

№1 педагогикалық кеңестің
шешімінде қабылданды


(күні, айы, жылы)

БЕКІТЕМІН

№8 «Күншұақ» бөбекжай-балабақшасы

МККК менеджері

Ж.Саутбекова

2025ж.



**МЕКТЕПКЕ ДЕЙІНГІ ТӘРБИЕ МЕН ОҚЫТУДЫҢ
ҮЛГІЛІК ОҚУ ЖОСПАРЫ ЖӘНЕ МЕКТЕПКЕ ДЕЙІНГІ ТӘРБИЕ МЕН ОҚЫТУДЫҢ
ҮЛГІЛІК ОҚУ БАҒДАРЛАМАСЫ НЕГІЗІНДЕ
ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ НҰСҚАУШЫСЫНЫҢ 2025-2026 ОҚУ ЖЫЛЫНА
КІШІ «БАЛАПАН»ТОБЫНА АРНАЛҒАН
ҰЙЫМДАСТЫРЫЛҒАН ІС-ӘРЕКЕТІНІҢ ЦИКЛОГРАММАСЫ**

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы қыркүйек айы, 2025 жыл

Білім беру ұйымы: МКҚК №8 «Күншуақ» бөбекжай-балабақшасы

Топ: кіші «Балапан» тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 01-05 қыркүйек 2025 жыл

Дүйсенбі 01.09.	Сейсенбі 02.09.	Сәрсенбі 03.09.	Бейсенбі 04.09	Жұма 05.09
	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
	<p>Тақырыбы: «Әдемі сап түзейміз!»</p> <p>Міндеттері: Балалардың негізгі қимыл түрлері: жүру, жүгіру, секіру, лақтыру мен қағып алу, еңбектеу мен өрмелеуді орындаудың қарапайым дағдыларын жетілдіру.</p> <p>Негізгі қимылдар:1. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бірбірден, екеуден (жұппен) жүруге үйрету.</p> <p>2.Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан, екінші жағына жүгіруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру.</p> <p>Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>		<p>Тақырыбы: «Қуыршақ Дана сапта тұр»</p> <p>Міндеттері: Балалардың дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту;</p> <p>Негізгі қимылдар:1.Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай бойымен жүруге үйрету.</p> <p>2.Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен);</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту.</p> <p>Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>	

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

А.Атыгаева

Жоспардың құрылу кезеңі 08-12 қыркүйек 2025 жыл

Дүйсенбі 08.09.	Сейсенбі 09.09.	Сәрсенбі 10.09.	Бейсенбі 11.09.	Жұма 12.09.
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Жүру мен жүгіру дағдыларын дамыту»</p> <p>Міндеттері: Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу.</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүруге үйрету.</p> <p>2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:</p> <ul style="list-style-type: none"> - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; <p>Дербес қимыл белсенділігі.</p> <p>Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p> <p>Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>	<p>Тақырыбы: «Секіру жаттығулары, екі аяқпен секіру»</p> <p>Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту.</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету.</p> <p>2. 15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:</p> <ul style="list-style-type: none"> - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. <p>Дербес қимыл белсенділігі.</p> <p>Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту.</p> <p>Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>			<p>Тақырыбы: «Допты екі қолмен лақтыру»</p> <p>Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу;</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру;</p> <p>2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:</p> <ul style="list-style-type: none"> - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. <p>Дербес қимыл белсенділігі.</p> <p>Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p> <p>Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

А.Атыгаева

Жоспардың құрылу кезеңі 15-19 қыркүйек 2025 жыл

Дүйсенбі 15.09.	Сейсенбі 16.09.	Сәрсенбі 17.09.	Бейсенбі 18.09.	Жұма 19.09
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50-10.05
<p>Тақырыбы: «Әртүрлі бағытта жүру» Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Негізгі қимылдар: 1. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бірбірден, екеуден (жүппен) жүру; әртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүруге үйрету. 2. еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналып жүруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>	<p>Тақырыбы: «Екі аяқпен сызықтан секіру» Міндеттері: Балалардың дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту Негізгі қимылдар: 1.Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету. 2.15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен) Дербес қимыл белсенділігі. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>			<p>Тақырыбы: «Допты екі қолмен қағып алу» Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту; Негізгі қимылдар: 1.Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру; 2.Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

А.Атыгаева

Жоспардың құрылу кезеңі 22-26 қыркүйек 2025 жыл

Дүйсенбі 22.09.	Сейсенбі 23.09.	Сәрсенбі 24.09.	Бейсенбі 25.09	Жұма 26.09
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Тақтайша үстімен жүру» Міндеттері: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бірбірден, екеуден (жүппен) жүру; әртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру дағдысын қалыптастыру. Негізгі қимылдар: 1.Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай бойымен жүруге үйрету. 2.Белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою дағдысын меңгерту. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу.</p>	<p>Тақырыбы: «Доға астынан еңбектеу» Міндеттері: Балалардың бұрылып, заттарды айналып жүру, еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу дамыту. Негізгі қимылдар: 1.4-6 метр қашықтықта тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуге үйрету; 2.Доғаның астымен (биіктігі 40 см) көлбеу модуль бойымен еңбектеуге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау</p>			<p>Тақырыбы: «Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу» Міндеттері: Балалардың қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу; Негізгі қимылдар: 1.Көлбеу модуль бойымен, саты бойымен өрмелеу; 2.Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр) Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

А.Атыгаева

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы қазан айы, 2025 жыл

Білім беру ұйымы: МКҚК №8 «Күншуақ» бөбекжай-балабақшасы

Топ: кіші «Балапан» тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 29 қыркүйек – 3 қазан 2025 жыл

Дүйсенбі 29.09.	Сейсенбі 30.09.	Сәрсенбі 01.10.	Бейсенбі 02.10	Жұма 03.10
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Қояндар мен қасқыр» қимылды ойын</p> <p>Міндеттері: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бірбірден, екеуден (жүппен) жүру; әртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүруге баулу.</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура шеңбер бойымен жүгіруге үйрету.</p> <p>2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау;</p> <p>Қимылды ойындар: Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға үйрету.</p>	<p>Тақырыбы: «Торғайлар мен мысық»</p> <p>Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Негізгі қимылдар: 1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету.</p> <p>2. 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:</p> <ul style="list-style-type: none"> - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. <p>Қимылды ойындар: Кеңістікті бағдарлауға, «жүг»рр», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге баулу.</p>			<p>Тақырыбы: «Қол, аяққа арналған жаттығу жасаймыз»</p> <p>Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу;</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру;</p> <p>2. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай бойымен жүруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:</p> <ul style="list-style-type: none"> - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру <p>Қимылды ойындар: Қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 06-10 қазан 2025 жыл

Дүйсенбі 06.10.	Сейсенбі 07.10.	Сәрсенбі 08.10.	Бейсенбі 09.10	Жұма 10.10
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Доппен ойындар ойнаймыз» Міндеттері: Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу. Негізгі қимылдар: 1. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бірбірден, екеуден (жүппен) жүруге үйрету. 2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу.</p>	<p>Тақырыбы: «Доға астынан еңбектеу» Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Негізгі қимылдар: 1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету. 2. 15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарту, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Тамақтанар алдында қолды жуу, таңертең және кешке тісті тазалау дағдыларын қалыптастыру.</p>			<p>Тақырыбы: «Кедергілерден өтіп үйренейік» Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу; Негізгі қимылдар: 1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру; 2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен) көтеруге баулу. Дербес қимыл белсенділігі. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге үйрету.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 13-17 қазан 2025 жыл

Дүйсенбі 13.10.	Сейсенбі 14.10.	Сәрсенбі 15.10.	Бейсенбі 16.10.	Жұма 17.10
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Тақтайша үстімен жүру» Міндеттері: Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу. Негізгі қимылдар: 1. Қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүруге үйрету. 2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру.</p>	<p>Тақырыбы: «Спорттық элементтері бар ойындар» Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Негізгі қимылдар: 1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету. 2. 15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету.</p>			<p>Тақырыбы: «Таза ауадағы қимыл - қозғалыс» Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу; Негізгі қимылдар: 1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру; 2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру Дербес қимыл белсенділігі. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру. Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 20-24 қазан 2025 жыл

Дүйсенбі 20.10.	Сейсенбі 21.10.	Сәрсенбі 22.10.	Бейсенбі 23.10.	Жұма 24.10
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Тақтайша үстімен жүру» Міндеттері: Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу. Негізгі қимылдар: 1. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбей тақтай бойымен жүруді үйрету. 2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу.</p>	<p>Тақырыбы: «Дене бітімін дұрыс ұстау» Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Негізгі қимылдар: 1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдыларын қалыптастыру. 2. 15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Тамақтанар алдында қолды жуу, таңертең және кешке тісті тазалау дағдыларын қалыптастыру.</p>			<p>Тақырыбы: «Қауіпсіз қимыл - қозғалыс» Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу; Негізгі қимылдар: 1. 4-6 метр қашықтықта тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуге үйрету. 2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; Дербес қимыл белсенділігі. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 27-31 қазан 2025 жыл

Дүйсенбі 27.10.	Сейсенбі 28.10.	Сәрсенбі 29.10.	Бейсенбі 30.10	Жұма 31.10
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Әр түрлі бағытта жүру» Міндеттері: Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу. Негізгі қимылдар: 1. Қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүруге үйрету. 2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>	<p>Тақырыбы: «Екі аяқпен секіріп үйренейік» Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Негізгі қимылдар: 1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету. 2. 1,5-2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу.</p>			<p>Тақырыбы: «Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу» Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу; Негізгі қимылдар: 1. Көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы еңбектеуге үйрету. 2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру Дербес қимыл белсенділігі. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау..</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы қараша айы, 2025 жыл

Білім беру ұйымы: МКҚК №8 «Күншуақ» бөбекжай-балабақшасы

Топ: кіші «Балапан» тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 03 қараша – 07 қараша 2025 жыл

Дүйсенбі 03.11.	Сейсенбі 04.11.	Сәрсенбі 05.11.	Бейсенбі 06.11	Жұма 07.11
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Бір сызықтан секіреміз» Міндеттері: Балалардың дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту. Негізгі қимылдар:1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету. 2.Құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіруге дағдыландыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын,ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру. Сезім мүшелерін ажыратуға және атауға (көз, құлақ, мұрын, ауыз) үйрету, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру</p>	<p>Тақырыбы: «Доға астынан еңбектеу» Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Негізгі қимылдар:1.4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуге тәрбиелеу. 2.Еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40 см) өрмелеу дағдыларын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту.</p>			<p>Тақырыбы: «Допты екі қолмен лақтыру» Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу; Негізгі қимылдар:1.Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру; 2.Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын,ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге, тісті тазалауға, ұқыптылыққа, киіміндегі олқылықтарды байқауға баулу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 10 қараша – 14 қараша 2025 жыл

Дүйсенбі 10.11.	Сейсенбі 11.11.	Сәрсенбі 12.11.	Бейсенбі 13.11	Жұма 14.11
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу»</p> <p>Міндеттері: негізгі қимыл түрлері: жүру, жүгіру, секіру, лақтыру мен қағып алу, еңбектеу мен өрмелеуді орындаудың қарапайым дағдыларын жетілдіру;</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр) дағдысын қалыптастыру.</p> <p>2. Көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы еңбектеуге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау;</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p> <p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру.</p>	<p>Тақырыбы: «Қол, аяқ, бұлшықеттеріне арналған жаттығулар»</p> <p>Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту.</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету.</p> <p>2. 15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу.</p> <p>Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>			<p>Тақырыбы: Спорттық ойындар</p> <p>Міндеттері: Балалардың дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту;</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтаймен жүруге үйрету.</p> <p>2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру;</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру.</p> <p>Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 17 қараша – 21 қараша 2025 жыл

Дүйсенбі 17.11.	Сейсенбі 18.11.	Сәрсенбі 19.11.	Бейсенбі 20.11	Жұма 21.11
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: Салауатты өмір салты Міндеттері: Балалардың негізгі қимыл түрлері: жүру, жүгіру, секіру, лақтыру мен қағып алу, еңбектеу мен өрмелеуді орындаудың қарапайым дағдыларын жетілдіру. Негізгі қимылдар:1. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) бойымен жүруге үйрету. 2.Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру. Сезім мүшелерін ажыратуға және атауға (көз, құлақ, мұрын, ауыз) үйрету, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру (ұсақ заттарды құлаққа, мұрынға тықпау).</p>	<p>Тақырыбы: «Доға астынан еңбектеу» Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Негізгі қимылдар:1.Еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40см(еңбектеуге үйрету. 2.4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуге үйрету. Музыкалық-ырғақтық жаттығығулар Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру. Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру</p>			<p>Тақырыбы: Кедергілерден өтіп үйренеміз Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарым қатынас жасауға баулу; Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; Негізгі қимылдар:1.Туннель арқылы еңбектеу, саты бойымен өрмелеу дағдыларын қалыптастыру. 2.Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсуге (биіктігі 1,5м) үйрету. Музыкалық-ырғақтық жаттығығулар Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 24 қараша – 28 қараша 2025 жыл

Дүйсенбі 24.11.	Сейсенбі 25.11.	Сәрсенбі 26.11.	Бейсенбі 27.11	Жұма 28.11
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Тақтайша үстімен жүру» Міндеттері: Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу. Негізгі қимылдар: 1. Қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүруге үйрету. 2. Бірқалыпты аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, екеуден жүруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге үйрету.</p>	<p>Тақырыбы: «Таза ауадағы қимыл - қозғалыс» Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Негізгі қимылдар: 1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету. 2. 15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту.</p>			<p>Тақырыбы: Дене бітімін дұрыс ұстау Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу; Негізгі қимылдар: 1. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай бойымен (20-30см) жүру дағдысын қалыптастыру; 2. Қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып жүруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру Дербес қимыл белсенділігі. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы желтоқсан айы, 2025 жыл

Білім беру ұйымы: МКҚК №8 «Күншуақ» бөбекжай-балабақшасы

Топ: кіші «Балапан» тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 01 желтоқсан – 05 желтоқсан 2025 жыл

Дүйсенбі 01.12.	Сейсенбі 02.12.	Сәрсенбі 03.12.	Бейсенбі 04.12.	Жұма 05.12.
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Тақтайша үстімен жүру» Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту Негізгі қимылдар: 1. Әртүрлі бағытта тура шеңбер бойымен, жыланша шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүруге үйрету. 2. Заттарды айналып жүруге, еденге қойылған заттардан аттап жүруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру.</p>	<p>Тақырыбы: «Доға астынан еңбектеу» Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу. Негізгі қимылдар: 1.4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуге үйрету. 2. Еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның астымен еңбектеуге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту.</p>			<p>Тақырыбы: «Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу» Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу; Негізгі қимылдар: 1. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуге және одан түсуге (биіктігі 1,5 м) өрмелеу дағдысын қалыптастыру; 2. Туннель арқылы және саты бойымен өрмелеуге үйрету Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру. Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге үйрету</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 08 желтоқсан – 12 желтоқсан 2025 жыл

Дүйсенбі 08.12.	Сейсенбі 09.12.	Сәрсенбі 10.12.	Бейсенбі 11.12	Жұма 12.12
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			10.40 – 10.55
<p>Тақырыбы: «Қауіпсіз қимыл – қозғалыс» Міндеттері: Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу. Негізгі қимылдар: 1. 15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету. 2. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен) Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру.</p>	<p>Тақырыбы: «Өртүрлі бағытта жүру» Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Негізгі қимылдар: 1. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. 2. Тепе – теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай бойымен жүруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>			<p>Тақырыбы: «Допты екі қолмен лақтырып үйренеміз» Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу; Негізгі қимылдар: 1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру; 2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескеру</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 15 желтоқсан – 19 желтоқсан 2025 жыл

Дүйсенбі 15.12.	Сейсенбі 16.12.	Сәрсенбі 17.12.	Бейсенбі 18.12	Жұма 19.12
09.00 – 09.15				09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Допты қағып алу» Міндеттері: Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Негізгі қимылдар: 1.Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру; 2.Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын,ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру.</p>				<p>Тақырыбы: «Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу» Міндеттері: Балалардың спорттық жабдықтарды қолдануда қауіпсіздікті қамтамасыз ету Негізгі қимылдар: 1.Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуге және одан түсуге(биіктігі 1,5 м) өрмелеу дағдысын қалыптастыру; 2.Туннель арқылы және саты бойымен өрмелеуге үйрету Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын,ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 22 желтоқсан – 26 желтоқсан 2025 жыл

Дүйсенбі 22.12.	Сейсенбі 23.12.	Сәрсенбі 24.12.	Бейсенбі 25.12.	Жұма 26.12
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Екі аяқпен секіріп үйренеміз»</p> <p>Міндеттері: Серуенде қимылды ойындар мен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру.</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүруге үйрету.</p> <p>2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау;</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p> <p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру.</p>	<p>Тақырыбы: «Тақтайша үстімен жүру»</p> <p>Міндеттері: Шынықтыру шараларын жүргізуде балалардың денсаулық жағдайын ескере отырып, жеке тәсілді жүзеге асыру.</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету.</p> <p>2. 15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу.</p> <p>Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге үйрету.</p>			<p>Тақырыбы: «Доға астымен еңбектеу»</p> <p>Міндеттері: Балалардың спорттық жабдықтарды қолдануда қауіпсіздікті қамтамасыз ету.</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру;</p> <p>2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p> <p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары. суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 29 желтоқсан – 02 қаңтар 2026 жыл

Дүйсенбі 29.12.	Сейсенбі 30.12.	Сәрсенбі 31.12.	Бейсенбі 01.01	Жұма 02.01
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			
<p>Тақырыбы: «Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу»</p> <p>Міндеттері: Балалардың спорттық жабдықтарды қолдануда қауіпсіздікті қамтамасыз ету.</p> <p>Негізгі қимылдар: 1.Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуге және одан түсуге(биіктігі 1,5 м) өрмелеу дағдысын қалыптастыру;</p> <p>2.Туннель арқылы және саты бойымен өрмелеуге үйрету</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау;</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын,ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p> <p>Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау көрсету.</p>	<p>Тақырыбы: «Қояндар мен қасқырлар»</p> <p>Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту.</p> <p>Негізгі қимылдар:1.Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету. 2.15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу.</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту.</p> <p>Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>			

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы қаңтар айы, 2026 жыл

Білім беру ұйымы: МКҚК №8 «Күншуақ» бөбекжай-балабақшасы

Топ: кіші «Балапан» тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 05 қаңтар – 09 қаңтар 2026 жыл

Дүйсенбі 05.01.	Сейсенбі 06.01.	Сәрсенбі 07.01.	Бейсенбі 08.01	Жұма 09.01
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Тақтайша үстімен жүру» Міндеттері: Балалардың негізгі қимыл түрлері: жүру, жүгіру, секіру, лақтыру мен қағып алу, еңбектеу мен өрмелеуді орындаудың қарапайым дағдыларын жетілдіру. Негізгі қимылдар:1. Қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүруге үйрету. 2.Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын,ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p>	<p>Тақырыбы: «Доға астынан еңбектеу» Міндеттері: Балалардың мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру Негізгі қимылдар:1.4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуге үйрету. 2.Еденге қойылған тақтай бойымен өрмелеуге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу</p>			<p>Тақырыбы: «Торғайлар мен мысықтар» Міндеттері: Балалардың шынықтыру шараларын жүргізуде балалардың денсаулық жағдайын ескере отырып, жеке тәсілді жүзеге асыру Негізгі қимылдар:1.Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру; 2.Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру. Сезім мүшелерін ажыратуға және атауға (көз, құлақ, мұрын, ауыз) үйрету Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын,ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 12 қаңтар – 16 қаңтар 2026 жыл

Дүйсенбі 12.01.	Сейсенбі 13.01.	Сәрсенбі 14.01.	Бейсенбі 15.01	Жұма 16.01
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Спорттық элементтері бар ойындар»</p> <p>Міндеттері: Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу.</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүруге үйрету.</p> <p>2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Кеудеге арналған жаттығулар: - солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта);</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p> <p>Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау</p>	<p>Тақырыбы: «Кедергілерден өтіп үйрену»</p> <p>Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту.</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету. 2. 15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Кеудеге арналған жаттығулар: аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта)</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту.</p> <p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескеру</p>			<p>Тақырыбы: «Салауатты өмір салты»</p> <p>Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу;</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру; 2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Кеудеге арналған жаттығулар: - допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p> <p>Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 19 қаңтар – 23 қаңтар 2026 жыл

Дүйсенбі 19.01.	Сейсенбі 20.01.	Сәрсенбі 21.01.	Бейсенбі 22.01	Жұма 23.01
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Дене бітімін дұрыс ұстау» Міндеттері: Балаларды денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту Негізгі қимылдар: 1. Қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүруге үйрету. 2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Кеудеге арналған жаттығулар: - допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру.</p>	<p>Тақырыбы: «Шанамен сырғанап үйренеміз» Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу Негізгі қимылдар: 1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету. 2. 15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Кеудеге арналған жаттығулар: солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); - аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру. Сезім мүшелерін ажыратуға және атауға (көз, құлақ, мұрын, ауыз) үйрету,</p>			<p>Тақырыбы: «Таза ауадағы қимыл - қозғалыс» Міндеттері: Балалардың спорттық жабдықтарды қолдануда қауіпсіздікті қамтамасыз ету; Негізгі қимылдар: 1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру; 2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); - аяқты бұғу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жанжаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 26 қаңтар – 30 қаңтар 2026 жыл

Дүйсенбі 26.01.	Сейсенбі 27.01.	Сәрсенбі 28.01.	Бейсенбі 29.01	Жұма 30.01
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Қауіпсіз қимыл - қозғалыс» Міндеттері: Балаларды спорттық жабдықтарды қолдануда қауіпсіздікті қамтамасыз ету. Негізгі қимылдар:1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыруға үйрету. 2.Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Кеудеге арналған жаттығулар: - допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру.</p>	<p>Тақырыбы: «Ұлттық қимылды ойындар» Міндеттері: Балалардың дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту Негізгі қимылдар:1. (1-1,5 метр қашықтық), аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бірбіріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. 2.15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Кеудеге арналған жаттығулар: солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); - аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>			<p>Тақырыбы: «Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу» Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу; Негізгі қимылдар:1. Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. 2.Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: - аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жанжаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын,ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы ақпан айы, 2026 жыл

Білім беру ұйымы: МКҚК №8 «Күншуақ» бөбекжай-балабақшасы

Топ: кіші «Балапан» тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 02 ақпан – 06 ақпан 2026 жыл

Дүйсенбі 02.02.	Сейсенбі 03.02.	Сәрсенбі 04.02.	Бейсенбі 05.02	Жұма 06.02
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Спорттық ойын түрлері» Міндеттері: Балалардың денсаулығын сақтау және қорғау, физикалық үйлесімді дамыту Негізгі қимылдар: 1. жүру мен жүгіруді алмастырып, заттардың арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеу, кедергілер арасынан еңбектеу; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеу (арақашықтығы 3-4 метр) 2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді Дербес қимыл белсенділігі. Қыс мезгілінде мұзды жолдармен сырғанауға, шаңғымен жүруге, хоккей ойындарына, шанамен сырғанауға жағдай жасау.</p>	<p>Тақырыбы: «Доппен ойналатын ойындар» Міндеттері: Балалардың спортқа деген қызығушылықты арттыру, салауатты өмір салты дағдыларын дамыту Негізгі қимылдар: 1. гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу; бірнеше заттардан еңбектеп өту Жалпы дамытушы жаттығулар: Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екінші бала оның аяғына отырады (5-6 рет); гимнастикалық қабырғада қолдарымен тартылып тұрып, аяқтарын көтеру (5-6 рет). Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Гигиеналық шараларды жүргізуде балалардың өзара көмегін қолдау.</p>			<p>Тақырыбы: «Жалпы дамыту жаттығулары» Міндеттері: Балалардың дене шынықтыруға баулу, дененің физикалық сапаларын: күш, жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту; Негізгі қимылдар: 1. әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту, гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу. Жалпы дамытушы жаттығулар: Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Өзіне-өзі қызмет көрсету және киіміне күтім жасау дағдыларын жетілдіру.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 09 ақпан – 13 ақпан 2026 жыл

Дүйсенбі 09.02.	Сейсенбі 10.02.	Сәрсенбі 11.02.	Бейсенбі 12.02	Жұма 13.02
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Өрмелеу және еңбектеу» Міндеттері: Балалардың дене шынықтыруға баулу, дененің физикалық сапаларын: күш, жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту; Негізгі қимылдар: 1. әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту, гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу. Жалпы дамытушы жаттығулар: Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Өзіне-өзі қызмет көрсету және киіміне күтім жасау дағдыларын жетілдіру.</p>	<p>Тақырыбы: «Кедергілерден өтіп үйрену» Міндеттері: Балалардың дене шынықтыруға баулу, дененің физикалық сапаларын: күш, жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту; Негізгі қимылдар: 1. әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту, гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу. Жалпы дамытушы жаттығулар: Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Өзіне-өзі қызмет көрсету және киіміне күтім жасау дағдыларын жетілдіру.</p>			<p>Тақырыбы: «Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу» Міндеттері: Балалардың денсаулығын сақтау және қорғау, физикалық үйлесімді дамыту Негізгі қимылдар: 1. жүру мен жүгіруді алмастырып, заттардың арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеу, кедергілер арасынан еңбектеу; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеу (арақашықтығы 3-4 метр) 2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Адам ағзасы және оның қызметінің ерекшеліктері туралы түсініктерді кеңейту.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 16 ақпан – 20 ақпан 2026 жыл

Дүйсенбі 16.02.	Сейсенбі 17.02.	Сәрсенбі 18.02.	Бейсенбі 19.02.	Жұма 20.02.
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Тақтайша үстімен жүру» Міндеттері: Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу. Негізгі қимылдар: 1. Қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүруге үйрету. 2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>	<p>Тақырыбы: «Доға астынан еңбектеу» Міндеттері: Балалардың дене шынықтыруға баулу, дененің физикалық сапаларын: күш, жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту; Негізгі қимылдар: 1. әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту, гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу. Жалпы дамытушы жаттығулар: Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру. Өзіне-өзі қызмет көрсету және киіміне күтім жасау дағдыларын жетілдіру</p>			<p>Тақырыбы: «Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу» Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу; Негізгі қимылдар: 1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру; 2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 23 ақпан – 27 ақпан 2026 жыл

Дүйсенбі 23.02.	Сейсенбі 24.02.	Сәрсенбі 25.02.	Бейсенбі 26.02.	Жұма 27.02.
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Допты екі қолмен лақтыру»</p> <p>Міндеттері: балалардың дене қалыптарының дұрыс дамуына, қимылдарының үйлесімді қалыптасуына, жалпақ табандылықтың алдын алуға медициналықпедагогикалық бақылау жүргізу және ұлттық қимылды ойындар өткізуге жағдайлар жасау.</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүруге үйрету.</p> <p>2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:</p> <ul style="list-style-type: none"> - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; <p>Дербес қимыл белсенділігі.</p> <p>Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p>	<p>Тақырыбы: «Тақтайша үстімен жүру»</p> <p>Міндеттері: Балалардың денсаулығын сақтау және қорғау, физикалық үйлесімді дамыту</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. жүру мен жүгіруді алмастырып, заттардың арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеу, кедергілер арасынан еңбектеу; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеу (арақашықтығы 3-4 метр)</p> <p>2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі.</p> <p>Қыс мезгілінде мұзды жолдармен сырғанауға, шаңғымен жүруге, хоккей ойындарына, шанамен сырғанауға жағдай жасау.</p> <p>Салауатты өмір салтын қалыптастыру.</p> <p>Адам ағзасы және оның қызметінің ерекшеліктері туралы түсініктерді кеңейту.</p>			<p>Тақырыбы: «Екі аяқпен секіру»</p> <p>Міндеттері: Балалардың дене шынықтыруға баулу, дененің физикалық сапаларын: күш, жылдамдық, шыдамдылық, икемділікті дамыту;</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту, гимнастикалық қабырғамен өрмелеу және бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді</p> <p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру.</p> <p>Өзіне-өзі қызмет көрсету және киіміне күтім жасау дағдыларын жетілдіру.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы наурыз айы, 2026 жыл

Білім беру ұйымы: МКҚК №8 «Күншуақ» бөбекжай-балабақшасы

Топ: кіші «Балапан» тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 02 наурыз – 06 наурыз 2026 жыл

Дүйсенбі 02.03.	Сейсенбі 03.03.	Сәрсенбі 04.03.	Бейсенбі 05.03	Жұма 06.03
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Тақтайша үстімен жүру» Міндеттері: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бірбірден, екеуден (жүппен) жүру; әртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру дағдысын қалыптастыру. Негізгі қимылдар: 1.Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай бойымен жүруге үйрету. 2.Белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою дағдысын меңгерту. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу.</p>	<p>Тақырыбы: «Доға астынан еңбектеу» Міндеттері: Балалардың бұрылып, заттарды айналып жүру, еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу дамыту. Негізгі қимылдар: 1.4-6 метр қашықтықта тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуге үйрету; 2.Доғаның астымен (биіктігі 40 см) көлбеу модуль бойымен еңбектеуге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p>			<p>Тақырыбы: «Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу» Міндеттері: Балалардың қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу; Негізгі қимылдар: 1.Көлбеу модуль бойымен, саты бойымен өрмелеу; 2.Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр) Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 09 наурыз – 13 наурыз 2026 жыл

Дүйсенбі 09.03.	Сейсенбі 10.03.	Сәрсенбі 11.03.	Бейсенбі 12.03.	Жұма 13.03.
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
	<p>Тақырыбы: «Дене бітімін дұрыс ұстау»</p> <p>Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Негізгі қимылдар: 1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдыларын қалыптастыру. 2. 15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:</p> <ul style="list-style-type: none"> - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. <p>Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту.</p> <p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Тамақтанар алдында қолды жуу, таңертең және кешке тісті тазалау дағдыларын қалыптастыру.</p>			<p>Тақырыбы: «Қауіпсіз қимыл - қозғалыс»</p> <p>Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу;</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. 4-6 метр қашықтықта тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуге үйрету.</p> <p>2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:</p> <ul style="list-style-type: none"> - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; <p>Дербес қимыл белсенділігі. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру</p> <p>Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 16 наурыз – 20 наурыз 2026 жыл

Дүйсенбі 16.03.	Сейсенбі 17.03.	Сәрсенбі 18.03.	Бейсенбі 19.03.	Жұма 20.03
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Доппен ойындар ойнаймыз» Міндеттері: Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу. Негізгі қимылдар: 1. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бірбірден, екеуден (жұппен) жүруге үйрету. 2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу.</p>	<p>Тақырыбы: «Доға астынан еңбектеу» Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Негізгі қимылдар: 1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету. 2. 15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Тамақтанар алдында қолды жуу, таңертең және кешке тісті тазалау дағдыларын қалыптастыру.</p>			<p>Тақырыбы: «Кедергілерден өтіп үйренейік» Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу; Негізгі қимылдар: 1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру; 2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен) көтеруге баулу. Дербес қимыл белсенділігі. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге үйрету.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 23 наурыз – 27 наурыз 2026 жыл

Дүйсенбі 23.03.	Сейсенбі 24.03.	Сәрсенбі 25.03.	Бейсенбі 26.03.	Жұма 27.03.
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
				<p>Тақырыбы: «Допты екі қолмен қағып алу»</p> <p>Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшандықты дамыту;</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру;</p> <p>2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:</p> <p>- заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p> <p>Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы сәуір айы, 2026 жыл

Білім беру ұйымы: МКҚК №8 «Күншуақ» бөбекжай-балабақшасы

Топ: кіші «Балапан» тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 30 наурыз – 03 сәуір 2026 жыл

Дүйсенбі 30.03.	Сейсенбі 31.03.	Сәрсенбі 01.04.	Бейсенбі 02.04	Жұма 03.04
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу»</p> <p>Міндеттері: негізгі қимыл түрлері: жүру, жүгіру, секіру, лақтыру мен қағып алу, еңбектеу мен өрмелеуді орындаудың қарапайым дағдыларын жетілдіру;</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр) дағдысын қалыптастыру.</p> <p>2. Көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы еңбектеуге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау;</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p> <p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру.</p>	<p>Тақырыбы: «Қол, аяқ, бұлшықеттеріне арналған жаттығулар»</p> <p>Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту.</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету. 2. 15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу.</p> <p>Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>			<p>Тақырыбы: Спорттық ойындар</p> <p>Міндеттері: Балалардың дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту;</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтаймен жүруге үйрету. 2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру;</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру.</p> <p>Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 06 сәуір – 10 сәуір 2026 жыл

Дүйсенбі 06.04.	Сейсенбі 07.04.	Сәрсенбі 08.04.	Бейсенбі 09.04.	Жұма 10.04
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Жүру мен жүгіру дағдыларын дамыту»</p> <p>Міндеттері: Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу.</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүруге үйрету.</p> <p>2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау;</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p> <p>Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>	<p>Тақырыбы: «Секіру жаттығулары, екі аяқпен секіру»</p> <p>Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту.</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету.</p> <p>2. 15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу.</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту.</p> <p>Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>			<p>Тақырыбы: «Допты екі қолмен лақтыру»</p> <p>Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу;</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру;</p> <p>2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу.</p> <p>Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p> <p>Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 13 сәуір – 17 сәуір 2026 жыл

Дүйсенбі 13.04.	Сейсенбі 14.04.	Сәрсенбі 15.04.	Бейсенбі 16.04.	Жұма 17.04.
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Қояндар мен қасқыр» қимылды ойын</p> <p>Міндеттері: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бірбірден, екеуден (жұппен) жүру; әртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүруге баулу.</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура шеңбер бойымен жүгіруге үйрету.</p> <p>2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау;</p> <p>Қимылды ойындар: Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға үйрету.</p>	<p>Тақырыбы: «Торғайлар мен мысық»</p> <p>Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Негізгі қимылдар: 1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету.</p> <p>2. 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу.</p> <p>Қимылды ойындар: Кеңістікті бағдарлауға, «жүг»рр», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге баулу.</p>			<p>Тақырыбы: «Қол, аяққа арналған жаттығу жасаймыз»</p> <p>Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу;</p> <p>Негізгі қимылдар: 1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру;</p> <p>2. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай бойымен жүруге үйрету.</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру</p> <p>Қимылды ойындар: Қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 20 сәуір – 24 сәуір 2026 жыл

Дүйсенбі 20.04.	Сейсенбі 21.04.	Сәрсенбі 22.04.	Бейсенбі 23.04.	Жұма 24.04.
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Доппен ойындар ойнаймыз» Міндеттері: Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу. Негізгі қимылдар: 1. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бірбірден, екеуден (жұппен) жүруге үйрету. 2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу.</p>	<p>Тақырыбы: «Доға астынан еңбектеу» Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Негізгі қимылдар: 1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету. 2. 15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Тамақтанар алдында қолды жуу, таңертең және кешке тісті тазалау дағдыларын қалыптастыру.</p>			<p>Тақырыбы: «Кедергілерден өтіп үйренейік» Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу; Негізгі қимылдар: 1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру; 2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен) көтеруге баулу. Дербес қимыл белсенділігі. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге үйрету.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 27 сәуір – 01 мамыр 2026 жыл

Дүйсенбі 27.04.	Сейсенбі 28.04.	Сәрсенбі 29.04.	Бейсенбі 30.04.	Жұма 01.05
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Әртүрлі бағытта жүру» Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Негізгі қимылдар: 1. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бірбірден, екеуден (жүппен) жүру; әртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүруге үйрету. 2. еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналып жүруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>	<p>Тақырыбы: «Екі аяқпен сызықтан секіру» Міндеттері: Балалардың дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту Негізгі қимылдар: 1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету. 2. 15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен) Дербес қимыл белсенділігі. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>			

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы мамыр айы, 2026 жыл

Білім беру ұйымы: МКҚК №8 «Күншуақ» бөбекжай-балабақшасы

Топ: кіші «Балапан» тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 04 мамыр – 08 мамыр 2026 жыл

Дүйсенбі 04.05.	Сейсенбі 05.05.	Сәрсенбі 06.05.	Бейсенбі 07.05	Жұма 08.05
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Тақтайша үстімен жүру» Міндеттері: Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу. Негізгі қимылдар: 1. Қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүруге үйрету. 2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру</p>	<p>Тақырыбы: «Спорттық элементтері бар ойындар» Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Негізгі қимылдар: 1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету. 2. 15-20 сантиметр биіктен секіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарту, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету.</p>			<p>Тақырыбы: «Таза ауадағы қимыл - қозғалыс» Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу; Негізгі қимылдар: 1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру; 2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру Дербес қимыл белсенділігі. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру. Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 11 мамыр – 15 мамыр 2026 жыл

Дүйсенбі 11.05.	Сейсенбі 12.05.	Сәрсенбі 13.05.	Бейсенбі 14.05	Жұма 15.05
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
	<p>Тақырыбы: «Әдемі сап түзейміз!» Міндеттері: Балалардың негізгі қимыл түрлері: жүру, жүгіру, секіру, лақтыру мен қағып алу, еңбектеу мен өрмелеуді орындаудың қарапайым дағдыларын жетілдіру. Негізгі қимылдар: 1. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бірбірден, екеуден (жүппен) жүруге үйрету. 2. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан, екінші жағына жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру Дербес қимыл белсенділігі. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>			<p>Тақырыбы: «Қуыршақ Дана сапта тұр» Міндеттері: Балалардың дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту; Негізгі қимылдар: 1. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай бойымен жүруге үйрету. 2. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожаметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 18 мамыр – 22 мамыр 2026 жыл

Дүйсенбі 18.05.	Сейсенбі 19.05.	Сәрсенбі 20.05.	Бейсенбі 21.05	Жұма 22.05
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Әр түрлі бағытта жүру» Міндеттері: Қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу. Негізгі қимылдар: 1. Қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүруге үйрету. 2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.</p>	<p>Тақырыбы: «Екі аяқпен секіріп үйренейік» Міндеттері: Балалардың денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Негізгі қимылдар: 1. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіруге үйрету. 2. 1,5-2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу.</p>			<p>Тақырыбы: «Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу» Міндеттері: Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу; Негізгі қимылдар: 1. Көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы еңбектеуге үйрету. 2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру Дербес қимыл белсенділігі. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау..</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

Жоспардың құрылу кезеңі 25 мамыр – 29 мамыр 2026 жыл

Дүйсенбі 25.05.	Сейсенбі 26.05.	Сәрсенбі 27.05.	Бейсенбі 28.05	Жұма 29.05
09.00 – 09.15	09.50 – 10.05			09.50 – 10.05
<p>Тақырыбы: «Тақтайша үстімен жүру» Міндеттері: Балалардың негізгі қимыл түрлері: жүру, жүгіру, секіру, лақтыру мен қағып алу, еңбектеу мен өрмелеуді орындаудың қарапайым дағдыларын жетілдіру. Негізгі қимылдар: 1. Қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүруге үйрету. 2. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіруге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p>	<p>Тақырыбы: «Доға астынан еңбектеу» Міндеттері: Балалардың мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру Негізгі қимылдар: 1. 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеуге үйрету. 2. Еденге қойылған тақтай бойымен өрмелеуге үйрету. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу</p>			<p>Тақырыбы: «Торғайлар мен мысықтар» Міндеттері: Балалардың шынықтыру шараларын жүргізуде балалардың денсаулық жағдайын ескере отырып, жеке тәсілді жүзеге асыру Негізгі қимылдар: 1. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру дағдысын қалыптастыру; 2. Допты кеуде тұсынан лақтыру дағдысын қалыптастыру. Жалпы дамытушы жаттығулар: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: - заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру. Сезім мүшелерін ажыратуға және атауға (көз, құлақ, мұрын, ауыз) үйрету Дербес қимыл белсенділігі. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу.</p>

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Кожухметов А.С

Әдіскер

Г.Мамырова

