажет.:</p> <p>Күтілетін нәтиже: бір қатарға қайта тұра алады,сап түзеп жүруден бір және екі қатармен қайта тұра алады</p>	<p>қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру;</p> <p>Күтілетін нәтижелер: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;</p>	<p>қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады.</p> <p>Күтілетін нәтижелер: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;</p>
---	--	---	--	--

**Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
22.12.-26.12.2025ж**

**Дайындаған: Жусипов .Д.
Тексерген: Ержанова Л.**

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Тақырыбы: Қимылды ойын: Аю Ойын мақсаты: Балаларды ұйымшылдыққа, алғырлыққа баулу. Ойын шарты: Бір бала аю болып сайланады, Қалған балалар қоян болады. Қояндар орманда ойнап жүріп ұйықтап жатқан аюды оятып жібереді. Аю ашуланып қуа жөнеледі. Ойын 2-3 рет қайталанып, аю жаңадан Мақсаты баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық</p>	<p>«Құлыншақ» тобы</p> <p>Тақырыбы: Ойын «Кұстың қауырсыны кімге барады.» Балалар ойын алаңында еркін тұрады. Тәрбиеші құстың қауырсынын алып, үрлейді. Барлық бала жан — жаққа қаша жүгіреді, ойын жалғасады. Мақсаты: балалардың денесін үйлесімді дамыту, спорттық, қимылды ойындарға, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру; дене сапаларын: күш, жылдамдық, төзімділік, ептілік, икемділікті қалыптастыру; негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен</p>	<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Міндеті: :Музыка ырғағына сәйкес түрлі қарқындық қимылдар жасау. Өздерін танымал дене жаттығуларын музыка әуенімен әсемде, ырғақты етіп орындау. Аяқты өкшеге кезектестіріп қойып, топылдату. Бір қырыментізебүгеотырып жүру. Қарапайым музыка ырғағына сай қолды шапалақтау. Түзубағытта шоқырақта пжүру. Жұптасып, шеңбер бойымен қозғалу</p> <p>Қолданылатын</p>	<p>«Құлыншақ» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Тақырыбы: Қимылды ойын: Доп Мақсаты: Балаларды ұйымшылдыққа, адамгершілікке баулу. Ойын шарты: Балалар қатарға тұрады екі команда болып жеке допты қай команда бірінші апарды сол топ бірінші орынға, марапатқа ие болады. Ал ұтылған топ таппақ не өлең айтып өз өнерін көрсетеді Мақсаты баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншақ» тобы</p> <p>Тақырыбы: Қимылды ойын: Ақ қоян Ойын шарты: Балалар дөңгеленіп қол ұстасып тұрады, ортада бір бала қоян болады. Балалар барлығы бірлесе қоянды оятуға тырысады. - Қояным, қояным ұйқыңнан тұршы Бет-қолыңды жушы, Айнаға қарашы, Шашыңды тарашы, Мәсінді киші, Көлегіңді киші, Енді бізді қушы-деп балалар қаша жөнеледі. балалардың денесін үйлесімді дамыту, спорттық, қимылды ойындарға, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру; дене сапаларын: күш,</p>

<p>сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады.</p> <p>Күтілетін нәтижелер: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді; сайланып отырады</p>	<p>өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру;</p> <p>Күтілетін нәтижелер: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді</p>	<p>күрал-жабдықтар:көлденең ілінген арқан, кедергік еспек бөрене, доп.</p> <p>Арнаулы жаттығулар:</p> <ul style="list-style-type: none"> -сапқатұрғызу -сәлемдесу -оңға, солға бұрылу -жүріс жаттығулары (әртүрлі қалыпта) <p>Әдіс-тәсілдері: Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып қағып лақтыру;</p>	<p>отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады.</p> <p>Күтілетін нәтижелер: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;</p>	<p>жылдамдық, төзімділік, ептілік, икемділікті қалыптастыру;</p> <p>негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру;</p> <p>Күтілетін нәтижелер: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;</p>
--	---	---	--	--

Дене тәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру
процесінің циклограммасы
29.12.- 02.01.2026жж

Дайындаған: Жусипов .Д.
Тексерген: Ержанова Л.

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Тақырыбы: Қимылды ойын: «Балық аулаймыз» Мақсаты: Балалардың балықтың түрлері және тіршілігі жайлы білімдерін толықтыру. Сөздік қорларын молайту. Балық аулауды үйрету. Шыдамдылыққа тәрбиелеу. Ойынның шарты: Ұл балалар қыздарға арнап, балық «аулап әкелеміз», -деп керекті құралдарын алып кетеді. Ал қыздар ұлдарды бақылап тұрады. Ұлдар суда қандай балық түрлері бар екенін, олардың тыныс тіршілігі жайлы айтады. Содан балық аулайды. Жақсы балықшыға қыздар мадақтап , алақандарын соғады Мақсаты баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты</p>	<p>«Құлыншақ» тобы</p> <p>Тақырыбы: Қимылды ойын: Қоңырау қайдан естіледі?Балалар қабырғаға беттерін беріп тұрады. Күтуші әйел бөлменің басқа бір шетіне тығылып тұрады да қоңырау соғады. Тәрбиеші балаларға: «Тыңдаңдар, қоңырау қайдан соғылып тұр, қоңырауды табыңдар», - дейді. Балалар қоңырауды тапқан кезде, тәрбиеші оларды мақтайды, одан кейін балаларға тағы да қабырғаға беттерін беріп тұруды ұсынады. Күтуші әйел басқа жерге тығылады да қайтадан қоңырау соғады Мақсаты баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін</p>			

<p>арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады.</p> <p>Күтілетін нәтижелер: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;</p>	<p>байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады.</p> <p>Күтілетін нәтижелер: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;</p>			
---	--	--	--	--

**Дене тәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
05.01.-09.01.2026ж**

**Тексерген: Жусипов Д.
Толтырған: Ержанова Л.**

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Тақырыбы: Қимылды ойын: Ұшақтар Балаларды ойын алаңына еркін тұрғызып, тәрбиеші өзі ұшақ болып көрсетеді. Тәрбиеші «Ұшақтар ұшады!» деген кезде барлық бала ұшақ болып ұшады. «Ұшақтар қона бастады!» дегенде барлық бала өз орындарына келіп қона бастайды. Тәрбиешінің бастауымен ойын жалғасады. Міндеттер: негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді,</p>	<p>«Құлыншақ» тобы</p> <p>Тақырыбы: Қимылды ойын: «Балық аулаймыз» Мақсаты: Балалардың балықтың түрлері және тіршілігі жайлы білімдерін толықтыру. Сөздік қорларын молайту. Балық аулауды үйрету. Шыдамдылыққа тәрбиелеу. Ойынның шарты: Ұл балалар қыздарға арнап, балық «аулап әкелеміз», - деп керекті құралдарын алып кетеді. Ал қыздар ұлдарды бақылап тұрады. Ұлдар суда қандай балық түрлері бар екенін, олардың тыныс тіршілігі жайлы айтады. Содан балық аулайды. Жақсы балықшыға қыздар мадақтап ,</p>	<p>МЕРЕКЕ КҮНІ</p>	<p>«Құлыншақ» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Тақырыбы: Қимылды ойын: Қоңырау қайдан естіледі? Балалар қабырғаға беттерін беріп тұрады. Күтуші әйел бөлменің басқа бір шетіне тығылып тұрады да қоңырау соғады. Тәрбиеші балаларға: «Тыңдаңдар, қоңырау қайдан соғылып тұр, қоңырауды табыңдар», - дейді. Балалар қоңырауды тапқан кезде, тәрбиеші оларды мақтайды, одан кейін балаларға тағы да қабырғаға беттерін беріп тұруды ұсынады. Күтуші әйел басқа жерге</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншақ» тобы</p> <p>Тақырыбы: Ойын: Күн мен жаңбыр Балалар ашық алаңда еркін ойнап жүреді, гүл тереді, көбелек қуады, секіреді, жүгіреді. т.б. Тәрбиеші «Жаңбыр жауды!» дегенде балалар пана іздеп, үйшіктерге тығылады. Тәрбиеші «Күн шықты!» дегенде балалар қайта алаңға шығып ойындарын жалғастыра береді. Міндеттер: негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары</p>

<p>жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру; ойын барысында, спорт жабдықтарын қолдануда қауіпсіздікті сақтау</p> <p>Күтілетін нәтижелер:</p> <p>түрлі тапсырмаларды орындай отырып, шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіреді;</p> <p>табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектейді;</p> <p>гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, еңбектейді;</p> <p>гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелейді;</p> <p>алға ұмтылып, ұзындыққа қос аяқпен секіреді;</p> <p>доптарды домалатады, заттарды қашықтыққа лақтырады, доптарды кедергілер арқылы лақтырады және қағып алады;</p>	<p>алақандарын соғады</p> <p>Мақсаты баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады.</p> <p>Күтілетін нәтижелер:</p> <p>өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;</p>		<p>тығылады да қайтадан қоңырау соғады</p> <p>Мақсаты баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады.</p> <p>Күтілетін нәтижелер:</p> <p>өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;</p>	<p>жетілдіру;</p> <p>дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты ояту, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу;</p> <p>әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға, жарыс сипатындағы ойындарға қызығушылыққа баулу;</p> <p>ойын барысында, спорт жабдықтарын қолдануда қауіпсіздікті сақтау</p> <p>Күтілетін нәтижелер:</p> <p>түрлі тапсырмаларды орындай отырып, шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіреді;</p> <p>табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектейді;</p> <p>гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, еңбектейді;</p> <p>гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелейді;</p> <p>алға ұмтылып, ұзындыққа қос аяқпен секіреді;</p> <p>доптарды домалатады, заттарды қашықтыққа лақтырады, доптарды кедергілер арқылы лақтырады және қағып алады;</p>
---	--	--	---	--

**Дене тәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
12.01.-16.01.2026ж**

**Тексерген: Жусипов Д.
Толтырған: Ержанова Л.**

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Өртті сөндіру» Мақсаты: Икемділіктерін дамытып, кеңістікті бағдарлай білуге үйретіп, ұйымшылдыққа тәрбиелеу.</p> <p>Құрал-жабдықтар: Су құйылған шелек, қызыл түсті кішкентай кемелер, майонездің бос шелегі, тазик.</p> <p>Ойын барысы:</p> <p>Белгілі бір ара</p>	<p>«Құлыншақ» тобы Тақырыбы: Қимылды ойын: Доп Мақсаты: Балаларды ұжымшылдыққа, адамгершілікке баулу. Ойын шарты: Балалар қатарға тұрады екі команда болып межеге допты қай команда бірінші апарды сол топ бірінші орынға, марапатқа ие болады. Ал ұтылған топ таппақ не өлең айтып өз өнерін көрсетеді. Мақсаты баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене</p>	<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Секіртпелі жолдар» Мақсаты: Балаларды белгі бойынша алға жылжуға, тізені бүгіп аяқ ұшын көтеріп секіруге үйрету, нақтылық пен шыдамдылық танытуға дағдыландыру. Барысы: Балалар бір дөңнен екінші дөңге секіреді. Іздерді басып, қолдары белде болады</p>	<p>«Құлыншақ» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Тақырыбы: Қ/Қ ойын: Автобус Балалар қатарға бір-бірден тұрады. Тәрбиеші автобус жүргізушісі. Қалғандары жолаушылар. Тәрбиеші дыбыс берген кезде автобус жылжи бастайды. Ең әуелі баяу кейін жылдам, жылдамырақ жүреді. Балалар жүрісті баяулатады. Жүргізуші автобусты тоқтатады. Ойын тағы жалғасады. Міндеттер: негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншақ» тобы</p> <p>Тақырыбы: Қимылды ойын: Ұшақтар Балаларды ойын алаңына еркін тұрғызып, тәрбиеші өзі ұшақ болып көрсетеді. Тәрбиеші «Ұшақтар ұшады!» деген кезде барлық бала ұшақ болып ұшады. «Ұшақтар қона бастады!» дегенде барлық бала өз орындарына келіп қона бастайды. Тәрбиешінің бастауымен ойын жалғасады. Міндеттер: негізгі қимыл түрлерін: жүру</p>

<p>қашықтықта балалар сапқа тұрады</p> <p>Шелекке су толтырады Су толтырылған шелекті бір-біріне береді Өрттерді сөндіреді Өшіріп су құйған бала бөгеттерден өтіп саптың басына барып тұрады.</p>	<p>сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады.</p> <p>Күтілетін нәтижелер: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;</p>	<p>«Торайды тамақтандыр»</p> <p>Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйретіп, дәл тигізуге дағдыландыру. Ойын барысы:</p> <p>Белгілі бір кедергілерден өтіп</p> <p>Тунельден тізерлеп өту. Секіртпеден секіріп өту. Шелектен доп алып торайдың аузына көздеп лақтыру .</p>	<p>дағдылары жетілдіру; дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты ояту, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу; әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға, жарыс сипатындағы ойындарға қызығушылыққа баулу; ойын барысында, спорт жабдықтарын қолдануда қауіпсіздікті сақтау</p> <p>Күтілетін нәтижелер: түрлі тапсырмаларды орындай отырып, шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіреді; табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектейді; гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, еңбектейді; гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелейді; алға ұмтылып, ұзындыққа қос аяқпен секіреді; доптарды домалатады, заттарды қашықтыққа лақтырады, доптарды кедергілер арқылы лақтырады және қағып алады;</p>	<p>мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру; дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты ояту, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу; әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға, жарыс сипатындағы ойындарға қызығушылыққа баулу; ойын барысында, спорт жабдықтарын қолдануда қауіпсіздікті сақтау</p> <p>Күтілетін нәтижелер: түрлі тапсырмаларды орындай отырып, шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіреді; табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектейді; гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, еңбектейді; гимнастикалық</p>	
---	--	--	---	---	--

				қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелейді; алға ұмтылып, ұзындыққа қос аяқпен секіреді; доптарды домалатады, заттарды қашықтыққа лақтырады, доптарды кедергілер арқылы лақтырады және қағып алады;	
--	--	--	--	---	--

**Дене тәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
19.01.-23.01.2026ж**

**Тексерген: Жусипов Д.
Толтырған: Ержанова Л.**

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>«Кім жылдам?»</p> <p>Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйретіп, түстерді ажыратуға, шапшаңдықтарын қалыптастыру.</p>	<p>«Құлыншақ» тобы</p> <p>Тақырыбы: Ойын «Кішкене өзен арқылы. Тәрбиеші екі сызық сызады да (үйдің ішінде жіпті пайдалануға болады) балаларға: мынау – «өзен», - дейді; оның үстіне тақтайдан көпір (ұзындығы 2-3м, ені 25-30см) салады да балаларға:</p>	<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Жұптық эстафета «допты беру»</p> <p>Мақсаты: Жылдам қозғалып, допты дәл қолға беруді, шапшаңдыққа үйрету.</p>	<p>«Құлыншақ» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Тақырыбы: Ұлтық Қ/Қ ойын: «Өгіз тартыс» Міндеттер: негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншақ» тобы</p> <p>Тақырыбы: Ұлтық Қ/Қ ойын: «Теңге алу» Міндеттер: негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды,</p>

<p>Ойын барысы: Түрлі-түсті бөтелке қақпақтарын шашып араластыру, «1-2-3, Баста!!!» деген кезде балалар өздеріне керек түсті жинайды, болған бала сапқа тұрады.</p> <p>«Обручтермен эстафеталық ойын»</p> <p>Балалар екі қатарға тұрады. Әр қатардың алдында 2 м жерде обруч жатады. «Алға» дегенде әр қатардағы бірінші ойыншы алға жүгіріп, обручті жоғары көтеріп оның ішінен өтіп орнына қойып. Өз тобына жүгіріп келеді. Қай топ бірінші келсе сол жеңіске жеткен болып есептелінеді.</p>	<p>«Көпір арқылы жүруді үйренейік», - деп ұсынады. Балалардың бір-біріне соқтығыспай тек тақтайдың үстімен ғана жүруін бақылай отырып, тәрбиеші балаларға суға құлап кетпеуі үшін жай жүру керек деп ескертеді: балалар тақтаймен ары-бері 2-3 рет жүріп өтеді балалардың денесін үйлесімді дамыту, спорттық, қимылды ойындарға, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру;</p> <p>дене сапаларын: күш, жылдамдық, төзімділік, ептілік, икемділікті қалыптастыру;</p> <p>негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру;</p> <p>Күтілетін нәтижелер: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық</p>	<p>Кұрал-жабдықтар: Доптар, топтардың санына байланысты.</p> <p>Ойын барысы:</p> <p>Ойыншылар бір-біріне қарама қарсы жұп жұбымен тұрады. Бір ойыншыда доп. Ойыншылар жүгіріп келе жатып бір біріне допты беріп отыруы тиіс. Эстафеталық ойынды бірінші аяқтаған топ жеңімпаз атанады.</p> <p>«Балапандар мен мысық»</p> <p>Бастапқы қозғалыс: Жай жүріс, жүгіру.</p> <p>Ойынға түсініктеме:</p> <p>Балалар тәрбиешімен бірге мысыққа жақындап:</p> <p>Мыс-мыс-мысығым,</p> <p>Қандай күшті пысығым.</p> <p>Пеш үстінде</p>	<p>лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру;</p> <p>дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты ояту, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу; әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға, жарыс сипатындағы ойындарға қызығушылыққа баулу; ойын барысында, спорт жабдықтарын қолдануда қауіпсіздікті сақтау</p> <p>Күтілетін нәтижелер: түрлі тапсырмаларды орындай отырып, шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіреді; табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектейді; гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, еңбектейді; гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелейді; алға ұмтылып, ұзындыққа қос аяқпен секіреді;</p>	<p>еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру; дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты ояту, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу; әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға, жарыс сипатындағы ойындарға қызығушылыққа баулу; ойын барысында, спорт жабдықтарын қолдануда қауіпсіздікті сақтау</p> <p>Күтілетін нәтижелер: түрлі тапсырмаларды орындай отырып, шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіреді; табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектейді; гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, еңбектейді; гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелейді; алға ұмтылып, ұзындыққа қос аяқпен секіреді; доптарды домалатады,</p>
--	--	---	--	--

	скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;.	ұйықтайды, Көзін қатты қыспайды. Балапанды ұстайды? Мысық: Мяу! деп балаларды қуа жөнеледі.	доптарды домалатады, заттарды қашықтыққа лақтырады, доптарды кедергілер арқылы лақтырады және қағып алады;	заттарды қашықтыққа лақтырады, доптарды кедергілер арқылы лақтырады және қағып алады;
--	--	--	--	---

Дене нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
26.01. – 30.01.2026 жыл

Тексерген: Жусипов Д.
Толтырған: Ержанова Л.

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>«Ұшқыштар»</p> <p>Ойын алаңын төрт бөлікке бөліп, жалаушалар мен белгі қойылады. Жалаушалардың артына балалар қатарға төрт топқа бөлініп тұрады.</p>	<p>«Құлыншақ» тобы</p> <p>Тақырыбы: Ойын «Кішкене өзен арқылы»Тәрбиеші екі сызық сызады да (үйдің ішінде жіпті пайдалануға болады) балаларға: мынау – «өзен», - дейді; оның үстіне тақтайдан көпір (ұзындығы 2-3м, ені 25-30см) салады да</p>	<p>«Балапан» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>«Секіртпелі жолдар»</p> <p>Мақсаты: Балаларды белгі бойынша алға жылжуға, тізені бүгіп аяқ ұшын көтеріп секіруге үйрету, нақтылық пен шыдамдылық танытуға дағдыландыру.</p>	<p>«Құлыншақ» тобы «Жауқазын» тобы</p> <p>Тақырыбы: Қойлар мен қойшы</p> <p>Мақсаты: Балаларды бірлікке, татулыққа, ептілікке тәрбиелеу. Тәрбиешінің берген белгісіне көңіл аудара білуге үйрету.</p>	<p>«Балапан» тобы «Құлыншақ» тобы</p> <p>Тақырыбы: «Тығылмақ»</p> <p>Мақсаты: Балаларды қырағылыққа, ептілікке, бірлікке тәрбиелеу. Ойынның шарты: Тәрбиеші санамақ арқылы жүргізуші сайлап алады.</p>

<p>Балалар тік ұшақ жүргізушісі болады «Ұшуға дайындал» деген кезде, балалар қолдарын майыстырып ұшуға дайындалып «бж,бж,бж» ете бастайды. Енді «Ұш!» деген бұйрық берілгенде, қолдарын түзу ұстап ойын алаңын айналып ұшады.</p> <p>Біраз ұшқаннан кейін «Қонамыз!» деген бұйрық беріледі. Сол кезде ұшқыштар өз орындарына келіп қонады. Қай топ бірінші болып қонғанын тәрбиеші байқайды.</p> <p>«Апа! Жіптер байланып қалды!»</p> <p>Балалардың ішінен апаны таңдап алу. Қалған балалар оралған жіп болады. Апа дүкенге барып келгенше оралған жіп шатасып, байланып оратылады.</p>	<p>балаларға: «Көпір арқылы жүруді үйренейік», - деп ұсынады. Балалардың бір-біріне соқтығыспай тек тақтайдың үстімен ғана жүруін бақылай отырып, тәрбиеші балаларға суға құлап кетпеуі үшін жай жүру керек деп ескертеді: балалар тақтаймен ары-бері 2-3 рет жүріп өтеді балалардың денесін үйлесімді дамыту, спорттық, қимылды ойындарға, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру; дене сапаларын: күш, жылдамдық, төзімділік, ептілік, икемділікті қалыптастыру; негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру;</p> <p>Күтілетін нәтижелер: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның,</p>	<p>Барысы: Балалар бір дөңнен екінші дөңге секіреді. Іздерді басып, қолдары белде болады</p> <p>«Торайды тамақтандыр»</p> <p>Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйретіп, дәл тигізуге дағдыландыру.</p> <p>Ойын барысы:</p> <p>Белгілі бір кедергілерден өтіп</p> <p>Тунельден тізерлеп өту. Секіртпеден секіріп өту. Шелектен доп алып торайдың аузына көздеп лақтыру .</p>	<p>Шарты: Қойшы сайланып алады. Қалған балалар қойлар болады. Қойшының құралдарын береді. Қойлар алыста жайылып жүреді, қойшы алыстан бақылап тұрады. Тәрбиеші: Қойшы шықты ертемен, Қойларын бағып далаға. Қойлар маңырайды, Сонан соң жамырайды, - деген кезде қойлар жан-жаққа жамырайды. Ал қойшы оларды жинақтап қораға әкеліп қамайды. Басқа қойшыны сайлайды. Ойын 3-4 рет қайталанады. балалардың денесін үйлесімді дамыту, спорттық, қимылды ойындарға, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру; дене сапаларын: күш, жылдамдық, төзімділік, ептілік, икемділікті қалыптастыру; негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру;</p> <p>Күтілетін нәтижелер:</p>	<p>Жүргізуші тәрбиешінің қасында немесе белгіленген жерде көзін жұмып тұрады, ал басқа балалар тығылады. Жүргізуші: « 1-2-3-4, іздеуге шықтым». Тауып алған баланың атын атайды. Осылай 3-4 баланы тапқан соң басқа баланы сайлайды.</p> <p>Мақсаты баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады.</p> <p>Күтілетін нәтижелер: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді;</p>
---	--	--	--	---

тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді;
аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;.

аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;