

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 01-05 қыркүйек 2025 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).</p> <p>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.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Велесипед, самакат тебу. Үш дөңгелекті</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).</p> <p>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.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: Велесипед, самакат тебу. Үш дөңгелекті және екі дөңгелекті велосипед тебу. (далада)</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;</p> <p>ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту.</p> <p>Ойын: «Көжектің үйі» ойынын ойнау.</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіре алды. Түрлі</p>

<p>және екі дөңгелекті велосипед тебу. (далада)</p> <p>Ойын: «Қаппен жүгіру» ойынын ойнау.</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Жаттығуларды орындау барысында бір-бірден тізбекпен және жан-жаққа шашырап жүгіруді үйренді. Үш дөңгелекті велосипед тебе алды.</p> <p>Қорытынды: «Ағаш жару» тыныс алу жаттығуын жасау.</p> <p>Картатект 4</p>	<p>Ойын: «Қаппен жүгіру» ойынын ойнау.</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Жаттығуларды орындау барысында бір-бірден тізбекпен және жан-жаққа шашырап жүгіруді үйренді. Үш дөңгелекті велосипед тебе алды.</p> <p>Қорытынды: «Ағаш жару» тыныс алу жаттығуын жасау.</p> <p>Картатект 8</p>	<p>тапсырмаларды орындай отырып, шапшаң және баяу қарқынмен жүгіруді жасай алды.</p> <p>Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p> <p>Картатект 5</p>
<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>аяқтың ұшымен жүгіруді үйрету, тізені жоғары көтеріп жүруді қайталау.</p> <p>Айтқабыл Асылым</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>аяқтың ұшымен жүгіруді үйрету, тізені жоғары көтеріп жүруді қайталау.</p> <p>Артурұлы Әмир</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>аяқтың ұшымен жүгіруді үйрету, тізені жоғары көтеріп жүруді қайталау.</p> <p>Алибекова Айлин</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 08-12 қыркүйек 2025 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: «Тордан допты өткізу» ойынын ойнау. Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 3 Күтілетін нәтижелер: Бірқалыпты,</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 айқастыру 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: «Үлкен және кіші дөңгелек» 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 кадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Ойын: «Қаппен жүгіру» ойыны. Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 5 Күтілетін нәтижелер: Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру, сапта</p>

шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап,тоқтамай жүгіре алды.	орындау. Картатект 4 Күтілетін нәтижелер: Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап,тоқтамай жүгіре алды.	бір-бірден, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгірді. Түрлі тапсырмаларды орындай алады.
Баламен жеке жұмыс: аяқтың ұшымен жүгіруді үйрету, тізені жоғары көтеріп жүруді қайталау. Айсахат Алдияр	Баламен жеке жұмыс: аяқтың ұшымен жүгіруді үйрету, тізені жоғары көтеріп жүруді қайталау. Бекказиева Аяулым	Баламен жеке жұмыс: тізені жоғары көтеріп жүруді үйрету. Бақытжан Тұрсынбек

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 15-19 қыркүйек 2025 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 аяқтастыру 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: «Арқан тартысу» 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 9 Күтілетін нәтижелер: Аяқтың ұшымен,</p>	<p>Спорттық ойындар. Мақсаты: Балалардың доптармен, құрсаулармен, ойыншықтармен ойындарын жетілдіру, дене тәрбиесі 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: аяқтың ұшымен жүгіруді үйрету, тізені жоғары көтеріп жүруді қайталау. Бекболатқызы Айсүйген</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: аяқтың ұшымен жүгіруді үйрету, тізені жоғары көтеріп жүруді қайталау. Бектеміс Арсен</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: тізені жоғары көтеріп жүруді үйрету. Джантурина Фатима</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 22-26 қыркүйек 2025 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) Ойын: «Кім жылдам?» ойынын ойнау. Қорытынды: «Ағаш жару» тыныс алу жаттығуын жасау.</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» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: Бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру. Картатект 14 Күтілетін нәтижелер: Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруға үйрену мен қатар көзбен</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: 1. Табан мен алақанға сүйеніп төрттағандап еңбектеу.</p>

<p>Картатект 6 Күтілетін нәтижелер: Жаттығуларды орындау барысында бір-бірден тізбекпен және жан-жаққа шашырап жүгіре алды. Шыдамдылыққа, ептілікке ынталанды.</p>	<p>мөршерлей білу дағдыларын дамытты. Ұжым болып ойнауды үйренді. Гимнастикалық кабырға арқылы өрмелеуге жаттықты.</p>	<p>2. Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруды қайталап, бекіту. Ойын:«Үйсіз қоян» ойынын ойнау. Картатект 1 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: тізені жоғары көтеріп жүруді үйрету. Ержан Ермұрат</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: аяқтың ұшымен жүгіруді үйрету, тізені жоғары көтеріп жүруді қайталау. Есенов Амир</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: аяқтың ұшымен жүгіруді үйрету, тізені жоғары көтеріп жүруді қайталау. Жасқайрат Медина</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 29-қыркүйек -03 қазан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Мақсаты: Қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұғу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен қарату, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, отырып және тұрып оңға, солға бұрылу, заттарды бір-біріне беру, алға еңкею және түзу тұру, таяныштан ұстап, жүрелеп отыру, секіру. 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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Құстар мен жаңбыр» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен</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: «Бестемше» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 11 Күтілетін нәтижелер: Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру, сапта</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. 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: «Ханталапай» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 4 Күтілетін нәтижелер: Бірқалыпты,</p>

<p>ырғағымен демалу.</p> <p>Картатект 8</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бүгу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен қарату, саусақтарды жұмып, ашу жаттығуларын үйренді.</p>	<p>бір-бірден, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру жаттығуларын меңгерді.</p>	<p>шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен өте отырып, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап қызығушылық танытып,үйренді.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>тізені жоғары көтеріп жүруді үйрету.</p> <p>Қанатқали Елдос</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>тізені жоғары көтеріп жүруді үйрету.</p> <p>Кошкиенко Диана</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>жартылай отырып, айнала шеңбер мен жүруді үйрету.</p> <p>Қайыржан Ерасыл</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 06-10 қазан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Мақсаты: Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту.</p> <p>ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.</p> <p>Ойын: «Қос аяқпен секіру» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p> <p>Картатект 9</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Өз бетінше киіну мен шешінуді біледі. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғатуды үйренді. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді</p>	<p>Сапқа тұру. 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.</p> <p>Бірқалыпты, аяқтың ұшымен тізені жоғары көтеріп жүгіру, кіші және үлкен қадаммен жүгіру, сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүгіру. Арқан арқылы секіруге, басқа қап қойып, заттарды аттап өтуге үйрету.</p> <p>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.</p> <p>Қатарынан 4-5 рет жүрелеп, екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақпен екі тұсқа көтеріп, отыру. Аяқтың ұшын созу, табанды бұту.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p>	<p>Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Мақсаты: Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту.</p> <p>ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.</p> <p>Ойын: «Құстар мен жаңбыр» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p> <p>Картатект 11</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Өз бетінше киіну мен шешінуді біледі. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғатуды үйренді. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүртуді үйренді.</p>

сұртуді үйренді.	<p>1. Басқа қап қойып, заттарды аттап өту, бұрылу.</p> <p>2. Арқан арқылы секіру.</p> <p>Ойын: «Ханталапай» ұлттық ойынын ойнау</p> <p>Қорытынды: Бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру.</p> <p>Картатект 17</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Сапқа тұру, сапқа құрылымын өзгертіп қайта тұруды білді. Қатарға бір-бірден сапқа тұруды үйрене алды.</p>	
<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>тізені жоғары көтеріп жүруді үйрету.</p> <p>Қуанышқали Айым</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>тізені жоғары көтеріп жүруді үйрету.</p> <p>Қанатқызы Әдемі</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>тізені жоғары көтеріп жүруді үйрету.</p> <p>Мусағалиева Ясмина</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 13-17 қазан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Саппен жүру. Мақсаты: Сапқа тұру, аяқтың ұшы, өкшемен жүру, баяу қарқынмен жүгірді жүгірумен алмастыру; Балалардың доптармен ойындарын одан әрі жетілдіру. Жан-жаққа шашырап жүру және жүгіру түрлерін жетілдіру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Допты бір-біріне домалату дағдыларын бекітіп, 2-3 метрлік қашықтықта алға ұмтыла қос аяқпен секіруді үйрету.</p> <p>ЖДЖ: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру, тұрған қалыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолды айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылу, екі қолды екі жаққа жіберу. Оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею; қолдың ұшын аяқ ұшына жеткізу.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. 2-3 метрлік қашықтықта алға ұмтыла қос аяқпен секіру. 2. Допты бір-біріне домалату.</p>	<p>Сапқа тұру. 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.</p> <p>Бірқалыпты, аяқтың ұшымен тізені жоғары көтеріп жүгіру, кіші және үлкен қадаммен жүгіру, сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүгіру. Арқан арқылы секіруге, басқа қап қойып, заттарды аттап өтуге үйрету.</p> <p>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 бұгу.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Басқа қап қойып, заттарды аттап өту,</p>	<p>Саппен жүру. Мақсаты: Сапта бір-бірлеп жүру. Жүруді жүгірумен, секірумен, басқа қимылдармен кезектестіру, қол мен аяқ қимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау.</p> <p>Бірқалыпты, аяқтың ұшымен тізені жоғары көтеріп жүгіру, кіші және үлкен қадаммен жүгіру, сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүгіру. Түрлі тапсырмалармен жүгіру: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіру. Жаттығуларды орындау барысында бір-бірден тізбекпен және жан-жаққа шашырап жүгіруге жаттықтыру. Шыдамдылыққа, ептілікке баулу. Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алуға және тақтай бойымен жүру барысында тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету.</p> <p>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</p>

<p>Ойын: «Торғайлар мен мысық» ойынын ойнату.</p> <p>Қорытынды: «Фигура жаса да қатып қал» ойыны.</p> <p>Картатект 4</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Сапқа тұруды аяқтың ұшымен, өкшемен жүруді, баяу қарқынмен жүгірді жүгірумен алмастыра алды. Балалардың доптармен ойындарын одан әрі жетіле алды.</p>	<p>бұрылу.</p> <p>2.Арқан арқылы секіру.</p> <p>Ойын: «Асық жинау» ұлттық ойынын ойнау</p> <p>Қорытынды: Бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру.</p> <p>Картатект 10</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Сапқа тұруды, сапқа құрылымын өзгертіп қайта тұра алды. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайта құруды және бағдар бойынша түзеліп тұра алды.</p>	<p>қолды алдыңғы жақпен екі тұсқа көтеріп, отыру. Аяқтың ұшын созу, табанды бүгу.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <p>1. Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу. (1.5 м қашықтықта).</p> <p>2. Тақтай бойымен жүру.</p> <p>Ойын: «Үлкен және кіші дөңгелек» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: Бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру. Жалпы балаларды мадақтау.</p> <p>Картатект 16</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Сапта бір-бірлеп жүруді жүруді секірумен, қимылдарды кезектестіруді, қол мен аяқ қимылын үйлестірді, бой түзулігін дұрыс сақтай алды.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: жартылай отырып, айнала шеңбер мен жүруді үйрету. Жасқайрат Медина</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: жартылай отырып, айнала шеңбер мен жүруді үйрету. Орынбасар Каусар</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: жартылай отырып, айнала шеңбер мен жүруді үйрету. Рахман Айбек</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 20-24 қазан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Мақсаты: Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту. Құлап қалған кезде өзіне қарапайым көмек көрсетуге, науқастанған кезде ересектерге жүгінуге баулу. 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 7 Күтілетін нәтижелер: Дене белсенділігі таңертеңгі жаттығу мен шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар мен</p>	<p>Сапқа тұру. 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. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен тізені жоғары көтеріп жүгіру, кіші және үлкен қадаммен жүгіру, сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүгіру. Арқан арқылы секіруге, басқа қап қойып, заттарды аттап өтуге 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 бұгу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p>	<p>Қимылды ойындар. Мақсаты: Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен және т.б. ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. 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.Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 18 Күтілетін нәтижелер: Қимылды ойындарға қызығушылық танытып, қимылды ойындарда жетекші рөлді орындап, ойын ережелерін саналы түрде сақтай отырып ойнай алды.</p>

<p>ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейтуде балалар қызығушылық танытып түсіне алды.</p>	<p>1. Басқа қап қойып, заттарды аттап өту, бұрылу. 2. Арқан арқылы секіру. Ойын: «Қапшықпен секіру» ойынын ойнау Қорытынды: Бір-бірінен бір сапқа тізіліп жүру. Картатект 12 Күтілетін нәтижелер: Сапқа тұру мен саптық құрылымы өзгертіп қайта тұруды балалар жақсы меңгере алды. Қатарға бір-бірінен сапқа тұра алды.</p>	
<p>Баламен жеке жұмыс: жартылай отырып, айнала шеңбер мен жүруді үйрету. Сейхуат Жаухар</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: жартылай отырып, айнала шеңбер мен жүруді үйрету. Тлекбай Ибрахим</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: жартылай отырып, айнала шеңбер мен жүруді үйрету. Тоқсейт Муса</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 27-31 қазан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Саппен жүру. Мақсаты: Сапта бір-бірлеп жүру. Жүруді жүгірумен, секірумен, басқа қимылдармен кезектестіру, қол мен аяқ қимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен тізені жоғары көтеріп жүгіру, кіші және үлкен қадаммен жүгіру, сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүгіру. Түрлі тапсырмалармен жүгіру: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіру. Жаттығуларды орындау барысында бір-бірден тізбекпен және жан-жаққа шашырап жүгіруге жаттықтыру. Шыдамдылыққа, ептілікке баулу. Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алуға және тақтай бойымен жүру барысында тепе-теңдікті сақтап жүруге 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,</p>	<p>Салауатты өмір салтын қалыптастыру . Мақсаты: Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Тамақтану тәртібін сақтаудың және көгөністер мен жемістердің, дәрумендердің адам ағзасына пайдасы туралы түсінік беру. 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. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру. Ойын: «Маған қарай еңбекте» ойынын ойнау. Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау. Картатект 8</p>	<p>Саппен жүру. Мақсаты: Сапқа тұру, аяқтың ұшы, өкшемен жүру, баяу қарқынмен жүгірді жүгірумен алмастыру; Балалардың доптармен ойындарын одан әрі жетілдіру. Жан-жаққа шашырап жүру және жүгіру түрлерін жетілдіру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Допты бір-біріне домалату дағдыларын бекітіп, 2-3 метрлік қашықтықта алға ұмтыла қос аяқпен секіруді үйрету. ЖДЖ: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру, тұрған қалыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолды айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылу, екі қолды екі жаққа жіберу. Оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею; қолдың ұшын аяқ ұшына жеткізу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. 2-3 метрлік қашықтықта алға ұмтыла қос аяқпен секіру. 2. Допты бір-біріне домалату.</p>

<p>топылдату. Қатарынан 4-5 рет жүрелеп, екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақпен екі тұсқа көтеріп, отыру. Аяқтың ұшын созу, табанды бұғу.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу. (1.5 м қашықтықта). 2. Тақтай бойымен жүру. <p>Ойын: «Үлкен және кіші дөңгелек» ойыны.</p> <p>Қорытынды: Бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру. Жалпы балаларды мадақтау.</p> <p>Картатект 2</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Сапта бір-бірлеп жүруді, жүгіру мен секіруді, басқа қимылдарды кезектестіріп үйренді.</p>	<p>Күтілетін нәтижелер: Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға және қалай күтуге болатыны туралы түсіне отырып, тамақтану тәртібін де түсінді.</p>	<p>Ойын: «Торғайлар мен мысық» ойынын ойнату.</p> <p>Қорытынды: «Фигура жаса да қатып қал» ойыны.</p> <p>Картатект 17</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Сапқа тұру, аяқтың ұшы, өкшемен жүруді, баяу қарқынмен жүгірді жүгірумен алмастыруды үйрене алды. Балалардың доптармен ойындарын одан әрі жетіліп үйреніп келеді.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: сапта бір-бірлеп жүруді және де шеңбер бойымен жүруді үйрету. Бектеміс Арсен</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: сапта бір-бірлеп жүруді және де шеңбер бойымен жүруді үйрету. Қайыржан Ерасыл</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: сапта бір-бірлеп жүруді және де шеңбер бойымен жүруді үйрету. Алибекова Айлин</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 03 -07 қараша 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Қолдарын жоғары көтеру, түсу; заттардан (биіктігі 10-15см): құрсаудан құрсауға аттап өту; тақтайдың үстімен 20 см арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергілерден (ленталардан, текшелерден және тағы басқа) аттап жүру, орнында баяу айналу. ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында аяқастыру 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: «Кім жылдам?» ойынын ойнау. Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 9 Күтілетін нәтижелер: Қолдарын жоғары</p>	<p>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. Қимылды ойындар. Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру. 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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Бестемше» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 5 Күтілетін нәтижелер: Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі</p>	<p>Қимылды ойындар. Мақсаты: Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен және т.б. ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. 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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Арқан тартыс» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 13 Күтілетін нәтижелер: Қимылды ойындарға қызығушылықты таныта отырып, қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауды</p>

көтере отырып, заттардың арасымен құрсаудан құрсауға аттап өтті және де аттап жүруді де орындады.	бойынша тоқтай алды. Иректелген лентаның бойымен де жүре алды.	үйренді. Ойын ережелерін саналы түрде сақтай отырып ойнай алды.
Баламен жеке жұмыс: сапта бір-бірлеп жүруді және де шеңбер бойымен жүруді үйрету. Айсахат Алдияр	Баламен жеке жұмыс: сапта бір-бірлеп жүруді және де шеңбер бойымен жүруді үйрету. Айтқабыл Асылым	Баламен жеке жұмыс: сапта бір-бірлеп жүруді және де шеңбер бойымен жүруді үйрету. Артурұлы Әмир

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 10-14 қараша 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. Қимылды ойындар. Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру. 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. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ойын: «Бес асық» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы. Картатект 8 Күтілетін нәтижелер: Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып,</p>	<p>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Қолдарын жоғары көтеру, түсу; заттардан (биіктігі 10-15см): құрсаудан құрсауға аттап өту; тақтайдың үстімен 20 см арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергілерден (ленталардан, текшелерден және тағы басқа) аттап жүру, орнында баяу айналу. 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: «Қапшықпен секіру» ойынын ойнау. Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 19 Күтілетін нәтижелер: Қолдарын жоғары көтеру арқылы түзу заттардан, құрсаудан</p>	<p>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. Қимылды ойындар. Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру. 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.Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Асық жинау» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 14 Күтілетін нәтижелер: Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның</p>

<p>белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүре алды.Қимылды ойындарға балалар қызығушылық таныта отырып, дамуларына ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды орындады.</p>	<p>кұрсауға аттап өтті. Тақтайдың үстімен 20 см арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергілерден аттап жүре алды.</p>	<p>бойымен жүре алды.Қимылды ойындарға балалар қызығушылық таныта отырып, дамуларына ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды орындады.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: сапта бір-бірлеп жүруді және де шеңбер бойымен жүруді үйрету. Бекболатқызы Айсүйген</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: сапта бір-бірлеп жүруді және де шеңбер бойымен жүруді үйрету. Бекказиева Аяулым</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: сапта бір-бірлеп жүруді және де шеңбер бойымен жүруді үйрету. Ержан Ермұрат</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 17-21 қараша 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру. Қимылды ойындар. Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру. 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: «Кім бірінші?» ойынын ойнау. Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 6 Күтілетін нәтижелер: Тура жолмен,</p>	<p>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. Қимылды ойындар. Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру. 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. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ойын: «Аю мен қояндар» ойынын ойнау. Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы. Картатект 15 Күтілетін нәтижелер: Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның</p>	<p>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру. Қимылды ойындар. Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру. 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. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ойын: «Тышқан мен Мысық» ойынын ойнау. Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы. Картатект 22 Күтілетін нәтижелер: Тура жолмен,</p>

<p>сызықтармен шектелген жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүруді үйрене алды.</p> <p>Қимылды ойындарға балалар қызығушылық таныта отырып, ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталанды.</p>	<p>бойымен жүре алды.Қимылды ойындарға балалар қызығушылық таныта отырып, дамуларына ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды орындады.</p>	<p>сызықтармен шектелген жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүруді үйрене алды.</p> <p>Қимылды ойындарға балалар қызығушылық таныта отырып, ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталанды.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: жартылай отырып жүруді қайталау. Қайыржан Ерасыл</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: жартылай отырып жүруді қайталау. Жасқайрат Медина</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: жартылай отырып жүруді қайталау. Кошкиенко Диана</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 24-28 қараша 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Құстаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру. Қимылды ойындар. Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру. ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында аяқастыру 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: «Қаппен секіру» ойынын ойнау. Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. Қимылды ойындар. Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру. 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. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ойын: «Бес асық» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы. Картатект 4 Күтілетін нәтижелер: Шағын топпен және</p>	<p>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру. Қимылды ойындар. Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру. 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. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ойын: «Аю мен қояндар» ойынын ойнау. Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы. Картатект 16</p>

<p>Картатект 3 Күтілетін нәтижелер: Тура жолмен, сызықтармен шектелген жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүруді үйрене алды. Қимылды ойындарға балалар қызығушылық таныта отырып, ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталанды.</p>	<p>бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүре алды.Қимылды ойындарға балалар қызығушылық таныта отырып, дамуларына ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды орындады.</p>	<p>Күтілетін нәтижелер: Тура жолмен, сызықтармен шектелген жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүруді үйрене алды. Қимылды ойындарға балалар қызығушылық таныта отырып, ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталанды.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: жартылай отырып жүруді қайталау. Қанатқызы Әдемі</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: жартылай отырып жүруді қайталау. Қанатқали Елдос</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: жартылай отырып жүруді қайталау. Орынбасар Каусар</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 01-05 желтоқсан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. Қимылды ойындар. Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру. 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. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ойын: «Арқан тартыс» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы. Картатект 7</p>	<p>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. Қимылды ойындар. Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру. 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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Қапшықпен секіру» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 19 Күтілетін нәтижелер: Шағын топпен және</p>	<p>Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру, заттарға шығу (гимнастикалық скамейкаға, жұмсақ модульге және т. б.): тұру. Қимылды ойындар. Қимылдарды үйлесімді орындауға, кейбір кейіпкерлердің қарапайым әрекеттерін жеткізе білуге үйрету. 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. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру. Ойын: «Кім келеді бірінші?» ойынын ойнау. Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын</p>

<p>Күтілетін нәтижелер: Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүре алды.Қимылды ойындарға балалар қызығушылық таныта отырып, дамуларына ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды орындады.</p>	<p>бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүре алды.Қимылды ойындарға балалар қызығушылық таныта отырып, дамуларына ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды орындады.</p>	<p>орындау. Картатект 13 Күтілетін нәтижелер: Тура жолмен, сызықтармен шектелген жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүруді үйрене алды. Қимылды ойындарға балалар қызығушылық таныта отырып, ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталанды.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: жартылай отырып жүруді қайталау. Сейхуат Жаухар</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: жартылай отырып жүруді қайталау. Токсейт Муса</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Әртүрлі бағытта, түрлі тапсырмаларды орындай отырып, бағытты үйрету. Халел Нурислам</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 08-12 желтоқсан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Спорттық жаттығулар. Мақсаты: Шанамен сырғанау. Төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу, мұзды жолдармен өзбетінше сырғанау. 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 16 Күтілетін нәтижелер: Шанамен төбешіктен сырғанады. Бір-бірін сырғанатуды және де шанамен төбешікке көтерілуді, төбешіктен түскенде тежеуді үйрене алды. Мұзды</p>	<p>Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Мақсаты: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту. 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. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру. Ойын: «Кім жылдам?» ойынын ойнау. Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау. Картатект 20 Күтілетін нәтижелер: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіне отырып, өзінің</p>	<p>Еңбектеу, өрмелеу. Мақсаты: Бөренеден (диаметрі 15-20 см) аттап өту, 35-40 см жоғары қойылған арқанның астынан еңбектеу, құрсаудан еңбектеп өту (диаметрі 45 см). 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: «Түрлі түстер» ойыны. Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 12 Күтілетін нәтижелер: Бөренеден жоғары қойылған арқанның астынан еңбектеуді үйренді. Құрсаудан еңбектеп өту де үйрене алды.</p>

жолдармен өзбетінше сырғанай алды.	жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіне алды. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды ұғына алды.	
Баламен жеке жұмыс: Өртүрлі бағытта, түрлі тапсырмаларды орындай отырып, бағытты үйрету. Шамел Көркем	Баламен жеке жұмыс: Өртүрлі бағытта, түрлі тапсырмаларды орындай отырып, бағытты үйрету. Джантурина Фатима	Баламен жеке жұмыс: Өртүрлі бағытта, түрлі тапсырмаларды орындай отырып, бағытты үйрету. Қуанышқали Айым

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 15-19 желтоқсан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Мақсаты: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту.</p> <p>ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. <p>Ойын: «Атпен шабу» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>Картатект 11</p> <p>Күтілетін нәтижелер: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіне отырып, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің</p>	<p>Спорттық жаттығулар. Мақсаты: Шанамен сырғанау. Төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу, мұзды жолдармен өзбетінше сырғанау.</p> <p>ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2. 3-4 таяқшалардан аттап өту. <p>Ойын: «Аю мен қояндар» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы.</p> <p>Картатект 8</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Шанамен төбешіктен сырғанады. Бір-бірін сырғанатуды және де шанамен төбешікке көтерілуді, төбешіктен түскенде тежеуді үйрене алды. Мұзды жолдармен өзбетінше сырғанап алды.</p>	<p>Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Мақсаты: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту.</p> <p>ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. <p>Ойын: «Атпен шабу» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>Картатект 11</p> <p>Күтілетін нәтижелер: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіне отырып, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіне алды. Салауатты</p>

алдын-алуға болатынын түсіне алды. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды ұғына алды		өмір салты туралы ұғымдарды ұғына алды
Баламен жеке жұмыс: Әртүрлі бағытта, түрлі тапсырмаларды орындай отырып, бағытты үйрету. Жасқайрат Медина	Баламен жеке жұмыс: Әртүрлі бағытта, түрлі тапсырмаларды орындай отырып, бағытты үйрету. Кошкиенко Диана	Баламен жеке жұмыс: Әртүрлі бағытта, түрлі тапсырмаларды орындай отырып, бағытты үйрету. Қайыржан Ерасыл

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 22-26 желтоқсан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Еңбектеу, өрмелеу. Мақсаты: Бөренеден (диаметрі 15-20 см) аттап өту, 35-40 см жоғары қойылған арқанның астынан еңбектеу, құрсаудан еңбектеп өту (диаметрі 45 см). 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: «Ханталапай» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 6 Күтілетін нәтижелер: Бөренеден жоғары қойылған арқанның астынан еңбектеуді үйренді. Құрсаудан еңбектеп өту де үйрене алды.</p>	<p>Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Мақсаты: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту. 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: «Қапшықпен секіру» ойыны. Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 17 Күтілетін нәтижелер: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіне отырып, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіне алды. Салауатты</p>	<p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Мақсаты: Киініп-шешіну кезінде: киімдерін белгілі тәртіппен шешу және кию, оларды дұрыс бүктеу. Түбекке сұрану, өз түбегінің орнын білу, тек өз түбегіне отыру. 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. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру. Ойын: «Бес асық» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау. Картатект 15 Күтілетін нәтижелер: Киініп-шешіну</p>

	өмір салты туралы ұғымдарды ұғына алды.	кезінде киімдерін белгілі тәртіппен шешуді және киюді, оларды дұрыс бүктеуді үйрене алды. Түбекке сұрануды да, өз түбегінің орнын біле алды және де тек өз түбегіне отыруды білді.
Баламен жеке жұмыс: Әртүрлі бағытта, түрлі тапсырмаларды орындай отырып, бағытты үйрету. Қуанышқали Айым	Баламен жеке жұмыс: шапшаң және баяу қарқынмен жүгіруді үйрету. Мусағалиева Ясмина	Баламен жеке жұмыс: шапшаң және баяу қарқынмен жүгіруді үйрету. Орынбасар Каусар

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 29 желтоқсан – 02 қаңтар 2025-2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Еңбектеу, өрмелеу. Мақсаты: 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу. Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу, 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу. Құрсаудан еңбектеп өту. Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу, бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өту; 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: «Кім жүйрік?» ойынын ойнау.</p>	<p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Мақсаты: Жуыну кезінде қолдарын (алақандарын бір-біріне үйкелеу) және бетін алақанымен жуу, ересектердің көмегімен беті-қолдарын сүрту. Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу. 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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Кім жылдам?» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 18 Күтілетін нәтижелер: Жуыну кезінде қолдарын, алақандарын және бетін алақанымен жууды, ересектердің көмегімен беті-қолдарын сүрту дағдыларын үйрене алды. Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеуде</p>	<p>Еңбектеу, өрмелеу. Мақсаты: 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу. Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу, 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу. Құрсаудан еңбектеп өту. Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу, бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өту; 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: «Асау мәстек» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p>

<p>Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау</p> <p>Картатект 7</p> <p>Күтілетін нәтижелер: 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша және де көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеуді білді. Етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартыла алға қарай еңбектеуді үйренді.</p>	<p>жақсы қарқын көрсете білді.</p>	<p>Картатект 9</p> <p>Күтілетін нәтижелер: 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша және де көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеуді білді. Етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартыла, алға қарай еңбектеуді үйренді.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: шапшаң және баяу қарқынмен жүгіруді үйрету. Ержан Ермұрат</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: шапшаң және баяу қарқынмен жүгіруді үйрету. Рахман Айбек</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: шапшаң және баяу қарқынмен жүгіруді үйрету. Сейхуат Жаухар</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 05-09 қаңтар 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Спорттық жаттығулар. Мақсаты: Шанамен сырғанау. Төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу, мұзды жолдармен өзбетінше сырғанау. 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. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ойын: «Ханталапай» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы. Картатект 14 Күтілетін нәтижелер: Шанамен төбешіктен сырғанады. Бір-бірін сырғанатуды және де шанамен төбешікке көтерілуді, төбешіктен түскенде тежеуді үйрене алды. Мұзды жолдармен өзбетінше сырғанап алды.</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 айқастыру 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: «Үлкен дөңгелек жасау» ойынын ойнау. Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау.</p>	<p>Спорттық жаттығулар. Мақсаты: Шанамен сырғанау. Төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу, мұзды жолдармен өзбетінше сырғанау. 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. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ойын: «Асау мәстек» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы. Картатект 14 Күтілетін нәтижелер: Шанамен төбешіктен сырғанады. Бір-бірін сырғанатуды және де шанамен төбешікке көтерілуді, төбешіктен түскенде тежеуді үйрене алды. Мұзды жолдармен өзбетінше сырғанап алды.</p>

	Картатект 10 Күтілетін нәтижелер: Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүре алды. Белгі бойынша тоқтап, бірінің соңынан бірі, шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіре алды.	
Баламен жеке жұмыс: шапшаң және баяу қарқынмен жүгіруді қайталау. Халел Нурислам	Баламен жеке жұмыс: шапшаң және баяу қарқынмен жүгіруді қайталау. Тлекбай Ибрахим	Баламен жеке жұмыс: шапшаң және баяу қарқынмен жүгіруді қайталау. Тоқсейт Муса

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 12-16 қаңтар 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды калыптастыру.</p> <p>Мақсаты: Жуыну кезінде қолдарын (алақандарын бір-біріне үйкелеу) және бетін алақанымен жуу, ересектердің көмегімен беті-қолдарын сүрту.</p> <p>Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.</p> <p>ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. <p>Ойын: «Бес асық» ұлттық ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>Картатект 18</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Жуыну кезінде қолдарын мен бетін алақанымен жууды, ересектердің көмегімен беті-қолдарын</p>	<p>Спорттық жаттығулар.</p> <p>Мақсаты: Шанамен сырғанау. Төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу, мұзды жолдармен өзбетінше сырғанау.</p> <p>ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2. 3-4 таяқшалардан аттап өту. <p>Ойын: «Аязата қайда?» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы.</p> <p>Картатект 20</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Шанамен төбешіктен сырғанады. Бір-бірін сырғанатуды және де шанамен төбешікке көтерілуді, төбешіктен түскенде тежеуді үйрене алды. Мұзды жолдармен өзбетінше сырғанай алды.</p>	<p>Жүгіру.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру. <p>Ойын: «Қаппен жүгіру» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау.</p> <p>Картатект 22</p>

сұртуді үйрене алды. Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеуде жақсы түсінік таныта алды.		Күтілетін нәтижелер: Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүре алды. Белгі бойынша тоқтап, бірінің соңынан бірі, шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіре алды.
Баламен жеке жұмыс: шапшаң және баяу қарқынмен жүгіруді қайталау. Қанатқызы Әдемі	Баламен жеке жұмыс: шапшаң және баяу қарқынмен жүгіруді қайталау. Орынбасар Каусар	Баламен жеке жұмыс: шапшаң және баяу қарқынмен жүгіруді қайталау. Бектеміс Арсен

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 19-23 қаңтар 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Спорттық жаттығулар. Мақсаты: Шанамен сырғанау. Төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу, мұзды жолдармен өзбетінше сырғанау. 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. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ойын: «Аяз ата жасаймыз!» ойынын ойнау. Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы. Картатект 12 Күтілетін нәтижелер: Шанамен төбешіктен сырғанады. Бір-бірін сырғанатуды және де шанамен төбешікке көтерілуді, төбешіктен түскенде тежеуді үйрене алды. Мұзды жолдармен өзбетінше сырғанап алды.</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. 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 16 Күтілетін нәтижелер: Бірқалыпты,</p>	<p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Мақсаты: Ескерткен кезде қол орамалды қалтасынан өзі алып мұрнын сүрту және қайта салу. 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. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. Ойын: «Ханталапай» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы Картатект 21 Күтілетін нәтижелер: Ескерткен кезде қол орамалды қалтасынан өзі алып мұрнын сүрту және де қайта салуды балалар тез үйрене алды.</p>

	шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүре алды. Белгі бойынша тоқтап, бірінің соңынан бірі, шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіре алды.	
Баламен жеке жұмыс: шапшаң және баяу қарқынмен жүгіруді қайталау. Жасқайрат Медина	Баламен жеке жұмыс: шапшаң және баяу қарқынмен жүгіруді қайталау. Айсахат Алдияр	Баламен жеке жұмыс: шапшаң және баяу қарқынмен жүгіруді қайталау. Мусағалиева Ясмина

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 26-30 қаңтар 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 аяқастыру 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: «Арқан тартыс» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 4 Күтілетін нәтижелер: Бірқалыпты,</p>	<p>Спорттық жаттығулар. Мақсаты: Шанамен сырғанау. Төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу, мұзды жолдармен өзбетінше сырғанау. 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. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ойын: «Үлкен дөңгелек жасау» ойынын ойнау. Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы. Картатект 9 Күтілетін нәтижелер: Шанамен төбешіктен сырғанады. Бір-бірін сырғанатуды және де шанамен төбешікке көтерілуді, төбешіктен түскенде тежеуді үйрене алды. Мұзды жолдармен өзбетінше сырғанап алды.</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: «Аяз ата жасаймыз!» ойынын ойнау. Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 15 Күтілетін нәтижелер: Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтере, адымдап жүгіруде,</p>

шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүре алды. Белгі бойынша тоқтап, бірінің соңынан бірі (20м дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіре алды.		сапта бір-бірден, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіруде де өте жақсы қарқын көрсете алды.
Баламен жеке жұмыс: тізені жоғары көтеріп, қолды жоғарға созып, адымдап, жүруді қайталау. Бекказиева Аяулым	Баламен жеке жұмыс: тізені жоғары көтеріп, қолды жоғарға созып, адымдап, жүруді қайталау. Айтқабыл Асылым	Баламен жеке жұмыс: тізені жоғары көтеріп, қолды жоғарға созып, адымдап, жүруді қайталау. Артурұлы Әмир

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 02-06 ақпан 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Спорттық жаттығулар.</p> <p>Мақсаты: Шанамен сырғанау: шанаға отырып, төбешіктен сырғанауға, шананы жібінен сүйретуге, ойыншықтарды шанамен сырғанатуға үйрету;.</p> <p>Мұзды жолдармен сырғанау: балаларды қолынан жетелеп сырғанату.</p> <p>ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. <p>Ойын: «Кім бірінші жетеді?» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>Картатект 8</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Шанамен төбешіктен сырғанады. Бір-бірін сырғанатуды және де</p>	<p>Жүгіру.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру. <p>Ойын: «Атпен шабу» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау.</p>	<p>Жүгіру.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту. <p>Ойын: «Ханталапай» ұлттық ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p> <p>Картатект 19</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі</p>

<p>шанамен төбешікке көтерілуді, төбешіктен түскенде тежеуді үйрене алды. Мұзды жолдармен өзбетінше сырғанай алды.</p>	<p>Картатект 14 Күтілетін нәтижелер: Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүре алды. Белгі бойынша тоқтап, бірінің соңынан бірі (20м дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіре алды.</p>	<p>қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүре алды. Белгі бойынша тоқтап, бірінің соңынан бірі (20м дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіре алды.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: тізені жоғары көтеріп, қолды жоғарға созып, адымдап, жүруді қайталау. Алибекова Айлин</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: тізені жоғары көтеріп, қолды жоғарға созып, адымдап, жүруді қайталау. Қайыржан Ерасыл</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: тізені жоғары көтеріп, қолды жоғарға созып, адымдап, жүруді қайталау. Тлекбай Ибрахим</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 09 -13 ақпан 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Секіру. Мақсаты: Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см) секіру, 20–25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 см), қысқа секіргішпен секіру; 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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Кім жүйрік» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 12</p>	<p>Секіру. Мақсаты: Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см) секіру, 20–25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 см), қысқа секіргішпен секіру; 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. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2. 3–4 таяқшалардан аттап өту. Ойын: «Асық жинау» ойынын ойнау. Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы. Картатект 4 Күтілетін нәтижелер: Бір орында тұрып, қос</p>	<p>Секіру. Мақсаты: Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см) секіру, 20–25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 см), қысқа секіргішпен секіру; 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. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2. 3–4 таяқшалардан аттап өту. Ойын: «Аң мен құс» ойынын ойнау. Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы. Картатект 21</p>

<p>Күтілетін нәтижелер: Бір орында тұрып, қос аяқпен секіруді үйренді және де қос аяқпен секіруде, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіре алды.Секіруде, 20–25 см биіктіктен секіруді үйрене алды.</p>	<p>аяқпен секіруді үйренді және де қос аяқпен секіруде, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіре алды.Секіруде, 20–25 см биіктіктен секіруді үйрене алды.</p>	<p>Күтілетін нәтижелер: Бір орында тұрып, қос аяқпен секіруді үйренді және де қос аяқпен секіруде, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіре алды.Секіруде, 20–25 см биіктіктен секіруді үйрене алды.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: қимылды ойындарда физикалық қасиеттерді күш көрсетуді үйрету. Жасқайрат Медина</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: қимылды ойындарда физикалық қасиеттерді күш көрсетуді үйрету. Рахман Айбек</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: қимылды ойындарда физикалық қасиеттерді күш көрсетуді үйрету. Тоқсейт Муса</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 16 -20 ақпан 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Секіру. Мақсаты: Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см) секіру, 20–25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 см), қысқа секіргішпен секіру; 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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Үлкен дөңгелек жасау» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>	<p>Спорттық жаттығулар. Мақсаты: Шанамен сырғанау: шанаға отырып, төбешіктен сырғанауға, шананы жібінен сүйретуге, ойыншықтарды шанамен сырғанатуға үйрету; Мұзды жолдармен сырғанау: балаларды қолынан жетелеп сырғанату. 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 6 Күтілетін нәтижелер: Шанамен төбешіктен сырғанады. Бір-бірін сырғанатуды және де шанамен төбешікке көтерілуді, төбешіктен түскенде тежеуді үйрене алды. Мұзды жолдармен өзбетінше сырғанай алды.</p>	<p>Аяққа арналған жаттығулар. Мақсаты: Аяқтың ұшына көтерілу және тұру. Екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен өкшені, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсылдату. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бүгу, алға созу, қайтадан бүгу және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. 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. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойымен жүгіру. Ойын: «Бестемше» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау. Картатект 11 Күтілетін нәтижелер: Аяқтың ұшына</p>

<p>Картатект 3 Күтілетін нәтижелер: Бір орында тұрып, қос аяқпен секіруді үйренді және де қос аяқпен секіруде, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіре алды.Секіруде, 20–25 см биіктіктен секіруді үйрене алды.</p>		<p>көтерілу және тұруды біледі. Екі аяқты кезекпен алға қоюды, алдымен өкшені, содан кейін аяқтың ұшын қоюды, тарсылдатуды жақсы меңгерді. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыруды үйренді.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: қимылды ойындарда физикалық қасиеттерді күш көрсетуді қайталау. Есенов Амир</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: қимылды ойындарда физикалық қасиеттерді күш көрсетуді қайталау. Қанатқали Елдос</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: қимылды ойындарда физикалық қасиеттерді күш көрсетуді қайталау. Қуанышқали Айым</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 23 -27 ақпан 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Спорттық жаттығулар. Мақсаты: Шанамен сырғанау: шанаға отырып, төбешіктен сырғанауға, шананы жібінен сүйретуге, ойыншықтарды шанамен сырғанатуға үйрету;. Мұзды жолдармен сырғанау: балаларды қолынан жетелеп сырғанату. 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: «Қаппен жүгіру» ойынын ойнау. Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 9 Күтілетін нәтижелер: Шанамен төбешіктен сырғанады. Бір-бірін сырғанатуды және де шанамен төбешікке көтерілуді, төбешіктен түскенде тежеуді үйрене алды. Мұзды жолдармен өзбетінше сырғанап алды.</p>	<p>Спорттық жаттығулар. Мақсаты: Шанамен сырғанау: шанаға отырып, төбешіктен сырғанауға, шананы жібінен сүйретуге, ойыншықтарды шанамен сырғанатуға үйрету;. Мұзды жолдармен сырғанау: балаларды қолынан жетелеп сырғанату. 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: «Бестемше» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 6 Күтілетін нәтижелер: Шанамен төбешіктен сырғанады. Бір-бірін сырғанатуды және де шанамен төбешікке көтерілуді, төбешіктен түскенде тежеуді үйрене алды. Мұзды жолдармен өзбетінше сырғанап алды.</p>	<p>Секіру. Мақсаты: Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см) секіру, 20–25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 см), қысқа секіргішпен секіру; 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.Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Аю аю тұршы» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 15</p>

		Күтілетін нәтижелер: Бір орында тұрып, қос аяқпен секіруді, 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіруді, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіруді де білді.
Баламен жеке жұмыс: қимылды ойындарда физикалық қасиеттерді күш көрсетуді қайталау. Орынбасар Каусар	Баламен жеке жұмыс: қимылды ойындарда физикалық қасиеттерді күш көрсетуді қайталау. Тлекбай Ибрахим	Баламен жеке жұмыс: қимылды ойындарда физикалық қасиеттерді күш көрсетуді қайталау. Айсахат Алдияр

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 02-06 наурыз 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Секіру. Мақсаты: Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см) секіру, 20–25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 см), қысқа секіргішпен секіру; 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. Қос аяқтап алға қарай секіру. 2.3-4 таяқшалардан аттап өту. Ойын: «Асық ату» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы. Картатект 4</p>	<p>Аяққа арналған жаттығулар. Мақсаты: Аяқтың ұшына көтерілу және тұру. Екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен өкшені, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсылдату. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бүгу, алға созу, қайтадан бүгу және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. 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. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойымен жүгіру. Ойын: «Үлкен дөңгелек жасау» ойынын ойнау. Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау. Картатект 5</p>	<p>Спорттық жаттығулар. Мақсаты: Шанамен сырғанау: шанаға отырып, төбешіктен сырғанауға, шананы жібінен сүйретуге, ойыншықтарды шанамен сырғанатуға үйрету; Мұзды жолдармен сырғанау: балаларды қолынан жетелеп сырғанату. 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: «Допты қағып ал» ойынын ойнау. Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 8 Күтілетін нәтижелер: Шанамен төбешіктен сырғанады. Бір-бірін сырғанатуды және де шанамен төбешікке көтерілуді, төбешіктен түскенде тежеуді үйрене алды. Мұзды жолдармен өзбетінше сырғанап алды.</p>

<p>Күтілетін нәтижелер: Бір орында тұрып, қос аяқпен секіруді, 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіруді де, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіруді балалар үйрене алды.</p>	<p>Күтілетін нәтижелер: Аяқтың ұшына көтеріле алды және тұра алды. Екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен өкшені, содан кейін аяқтың ұшын қоюды жасай алды.</p>	
<p>Баламен жеке жұмыс: Спорттық ойын кезінде ережелерін сақтай отырып белсене икемділікпен қатысуды қайталау. Есенов Амир</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Спорттық ойын кезінде ережелерін сақтай отырып белсене икемділікпен қатысуды қайталау. Ержан Ермұрат</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Спорттық ойын кезінде ережелерін сақтай отырып белсене икемділікпен қатысуды қайталау. Бақытжан Тұрсынбек</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 09 -13 наурыз 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Жүру. Мақсаты: Балалардың қимыл әрекеттерін ұйымдастырудың түрлі нысандарында қимылдар-ды дұрыс орындау білік-тері мен дағдыларын қалыптастыру; жүру мен жүгіруде, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбие-леу. Кішірейтілген тірек алаңы бойынша тепе-теңдік сақтауға үйрету. ЖДЖ: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру, тұрған қалыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолды айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылу, екі қолды екі жаққа жіберу. Оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею; қолдың ұшын аяқ ұшына жеткізу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Кішірейтілген тірек алаңы бойынша тепе-теңдікті ұстап жүру. 2. Кішкентай допты еденге ұру және жоғары лақтыру, оны қағып алу. Ойын: «Үлкен және кіші дөңгелек» ойынын ойнау.</p>	<p>Аяққа арналған жаттығулар. Мақсаты: Аяқтың ұшына көтерілу және тұру. Екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен өкшені, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсылдату. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бүгу, алға созу, қайтадан бүгу және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. 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. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойымен жүгіру. Ойын: «Атпен шабу» ойынын ойнау. Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау. Картатект 5 Күтілетін нәтижелер: Аяқтың ұшына</p>	<p>Негізгі қимылдар: Жүру. Мақсаты: Әртүрлі бағытта және берілген бағытта шеңбер бойымен, қолдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүру, шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. 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. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру. Ойын: «Түрлі түстер» ойынын ойнау. Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау. Картатект 12</p>

<p>Қорытынды: Бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру.</p> <p>Картатект 19</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Балалардың қимыл әрекеттерін ұйымдастырудың түрлі нысандарында қимылдар-ды дұрыс орындауды білік-тері мен дағдыларын қалыптастыруда жақсы қарқын көрсете алды.</p>	<p>көтеріле алды және тұра алды. Екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен өкшені, содан кейін аяқтың ұшын қоюды жасай алды.</p>	<p>Күтілетін нәтижелер: Әртүрлі бағытта және берілген бағытта шеңбер бойымен, қолдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүру, шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, жасай алды.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>Спорттық ойын кезінде ережелерін сақтай отырып белсене икемділікпен қатысуды қайталау.</p> <p>Бектеміс Арсен</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>Спорттық ойын кезінде ережелерін сақтай отырып белсене икемділікпен қатысуды қайталау.</p> <p>Қанатқали Елдос</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>Спорттық ойын кезінде ережелерін сақтай отырып белсене икемділікпен қатысуды қайталау.</p> <p>Бекболатқызы Айсүйген</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 16 -20 наурыз 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Қатармен жүру. Мақсаты: Сапқа тұру, сапқа құрылымын өзгертіп қайта тұру. Қатарға бір-бірден сапқа тұру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайта құру, бағдар бойынша түзелу. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Доп лақты-ру және допты екі қолмен қағып алу дағдыларын дамыту. Заттар арасымен турабағыт бойынша төрттағандап еңбектеуді үйрету. Қол, иық, дене бұлшықеттерін дамыту.</p> <p>ЖДЖ:Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру,тұрған қалыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолды айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылу, екі қолды екі жаққа жіберу. Оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею; қолдың ұшын аяқ ұшына жеткізу.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.8 мдейінгі қашықтықтазаттар арасымен</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 төрттағандап еңбектеуді үйрету.</p> <p>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 бұгу.</p>	<p>Ирелең жолмен жүру. Мақсаты: Ирелең жолмен жүруге, қос аяқпен секіруге (аяқ бірге-аяқ алшақ) дағдыландыру. Шағын топпен бір-біріне кедергі жасамай жүгіру; саптан шықпай, бағытты сақтай жүру; аяқты тізеден сәл бүгіп, секіріп, аяқты алшақ, бірге ұстауды бекіту .</p> <p>Музыканың басталуын сезініп,музыкаға сәйкес жүруге баулу. Бір-біріне кеуде тұсынан допты лақтыруды үйрету.</p> <p>Шапшандық және ептілік тәрізді қасиеттерді дамыту. Басына қапшықты қойып, жерде созылып жатқан жіптің үстімен қолды әр түрлі қалыпта ұстап жүруге жаттықтыру.</p> <p>ЖДЖ: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру,тұрған қалыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолды айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылу, екі қолды екі жаққа жіберу.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p>

<p>турабағыт бойынша төрттағандап еңбектеу. 2. Доп лақтыру және допты екі қолмен қағып алу. Ойын: «Асық тасу» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: Бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру. Картатект 7 Күтілетін нәтижелер: Сапқа тұруды, сапқа құрылымын өзгертіп қайта тұруды үйренді. Қатарға бір-бірден сапқа тұруды жасай алды. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайта құруды, бағдар бойынша түзелуді білді.</p>	<p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Табан мен алақанға сүйеніп төрттағандап еңбектеу. 2. Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруды қайталап, бекіту. Ойын: «Үйсіз қоян» ойынын ойнау. Картатект 3 Күтілетін нәтижелер: Сапқа тұруды, сапқа құрылымын өзгертіп қайта тұруды үйренді. Қатарға бір-бірден сапқа тұруды жасай алды. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайта құруды, бағдар бойынша түзелуді білді.</p>	<p>1. Бір-біріне кеуде тұсынан допты лақтыру. 2. Басына қапшықты қойып, жерде созылып жатқан жіптің үстімен қолды әр түрлі қалыпта ұстап жүру. Ойын: «Құстар мен жаңбыр» ойынын ойнау. Қорытынды: Бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру. Картатект 15 Күтілетін нәтижелер: Ирелең жолмен жүруге, қос аяқпен секіру дағдыларын қалыптастыра алы. Шағын топпен бір-біріне кедергі жасамай жүгіруді, саптан шықпай, бағытты сақтай жүре алды. Аяқты тізеден сәл бүгіп, секіріп, аяқты алшақ, бірге ұстауды үйрене алды.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: Спорттық ойын кезінде ережелерін сақтай отырып белсене икемділікпен қатысуды қайталау. Джантурина Фатима</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Спорттық ойын кезінде ережелерін сақтай отырып белсене икемділікпен қатысуды қайталау. Мусагалиева Ясмина</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Спорттық ойын кезінде ережелерін сақтай отырып белсене икемділікпен қатысуды қайталау. Сейхуат Жаухар</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 23 -27 наурыз 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Жүру. Мақсаты: Балалардың қимыл әрекеттерін ұйымдастырудың түрлі нысандарында қимылдар-ды дұрыс орындау білік-тері мен дағдыларын қалыптастыру; жүру мен жүгіруде, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбие-леу. Кішірейтілген тірек алаңы бойынша тепе-теңдік сақтауға үйрету. ЖДЖ: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру,тұрған қалыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолды айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылу, екі қолды екі жаққа жіберу. Оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею; қолдың ұшын аяқ ұшына жеткізу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Кішірейтілген тірек алаңы бойынша тепе-теңдікті ұстап жүру. 2.Кішкентай допты еденге ұру және жоғары лақтыру,оны қағып алу. Ойын: «Үлкен және кіші дөңгелек» ойынын</p>		<p>Ирелең жолмен жүру. Мақсаты: Ирелең жолмен жүруге, қос аяқпен секіруге (аяқ бірге-аяқ алшақ) дағдыландыру. Шағын топпен бір-біріне кедергі жасамай жүгіру; саптан шықпай, бағытты сақтай жүру; аяқты тізеден сәл бүгіп, секіріп, аяқты алшақ, бірге ұстауды бекіту . Музыканың басталуын сезініп,музыкаға сәйкес жүруге баулу. Бір-біріне кеуде тұсынан допты лақтыруды үйрету. Шапшандық және ептілік тәрізді қасиеттерді дамыту. Басына қапшықты қойып, жерде созылып жатқан жіптің үстімен қолды әр түрлі қалыпта ұстап жүруге жаттықтыру. ЖДЖ: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру,тұрған қалыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолды айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылу, екі қолды екі жаққа жіберу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Бір-біріне кеуде тұсынан допты лақтыру.</p>

<p>ойнау.</p> <p>Қорытынды: Бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру.</p> <p>Картатект 19</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Балалардың қимыл әрекеттерін ұйымдастырудың түрлі нысандарында қимылдар-ды дұрыс орындады. Білік-тері мен дағдыларын қалыптастыра алды. жүру мен жүгіруде, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеуде түсінік алды.</p>		<p>2. Басына қапшықты қойып, жерде созылып жатқан жіптің үстімен қолды әр түрлі қалыпта ұстап жүру.</p> <p>Ойын: «Құстар мен жаңбыр» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: Бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру.</p> <p>Картатект 14</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Ирелең жолмен жүруге, қос аяқпен секіру дағдыларын қалыптастыра алы. Шағын топпен бір-біріне кедергі жасамай жүгіруді, саптан шықпай, бағытты сақтай жүре алды. Аяқты тізеден сәл бүгіп, секіріп, аяқты алшақ, бірге ұстауды үйрене алды.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>сызықтардың бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүруді қайталау.</p> <p>Тоқсейт Муса</p>		<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>сызықтардың бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүруді қайталау.</p> <p>Халел Нурислам</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 30 наурыз – 03 сәуір 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Қимылды ойындар.</p> <p>Мақсаты: Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруға үйрету және көзбен мөршерлей білу дағдыларын дамыту. Ұжым болып ойнауға тәрбиелеу. Гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуге жаттықтыру.</p> <p>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.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыру. 2. Гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеу <p>Ойын: «Арқан тартысу» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: Бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру.</p>	<p>Топпен жүру.</p> <p>Мақсаты: Балаларды барлық топпен жүруге, жүгіруге әрі қарай жалғастыру. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту жаттығуларын үйрету. Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыту.</p> <p>ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында аяқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту. <p>Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p> <p>Картатект 16</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Балаларды барлық топпен жүруге, жүгіруге әрі қарай да</p>	<p>Шашырап, жұптасып жүру.</p> <p>Мақсаты: Шашырап, жұптасып жүру мен жүгіруге жаттықтыру. Жылдамдық және ептілікті дамыту. Көлбеу қойылған баспалдаққа міну арқылы білте таяқшаны дұрыс ұстауға дағдыландыру; Допты жоғары лақтыру және екі қолмен түсірмей қағып алуды үйрету. Берілген белгіге көңіл аудару, қимыл қозғалысты белгі бойынша орындау қабілеттерін жетілдіру.</p> <p>ЖДЖ: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру, тұрған қалыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолды айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылу, екі қолды екі жаққа жіберу. Оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею; қолдың ұшын аяқ ұшына жеткізу.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Допты жоғары лақтыру және екі қолмен қағып алу (қатарынан 3-4 рет). 2. Көлбеу қойылған баспалдаққа міну.

<p>Картатект 8 Күтілетін нәтижелер: Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруды үйрене келді және көзбен мөршерлей білу дағдыларын дамытты. Ұжым болып ойнауға талпынды. Гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуге жаттықты.</p>	<p>жалғастыра алды. Ұзындау тақтай бойымен жүруде, жіптен немесе таяқтан аттап өту жаттығуларын үйрене келді. Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыта алды.</p>	<p>Ойын: «Асық тасу» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: Бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру. Картатект 20 Күтілетін нәтижелер: Шашырап, жұптасып жүру мен жүгіруді жаттықты. Жылдамдық және ептілікті дамытты. Көлбеу қойылған баспалдаққа міну арқылы білте таяқшаны дұрыс ұстауға дағдыланды.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: сызықтардың бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүруді қайталау. Шамел Көркем</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: сызықтардың бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүруді қайталау. Қанатқызы Әдемі</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: сызықтардың бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүруді қайталау. Кошкиенко Диана</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 06 - 10 сәуір 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Домалату, лақтыру. Мақсаты: Допты бір қолмен және екі қолмен ұстау, көлемдері әртүрлі доптар мен шарларды жинау, оларды өз бетінше себетке (жәшікке) салу, шарларды домалату, допты екі қолмен алға лақтыру, допты алға домалату (отырып, тұрып), допты (диаметрі 6—8 см) төменге, қашықтыққа лақтыру. 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. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. Ойын: «Кім жылдам?» ойынын ойнау. Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы Картатект 6 Күтілетін нәтижелер: Допты бір қолмен және екі қолмен ұстауды үйрене алды. Көлемдері әртүрлі доптар мен шарларды жинауда, оларды өз бетінше себетке сала алды. Шарларды домалатты. Допты екі</p>	<p>Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Мақсаты: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту. 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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Ханталапай» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 21 Күтілетін нәтижелер: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіне отырып, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіне алды. Салауатты</p>	<p>Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Мақсаты: Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. 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. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. Ойын: «Қояным, қояным тұршы» ойынын ойнау. Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы Картатект 14 Күтілетін нәтижелер: Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларында өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдірді. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалауды, құрғатуды үйренді. Бейнелеу әрекетінен соң</p>

қолмен алға лақтырды, допты алға домалата қашықтыққа лақтыра алды.	өмір салты туралы ұғымдарды балалар ұғына алды.	құтыларды, қылқаламдарды жууды, үстелді сүртуді білді.
Баламен жеке жұмыс: Тақтайдың бойымен тепе теңдікті сақтауға үйрету. Қуанышқали Айым	Баламен жеке жұмыс: Тақтайдың бойымен тепе теңдікті сақтауға үйрету. Жасқайрат Медина	Баламен жеке жұмыс: Тақтайдың бойымен тепе теңдікті сақтауға үйрету. Ержан Ермұрат

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 13 - 17 сәуір 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Мақсаты: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту. 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?» ойынын ойнау. Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 16 Күтілетін нәтижелер: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіне отырып, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіне алды.</p>	<p>Лақтыру, домалату, қағып алу. Мақсаты: Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату. Заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 м кем емес), оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 м қашықтықтан), 1,5 м қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) нысанаға лақтыру; допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 м қашықтықта), қағып алу; допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 м қашықтықтан); допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет); 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. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. Ойын: «Қаппен секіру» ойынын ойнау. Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p>	<p>Домалату, лақтыру. Мақсаты: Допты шағын төбешіктен домалату; допты тәрбиешіге, балаға домалату және лақтыру; допты алға, жоғары лақтыру, бала кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру. Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу. 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.Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Велосипед» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 11 Күтілетін нәтижелер: Допты шағын төбешіктен домалатуды, допты тәрбиешіге, балаға домалатуды және лақтыра алды. Допты алға, жоғары лақтыру, бала кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра</p>

<p>Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды балалар ұғына алды.</p>	<p>Картатект 13 Күтілетін нәтижелер: Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалатуда жақсы үйрене алды. Заттарды қашықтыққа лақтыруда, оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға тигізе көздей алды.</p>	<p>лақтыра алды. Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеуде жақсы ұғына алды.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: Тақтайдың бойымен тепе теңдікті сақтауға үйрету. Орынбасар Каусар</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Тақтайдың бойымен тепе теңдікті сақтауға үйрету. Бекболатқызы Айсүйген</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Тақтайдың бойымен тепе теңдікті сақтауға үйрету. Есенов Амир</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 20 - 24 сәуір 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Мақсаты: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту. 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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Бестемше» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 9 Күтілетін нәтижелер: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің</p>	<p>Лақтыру, домалату, қағып алу. Мақсаты: Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату. Заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 м кем емес), оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 м қашықтықтан), 1,5 м қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) нысанаға лақтыру; допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 м қашықтықта), қағып алу; допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 м қашықтықтан); допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет); 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. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. Ойын: «Доппен секіру» ойынын ойнау. Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p>	<p>Домалату, лақтыру. Мақсаты: Допты шағын төбешіктен домалату; допты тәрбиешіге, балаға домалату және лақтыру; допты алға, жоғары лақтыру, бала кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру. Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу. 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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Арқан тартыс» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 1 Күтілетін нәтижелер: Допты шағын төбешіктен домалатуды, допты тәрбиешіге, балаға домалатуды және лақтыра алды. Допты алға, жоғары лақтыру, бала кеудесінің</p>

алдын-алуға болатынын түсіну. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту.	Картатект 4 Күтілетін нәтижелер: Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалатуда жақсы үйрене алды. Заттарды қашықтыққа лақтыруда, оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға тигізе көздей алды.	деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыра алды. Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеуде жақсы ұғына алды.
Баламен жеке жұмыс: сызықтардың бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүруді қайталау. Қанатқали Елдос	Баламен жеке жұмыс: сызықтардың бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүруді қайталау. Қанатқызы Әдемі	Баламен жеке жұмыс: сызықтардың бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүруді қайталау. Мусағалиева Ясмина

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 27 сәуір – 01 мамыр 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Мақсаты: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту. 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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Үлкен дөңгелек жасау» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 2 Күтілетін нәтижелер: «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді</p>	<p>Лақтыру, домалату, қағып алу. Мақсаты: Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату. Заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 м кем емес), оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 м қашықтықтан), 1,5 м қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) нысанаға лақтыру; допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 м қашықтықта), қағып алу; допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 м қашықтықтан); допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет); 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. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. Ойын: «Велосипед» ойынын ойнау. Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p>	<p>Домалату, лақтыру. Мақсаты: Допты шағын төбешіктен домалату; допты тәрбиешіге, балаға домалату және лақтыру; допты алға, жоғары лақтыру, бала кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру. Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу. 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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Бес асық» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 15 Күтілетін нәтижелер: Допты шағын төбешіктен домалатуды, допты тәрбиешіге, балаға домалатуды және лақтыра алды. Допты алға, жоғары лақтыру, бала кеудесінің</p>

тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту.	Картатект 7 Күтілетін нәтижелер: Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалатуда жақсы үйрене алды. Заттарды қашықтыққа лақтыруда, оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға тигізе көздей алды.	деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыра алды. Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеуде жақсы ұғына алды.
Баламен жеке жұмыс: сызықтардың бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүруді қайталау. Рахман Айбек	Баламен жеке жұмыс: сызықтардың бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүруді қайталау. Тлекбай Ибрахим	Баламен жеке жұмыс: сызықтардың бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүруді қайталау. Бектеміс Арсен

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 04 - 08 мамыр 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
	<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Мақсаты: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: дымқыл шүберекпен сүртінуге, аяқтарды, денені шаю, әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен, жылы күндері шөптің, құмның үстімен жалаң аяқ жүру. Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау.</p> <p>ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.</p> <p>Ойын: «Қаппен және доппен» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p> <p>Картатект 10</p>	<p>Кеудеге арналған жаттығулар. Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар Екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу (жылдам және бір қалыпты). Оңға, солға еңкею, шалқаю. Тұрған қалыпта екі аяқ бірге (алшақ), алға еңкейіп, қолдың саусақтарын аяқтың ұшына жеткізіп, заттарды қою және жоғары көтеру. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату.</p> <p>ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.</p> <p>Ойын: «Кім керек?» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>Картатект 5</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Кеудеге арналған жаттығуларды екі қолды белге қойып, оңға-</p>

	<p>Күтілетін нәтижелер: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізді. Дымқыл шүберекпен сүртінуді, аяқтарды, денені шаю, әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаюды білді.</p>	<p>солға бұрылу жылдам және бір қалыпты орындай алды. Оңға, солға еңкею, шалқаюды қайталай отырып, үйрене алды.</p>
	<p>Баламен жеке жұмыс: сызықтардың бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүруді қайталау. Қайыржан Ерасыл</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: сызықтардың бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүруді қайталау. Кошкиенко Диана</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 11 -15 мамыр 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Мақсаты: Жауын-шашынды күндері балалармен жабық қысқы бақта қимылды ойындар ұйымдастыру, жылдың жылы мезгілінде серуенде балалардың күн сәулесінің астында (3-5 минут) болуын қамтамасыз ету. Серуенде жылы құмның үстімен жалаң аяқ 2-3 минут жүргізу (алдын ала оның тазалығы мен қауіпсіздігіне көз жеткізу). 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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Кім жылдам» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 7</p>	<p>Кеудеге арналған жаттығулар. Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар Екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу (жылдам және бір қалыпты). Оңға, солға еңкею, шалқаю. Тұрған қалыпта екі аяқ бірге (алшақ), алға еңкейіп, қолдың саусақтарын аяқтың ұшына жеткізіп, заттарды қою және жоғары көтеру. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. 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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Қаппен және Доппен» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 18 Күтілетін нәтижелер: Кеудеге арналған</p>	<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Мақсаты: Жауын-шашынды күндері балалармен жабық қысқы бақта қимылды ойындар ұйымдастыру, жылдың жылы мезгілінде серуенде балалардың күн сәулесінің астында (3-5 минут) болуын қамтамасыз ету. Серуенде жылы құмның үстімен жалаң аяқ 2-3 минут жүргізу (алдын ала оның тазалығы мен қауіпсіздігіне көз жеткізу). 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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Кім жылдам» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 13 Күтілетін нәтижелер: Жауын-шашынды</p>

<p>Күтілетін нәтижелер: Жауын-шашынды күндері балалармен көктемгі бақта қимылды ойындар ұйымдастыруда, жылдың жылы мезгілінде серуенде балалардың күн сәулесінің астында керемет көңіл күйде серуендей алдық. Серуенде жылы құмның үстімен жалаң аяқ 2-3 минут жүре алдық.</p>	<p>жаттығуларды екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу жылдам және бір қалыпты орындай алды. Оңға, солға еңкею, шалқаюды қайталай отырып, үйрене алды.</p>	<p>күндері балалармен көктемгі бақта қимылды ойындар ұйымдастыруда, жылдың жылы мезгілінде серуенде балалардың күн сәулесінің астында керемет көңіл күйде серуендей алдық. Серуенде жылы құмның үстімен жалаң аяқ 2-3 минут жүре алдық.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: қимылды ойындарда физикалық қасиеттерді сақтай отырып, икемділікті артыруды қалыптастыру. Джантурина Фатима</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: қимылды ойындарда физикалық қасиеттерді сақтай отырып, икемділікті артыруды қалыптастыру. Бекболатқызы Айсүйген</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: қимылды ойындарда физикалық қасиеттерді сақтай отырып, икемділікті артыруды қалыптастыру. Бақытжан Тұрсынбек</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Кұлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 18 -22 мамыр 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Саппен жүру. Мақсаты: Сапқа тұру, аяқтың ұшы, өкшемен жүру, баяу қарқынмен жүгірді жүгірумен алмастыру; Балалардың доптармен ойындарын одан әрі жетілдіру. Жан-жаққа шашырап жүру және жүгіру түрлерін жетілдіру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Допты бір-біріне домалату дағдыларын бекітіп, 2-3 метрлік қашықтықта алға ұмтыла қос аяқпен секіруді үйрету. ЖДЖ: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру, тұрған қалыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолды айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылу, екі қолды екі жаққа жіберу. Оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею; қолдың ұшын аяқ ұшына жеткізу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. 2-3 метрлік қашықтықта алға ұмтыла қос</p>	<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Мақсаты: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: дымқыл шүберекпен сүртіну, аяқтарды, денені шаю, әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен, жылы күндері шөптің, құмның үстімен жалаң аяқ жүру. Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау. 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. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. Ойын: «Қояным, қояным тұршы» ойынын ойнау. Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p>	<p>Саппен жүру. Мақсаты: Сапта бір-бірлеп жүру. Жүруді жүгірумен, секірумен, басқа қимылдармен кезектестіру, қол мен аяқ қимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен тізені жоғары көтеріп жүгіру, кіші және үлкен қадаммен жүгіру, сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүгіру. Түрлі тапсырмалармен жүгіру: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіру. Жаттығуларды орындау барысында бір-бірден тізбекпен және жан-жаққа шашырап жүгіруге жаттықтыру. Шыдамдылыққа, ептілікке баулу. Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алуға және тақтай бойымен жүру барысында тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. ЖДЖ: Екі қолды белге қойып екі жаққа иілу. Отырған және тізерлеп тұрған күйі доп ы өз айналасында домалату. Аяқтың ұшымен</p>

<p>аяқпен секіру.</p> <p>2. Допты бір-біріне домалату.</p> <p>Ойын: «Торғайлар мен мысық» ойынын ойнату.</p> <p>Қорытынды: «Фигура жаса да қатып қал» ойыны.</p> <p>Картатект 17</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Сапқа тұру, аяқтың ұшы, өкшемен жүру, баяу қарқынмен жүгірді жүгірумен алмастыру; Балалардың доптармен ойындарын одан әрі жетілдіру. Жан-жаққа шашырап жүру және жүгіру түрлерін жетілдіру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту.</p>	<p>Картатект 13</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізуді үйрене алды. Дымқыл шүберекпен сүртінуді, аяқтарды, денені шаю, әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю дағдыға айналдыратынын түсінді.</p>	<p>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.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <p>1. Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу. (1.5 м қашықтықта).</p> <p>2. Тақтай бойымен жүру.</p> <p>Ойын: «Үлкен және кіші дөңгелек» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: Бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру. Жалпы балаларды мадақтау.</p> <p>Картатект 6</p> <p>Күтілетін нәтижелер: Сапта бір-бірлеп жүруді жүгірумен, секірумен, басқа қимылдармен кезектестіруді, қол мен аяқ қимылын үйрене білді.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>қимылды ойындарда физикалық қасиеттерді сақтай отырып, икемділікті артыруды қалыптастыру.</p> <p>Айтқабыл Асылым</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>қимылды ойындарда физикалық қасиеттерді сақтай отырып, икемділікті артыруды қалыптастыру.</p> <p>Артурұлы Әмир</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>қимылды ойындарда физикалық қасиеттерді сақтай отырып, икемділікті артыруды қалыптастыру.</p> <p>Алибекова Айлин</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Құлыншақ» ересек тобы

Балалардың жасы: 4 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 25 -29 мамыр 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сәрсенбі	Жұма
<p>Кеудеге арналған жаттығулар. Мақсаты: Кеудеге арналған жаттығулар Екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу (жылдам және бір қалыпты). Оңға, солға еңкею, шалқаю. Тұрған қалыпта екі аяқ бірге (алшақ), алға еңкейіп, қолдың саусақтарын аяқтың ұшына жеткізіп, заттарды қою және жоғары көтеру. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. 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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Бестемше» ұлттық ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>	<p>Саппен жүру. Мақсаты: Сапта бір-бірлеп жүру. Жүруді жүгірумен, секірумен, басқа қимылдармен кезектестіру, қол мен аяқ қимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен тізені жоғары көтеріп жүгіру, кіші және үлкен қадаммен жүгіру, сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүгіру. Түрлі тапсырма-лармен жүгіру: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіру. Ептілік, күш, шапшаңдық сияқты қасиеттерді дамыту. Қапшықты алысқа лақтыруға жаттықтыру және заттар арасымен доптарды құрсауларды домалатуды үйрету. Балалардың қимыл-қозғалыс белсенділігін арттыру. Бірлескен жұмыста татулыққа, достыққа баулу. ЖДЖ: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру, тұрған қалыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолды айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде,</p>	<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Мақсаты: Жауын-шашынды күндері балалармен жабық қысқы бақта қимылды ойындар ұйымдастыру, жылдың жылы мезгілінде серуенде балалардың күн сәулесінің астында (3-5 минут) болуын қамтамасыз ету. Серуенде жылы құмның үстімен жалаң аяқ 2-3 минут жүргізу (алдын ала оның тазалығы мен қауіпсіздігіне көз жеткізу). 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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Атпен шабу» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>

<p>Картатект 1 Күтілетін нәтижелер: Кеудеге арналған жаттығуларды екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу жылдам және бір қалыпты орындай алды. Оңға, солға еңкею, шалқаюды қайталай отырып, үйрене алды.</p>	<p>кезекпен екі жаққа бұрылу, екі қолды екі жаққа жіберу. Оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею; қолдың ұшын аяқ ұшына жеткізу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары 1. Заттар арасымен доптарды құрсауларды домалату. 2. Қапшықты алысқа лақтыру. Ойын: «Түлкі» ойынын ойнау. Қорытынды: Жалауша ұстап, бір-бірден бір сапқа тізіліп жүру. Картатект 10 Күтілетін нәтижелер: Сапта бір-бірлеп жүруді жүгірумен, секірумен, басқа қимылдармен кезектестіруді, қол мен аяқ қимылын үйрене білді.</p>	<p>Картатект 4 Күтілетін нәтижелер: Жауын-шашынды күндері балалармен көктемгі бақта қимылды ойындар ұйымдастыруда, жылдың жылы мезгілінде серуенде балалардың күн сәулесінің астында керемет көңіл күйде серуендей алдық. Серуенде жылы құмның үстімен жалаң аяқ 2-3 минут жүре алдық.</p>
<p>Баламен жеке жұмыс: Доптарды домалата отырып, лақтырып және қағып алуды қайталау. Айсахат Алдияр</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Доптарды домалата отырып, лақтырып және қағып алуды қайталау. Бекказиева Аяулым</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Доптарды домалата отырып, лақтырып және қағып алуды қайталау. Жасқайрат Медина</p>

