

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Астана бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 01-04 қыркүйек 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Жүгіру. Мақсаты: Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап, бірінің соңынан бірі (20м дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіру; бағытты өзгертіп, шашырап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру. ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айкастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту. Ойын: «Футбол» ойынын ойнау. Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау. Картотект 3 Күтілетін нәтижелер: Бірқалыпты,</p>	<p>Шашырап жүгіруге жаттықтыру. Мақсаты: Жаттығуларды орындау барысында бір-бірден тізбекпен және жан-жаққа шашырап жүгіруге жаттықтыру. Шыдамдылыққа, ептілікке баулу. Балаларға көшеде ойнауға болатын қимыл-қозғалыс ойындарын ойнату. (Велесипед, самакат тебу. Үш дөңгелекті және екі дөңгелекті велосипед тебу). ЖДЖ: Екі қолды белге қойып екі жаққа иілу. Отырған және тізерлеп тұрған күйі доп ы өз айналасында домалату. Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкшемен содан кейін ұшымен қою, топылдату. Қатарынан 4-5 рет жүрелеп, екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақпен екі тұсқа көтеріп, отыру. Аяқтың ұшын созу, табанды бұғу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Велесипед, самакат тебу. Үш дөңгелекті және екі дөңгелекті велосипед тебу. (далада) Ойын: «Үлкен кіші дөңгелек жасау» ойынын ойнау.</p>	<p>Жүгіру. Мақсаты: Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру, сапта бір-бірден, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру. Түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіру, 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру; орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру; ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Ойын: «Кім жылдам?» эстафеталық ойыны. Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. Картотект 5 Күтілетін нәтижелер: Аяқтың ұшымен, тізені</p>

<p>шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап,тоқтамай жүгіре алды.</p>	<p>Қорытынды: «Ағаш жару» тыныс алу жаттығуын жасау. Картотект 7 Күтілетін нәтижелер: Жаттығуларды орындау барысында бір-бірден тізбекпен және жан-жаққа шашырап жүгіруді үйренді. Үш дөңгелекті велосипед тебе алды.</p>	<p>жоғары көтеріп,адымдап жүгіре алды.Түрлі тапсырмаларды орындай отырып, шапшаң және баяу қарқынмен жүгіруді жасай алды.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: Аяқтың ұшымен жүгіруді үйрету, тізені жоғары көтеріп жүруді қайталау. Асқар Хадиша</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Аяқтың ұшымен жүгіруді үйрету, тізені жоғары көтеріп жүруді қайталау. Орынбасар Аянат</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Аяқтың ұшымен жүгіруді үйрету, тізені жоғары көтеріп жүруді қайталау. Ермеков Гордей</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Астана бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 07-11 қыркүйек 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Құстаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Жүгіру. Мақсаты: Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап, бірінің соңынан бірі (20м дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіру; бағытты өзгертіп, шашырап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру. ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айкастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту. Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау. Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 4 Күтілетін нәтижелер: Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі</p>	<p>Жүгіру. Мақсаты: Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап, бірінің соңынан бірі (20м дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіру; бағытты өзгертіп, шашырап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру, жүруден жүгіруге және керісінше ауысу. ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айкастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру. Ойын: «Маған қарай еңбекте» ойынын ойнау. Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын</p>	<p>Жүгіру. Мақсаты: Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру, сапта бір-бірден, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру. Түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіру, 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру; орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру; ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Ойын: «Көжектің үйі» ойыны. Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 5 Күтілетін нәтижелер: Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру, сапта</p>

<p>қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап,тоқтамай жүгіре алды.</p>	<p>орындау. Картатект 9 Күтілетін нәтижелер:Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап,тоқтамай жүгіре алды.</p>	<p>бір-бірден, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгірді. Түрлі тапсырмаларды орындай алады.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, тізені жоғары көтеріп жүруді үйрету.</p> <p>Нұрлан Көзайым</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, тізені жоғары көтеріп жүруді үйрету.</p> <p>Серік Айназ</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, тізені жоғары көтеріп жүруді үйрету.</p> <p>Мұхтар Леспек</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Астана бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 14-18 қыркүйек 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Жүгіру. Мақсаты: Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап, бірінің соңынан бірі (20м дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіру; бағытты өзгертіп, шашырап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру. ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту. Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау. Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 12 Күтілетін нәтижелер: Бірқалыпты,</p>	<p>Жүгіру. Мақсаты: Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру, сапта бір-бірден, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру. Түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіру, 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру; орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру; ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Ойын: «Көжектің үйі» ойыны. Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 1 Күтілетін нәтижелер: Аяқтың ұшымен,</p>	<p>Спорттық ойындар. Мақсаты: Балалардың доптармен, құрсаулармен, ойыншықтармен ойындарын жетілдіру, дене шынықтыру құралдарын, спорттық және қимылды ойындар үшін атрибуттарды пайдалануға ынталандыру. Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға ынталандыру. Гимнастикалық орындық үстімен допты жоғары көтеріп тепе-теңдік сақтауға үйрету. Ойындарға және жаттығуларға оң көзқарасты және оларды қажетсіну дағдысын қалыптастыру. Кішкентай допты еденге ұру дағдысын қалыптастыру. ЖДЖ: Екі қолды белге қойып екі жаққа иілу. Отырған және тізерлеп тұрған күйі доп ы өз айналасында домалату. Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкшемен содан кейін ұшымен қою, топылдату. Қатарынан 4-5 рет жүрелеп, екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақпен екі тұсқа көтеріп, отыру. Аяқтың ұшын созу, табанды бұғу.</p>

<p>шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап, бірінің соңынан бірі шағын топқа бөліне отырып тоқтамай жүгіре алды.</p>	<p>тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгірді, сапта бір-бірден, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіруді меңгерді.</p>	<p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Гимнастикалық орындық үстімен допты жоғары көтеріп жүру. 2.Кішкентай допты еденге ұру. Ойын: «Тақия тастамақ» ұлттық ойынын ойнау. Қортынды: Тыныс алу жаттығуларын жасау. Картатект 15 Күтілетін нәтижелер: Дене тәрбиесі құралдарын, спорттық және қимылды ойындар үшін атрибуттарды пайдаланды. Балалар педагогпен бірге жаттығуларды орындады. Қимылды ойындарға қатысуға ынталанды.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, тізені жоғары көтеріп жүруді үйрету. Сағынғали Қайсар</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, тізені жоғары көтеріп жүруді үйрету. Сырым Шахназ</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, тізені жоғары көтеріп жүруді үйрету. Асқар Хадиша</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Астана бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 21-25 қыркүйек 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Шашырап жүгіруге жаттықтыру. Мақсаты: Жаттығуларды орындау барысында бір-бірден тізбекпен және жан-жаққа шашырап жүгіруге жаттықтыру. Шыдамдылыққа, ептілікке баулу. Балаларға көшеде ойнауға болатын қимыл-қозғалыс ойындарын ойнату. (Велесипед, самакат тебу. Үш дөңгелекті және екі дөңгелекті велосипед тебу). ЖДЖ: Екі қолды белге қойып екі жаққа иілу. Отырған және тізерлеп тұрған күйі доп ы өз айналасында домалату. Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкшемен содан кейін ұшымен қою, топылдату. Қатарынан 4-5 рет жүрелеп, екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақпен екі тұсқа көтеріп, отыру. Аяқтың ұшын созу, табанды бүгу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Велесипед, самакат тебу. Үш дөңгелекті және екі дөңгелекті велосипед тебу. (далада) Қорытынды: «Ағаш жару» тыныс алу</p>	<p>Қимылды ойындар. Мақсаты: Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруға үйрету және көзбен мөршерлей білу дағдыларын дамыту. Ұжым болып ойнауға тәрбиелеу. Гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуге жаттықтыру. ЖДЖ: Екі қолды белге қойып екі жаққа иілу. Отырған және тізерлеп тұрған күйі доп ы өз айналасында домалату. Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкшемен содан кейін ұшымен қою, топылдату. Қатарынан 4-5 рет жүрелеп, екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақпен екі тұсқа көтеріп, отыру. Аяқтың ұшын созу, табанды бүгу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыру. 2. Гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеу Ойын: «Арқан тартысу» ойынын ойнау. Қорытынды: Бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру. Картотект 14 Күтілетін нәтижелер: Қапшықты нысанаға</p>	<p>Қимылды ойындар. Мақсаты: Сапқа тұру, сапқа құрылымын өзгертіп қайта тұру. Қатарға бір-бірден сапқа тұру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайта құру, бағдар бойынша түзелу. Сапта бір-бірлеп жүру. Жүруді жүгірумен, секірумен, басқа қимылдармен кезектестіру, қол мен аяқ қимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау. Түрлі тапсырмалармен жүгіру: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекші-мен ауыса отырып жүгіру. Табан мен алақанға сүйеніп төрттаған-дап еңбектеуді үйрету. ЖДЖ: Екі қолды белге қойып екі жаққа иілу. Отырған және тізерлеп тұрған күйі доп ы өз айналасында домалату. Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкшемен содан кейін ұшымен қою, топылдату. Қатарынан 4-5 рет жүрелеп, екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақпен екі тұсқа көтеріп, отыру. Аяқтың ұшын созу, табанды бүгу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p>

<p>жаттығуын жасау.</p> <p>Картотект 6</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Жаттығуларды орындау барысында бір-бірден тізбекпен және жан-жаққа шашырап жүгіре алды. Шыдамдылыққа, ептілікке ынталанды.</p>	<p>дәлдеп лақтыруға үйрену мен қатар көзбен мөршерлей білу дағдыларын дамытты. Ұжым болып ойнауды үйренді. Гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуге жаттықты.</p>	<p>1. Табан мен алақанға сүйеніп төрттағандап еңбектеу.</p> <p>2. Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруды қайталап, бекіту.</p> <p>Ойын:«Үйсіз қоян» ойынын ойнау.</p> <p>Картотект 1</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Сапқа тұруды, қатарға бір-бірден сапқа тұруды меңгере алды.Сапта бір-бірлеп жүру мен жүгіруді, секірумен, басқа қимылдармен кезектестіруді, қол мен аяқ қимылын үйренді.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: Жартылай отырып, айнала шеңбер мен жүруді үйрету.</p> <p>Мұхтар Мейірбек</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жартылай отырып, айнала шеңбер мен жүруді үйрету.</p> <p>Құрманғали Абдуллах</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жартылай отырып, айнала шеңбер мен жүруді үйрету.</p> <p>Амангелді Абдурахман</p>