

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 01-05 қыркүйек 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Мақсаты: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою; табандарды бүгу (жазу), қатарында тұрған – отырған адамға қолындағы затты бере отырып, тұлғасын оңға-солға бұру, шалқасынан жатқан қалыпта қолдары мен аяқтарын бірдей қимылдатып, аяқтарын көтеру және түсіру.. ЖДЖ: Көзбен бағдарлай отырып, ауызша нұсқаулармен ойын түріндегі жаттығуларды (жануарлардың қозғалысына еліктеу) педагогпен бірге орындауға үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру. Ойын: «Кім жылдам?» ойынын ойнау. Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Мақсаты: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою; табандарды бүгу (жазу), қатарында тұрған – отырған адамға қолындағы затты бере отырып, тұлғасын оңға-солға бұру, шалқасынан жатқан қалыпта қолдары мен аяқтарын бірдей қимылдатып, аяқтарын көтеру және түсіру.. ЖДЖ: Көзбен бағдарлай отырып, ауызша нұсқаулармен ойын түріндегі жаттығуларды (жануарлардың қозғалысына еліктеу) педагогпен бірге орындауға үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1.Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру. Ойын: «Аю отыр апанда» ойынын ойнау. Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Жүру. Мақсаты: Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру, аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру, шеңбер бойлап, қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтай қалып, жүрелеп, бұрылып, "жыланша", заттарды айналып өтіп, төбешікке шығып және төбешіктен түсіп саппен жүру; ЖДЖ: Көзбен бағдарлай отырып, ауызша нұсқаулармен ойын түріндегі жаттығуларды (жануарлардың қозғалысына еліктеу) педагогпен бірге орындауға үйрету. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату.</p>

алу жаттығуы. Картатект 12	алу жаттығуы. Картатект 9	2.Қос аяқпен құрсаудан құрсауға қоянша секіру. Ойын: «Маған қарай жүгір!» ойынын ойнау. Қорытынды. «Бокс» тыныс алу жаттығуы. Картатект 6
Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, жүруді үйрету. Асқар Хадиша	Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, жүруді үйрету. Маратов Бекнұр	Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, жүруді үйрету. Асқар Альберт

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 08-12 қыркүйек 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</p> <p>Мақсаты: Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға қызықтыру. Қарама-қарсы отырып, бір-біріне тура бағытта допты домалатуды және алға қарай жылжи отырып секіруді үйрету. Допты домалату кезінде қолдың қозғау күшін, қимыл үйлесімділігін, ұсақ сезім мүшелерін дамыту.</p> <p>ЖДЖ: Көзбен бағдарлай отырып, ауызша нұсқаулармен ойын түріндегі жаттығуларды (жануарлардың қозғалысына еліктеу) педагогпен бірге орындауға үйрету.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бір-біріне допты домалату. 2. 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру. <p>Ойын: Өз еріктерімен доптармен ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Не естіледі?» ойынын ойнау.</p> <p>Картатект 4</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығулар.</p> <p>Мақсаты: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою; табандарды бұгу (жазу), қатарында тұрған – отырған адамға қолындағы затты бере отырып, тұлғасын оңға-солға бұру, шалқасынан жатқан қалыпта қолдары мен аяқтарын бірдей қимылдатып, аяқтарын көтеру және түсіру..</p> <p>ЖДЖ: Көзбен бағдарлай отырып, ауызша нұсқаулармен ойын түріндегі жаттығуларды (жануарлардың қозғалысына еліктеу) педагогпен бірге орындауға үйрету.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру. <p>Ойын: «Аю отыр апанда» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы.</p> <p>Картатект 9</p>	<p>Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</p> <p>Мақсаты: Еденде жатқан жолдың бойымен тура бағытта топпен жүру. Нысанаға дейін тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2–3 м) жүру, ересектің көмегімен гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру, ересектің көмегімен модульге (биіктігі 10–15 см) шығуға және одан түсуге үйрету, еденде жатқан лентадан (арқаннан) аттап өту.</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.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Жиектері шектелген тура жолақпен (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жүру. <p>2. Ойын: «Доптарды себетке жинау» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы.</p> <p>Картатект 15</p>

<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, жүруді үйрету. Багискалиева Раяна</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, жартылай отырып, тізені жоғары көтеріп, жүруді үйрету. Амангельдиева Самина</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, жүруді үйрету. Дуйсенов Дарын</p>
--	--	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 15-19 қыркүйек 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Саппен жүру. Мақсаты: Балаларды сапқа тұрғызу, бір тізбекте саппен жүру, жүтіруге жаттықтыру. Өртүрлі қалыпта допты лақтыру ептілігін дамыту. Еңіс тақтайдың үстімен еңбектеуді қайталап бекіту. Шағын топпен бір-біріне кедергі жасамай жүруге; саптан шықпай, бағытты сақтай жүру; аяқты тізеден сәл бүгіп, секіріп, аяқты алшақ, бірге ұстау дағдыларын бекіту. Музыканың басталуын сезініп, музыкаға сәйкес жүруге баулу. 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. Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденең) нысанаға (кеуде тұсынан, төменнен, жоғарыдан) лақтыру. Ойын: «Сылдырмақпен әуенді жалғастыр» ойынын ойнау. Қорытынды: «Кім жоқ?» аз қимылды ойын Картатект 19</p>	<p>Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Еденде жатқан жолдың бойымен тура бағытта топпен жүру. Нысанаға дейін тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2–3 м) жүру, ересектің көмегімен гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру, ересектің көмегімен модульге (биіктігі 10–15 см) шығуға және одан түсуге үйрету, еденде жатқан лентадан (арқаннан) 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. Алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіртпемен, лентамен секіру. 2. Жиіктері шектелген тура жолақпен (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жүруді қайталау. Ойын: «Тауық пен балапандар» ойынын ойнау. Қорытынды: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Мақсаты: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою; табандарды бұгу (жазу), қатарында тұрған – отырған адамға қолындағы затты бере отырып, тұлғасын оңға-солға бұру, шалқасынан жатқан қалыпта қолдары мен аяқтарын бірдей қимылдатып, аяқтарын көтеру және түсіру, арқасынан бүйіріне, ішіне және кері қарай аударылу, алға, жан-жағына қарай еңкею. 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. Баланың көзінің және кеудесінің тұсынан әртүрлі заттардың астымен 0,5-1,5 м арақашықтыққа доптарды домалату. Ойын: «Күшіктің құйрығы» ойынын ойнау. Қорытынды: «Қоян қайда?» ойынын ойнау.</p>

	Картатект 7	Картатект 16
<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, жартылай отырып, тізені жоғары көтеріп, жүруді үйрету. Жұмагелді Еділ</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, жартылай отырып, тізені жоғары көтеріп, жүруді үйрету. Жанболат Нурислам</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, жартылай отырып, тізені жоғары көтеріп, жүруді үйрету. Ануарбек Медина</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 22-26 қыркүйек 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</p> <p>Мақсаты: Еденде жатқан жолдың бойымен тура бағытта топпен жүру. Нысанаға дейін тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2–3 м) жүру, ересектің көмегімен гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру, ересектің көмегімен модульге (биіктігі 10–15 см) шығуға және одан түсуге үйрету, еденде жатқан лентадан (арқаннан) аттап өту.</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.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <p>1. Еденде 10-20 см қашықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру.</p> <p>Ойын: «Кім жақсы еңбектейді» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Өз орныңды тап!»</p> <p>Картатект 14</p>	<p>Шеңбермен жүру.</p> <p>Мақсаты: Балаларды шеңбер құру және шеңбер бойы жүру және жүгіруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындықтың үстімен жүру дағдыларын қалыптастыру. Жаттығулар орындау кезінде дұрыс тыныс ала білуге дағдыландыру.</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> <p>1. Гимнастикалық орындықтың үстімен жүру.</p> <p>2. Шеңбер құру және шеңбер бойы жүру және жүгіруді қайталап бекіту.</p> <p>Ойын: «Допты қуып жет» ойынын ойнау</p> <p>Қортынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуларын жасау.</p> <p>Картатект 3</p>	<p>Шеңбермен жүру.</p> <p>Мақсаты: Педагогтің артынан жүру, жұптасып жүру, шеңбер бойымен қол ұстасып жүру, қарқынды өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүгіруге ауысу, музыкаға сәйкес қимыл жасауға дағдыландыру. Доптарды бір-біріне домалатуды үйрету.</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> <p>1. Доптарды бір-біріне домалату.</p> <p>2. Еденде жатқан арқаннан секіруді қайталау.</p> <p>Ойын: «Мысық пен тышқандар» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуын жасау.</p> <p>Картатект 8</p>

<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, жартылай отырып, тізені жоғары көтеріп, жүруді үйрету. Маратова Айя</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, қос аяқтап секіруді үйрету. Жанболат Нурислам</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, тұрған орнында қос аяқпен, секіруді үйрету. Арматов Марлен</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 29 қыркүйек – 03 қазан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Топпен жүру. 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. 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 11</p>	<p>Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Еденде жатқан жолдың бойымен тура бағытта топпен жүру. Нысанаға дейін тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2–3 м) жүру, ересектің көмегімен гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру, ересектің көмегімен модульге (биіктігі 10–15 см) шығу. ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, аяқтың ұшымен жүгіру. Ойын: «Маған қарай еңбекте» ойынын ойнау. Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау. Картатект 20</p>	<p>Шеңбермен жүру. Мақсаты: Педагогтің артынан жүру, жұптасып жүру, шеңбер бойымен қол ұстасып жүру, қарқынды өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүгіруге ауысу, Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. Берілген белгіге көңіл аударуға дағдыландыру. Табан, тізе бұлшықеттерін нығайту. 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 21</p>

<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, тұрған орнында қос аяқпен, секіруді үйрету.</p> <p>Абубах Фатима</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, тұрған орнында қос аяқпен, секіруді үйрету.</p> <p>Асқар Омар</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, тұрған орнында қос аяқпен, секіруді үйрету.</p> <p>Багискалиева Раяна</p>
--	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 06-10 қазан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<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 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: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау. Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 22</p>	<p>Жүру, жүгіру. Мақсаты: Балалардың жүру, жүгіру дағдыларын қалыптас-тыру. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеуді қайталап, бекіту. Берілген белгіге көңіл аударуға жаттықтыру. Қос аяқтап алға қарай секіруді үйрету. Көз мөлшерін дамыту және табан бұлшықеттерін нығайту. 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 18</p>	<p>Жүру, жүгіру. Мақсаты: Педагогтің артынан жүру, жұптасып жүру, шеңбер бойымен қол ұстасып жүру, қарқынды өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүгіруге ауысу, Еңбектеу кезінде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіре білуге; көтеріңкі (зат үстінде) тіреуде тепе-теңдік сақтау. Берілген белгіге көңіл аудару, қимыл-қозғалысты белгі бойынша орындау қабілеттерін жетілдіру. 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: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>

		Картатект 4
Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, тұрған орнында қос аяқпен, секіруді үйрету. Айтуаров Ернар	Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, тұрған орнында қос аяқпен, секіруді үйрету. Мақсот Еркеназ	Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, жартылай отырып, тізені жоғары көтеріп, жүруді үйрету. Мухтар Лесбек

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 13-17 қазан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Құстаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<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: «Маған қарай еңбекте» ойынын ойнау. Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау. Картатект 12</p>	<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Мақсаты: Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. 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 17</p>	<p>Жүру, жүгіру. Мақсаты: Педагогтің артынан жүру, жұптасып жүру, шеңбер бойымен қол ұстасып жүру, қарқынды өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүгіруге ауысу, Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. Берілген белгіге көңіл аударуға дағдыландыру. Табан, тізе бұлшықеттерін нығайту. 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 6</p>

<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, жартылай отырып, тізені жоғары көтеріп, жүруді үйрету.</p> <p>Дүйсенбай Дамира</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, алға қарай жылжып, жүруді үйрету.</p> <p>Оразғали Амина</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, жартылай отырып жүруді үйрету.</p> <p>Мади Инаят</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 20-24 қазан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<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: «Қояным, қояным тұршы» ойынын ойнау. Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы Картатект 8</p>	<p>Жүру, жүгіру. Мақсаты: Балалардың жүру, жүгіру дағдыларын қалыптас-тыру. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеуді қайталап, бекіту. Берілген белгіге көңіл аударуға жаттықтыру. Қос аяқтап алға қарай секіруді үйрету. Көз мөлшерін дамыту және табан бұлшықеттерін нығайту. 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 13</p>	<p>Жүру, жүгіру. Мақсаты: Педагогтің артынан жүру, жұптасып жүру, шеңбер бойымен қол ұстасып жүру, қарқынды өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүгіруге ауысу, Еңбектеу кезінде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіре білуге; көтеріңкі (зат үстінде) тіреуде тепе-теңдік сақтау. Берілген белгіге көңіл аудару, қимыл-қозғалысты белгі бойынша орындау қабілеттерін жетілдіру. 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: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p>

		Картатект 1
Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, жартылай отырып жүруді үйрету. Сағынғали Қайсар	Баламен жеке жұмыс: заттардың арасымен еңбектеуді қайталап үйрету. Биман Айкөркем	Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, жартылай отырып жүруді үйрету. Асқар Хадиша

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 27-31 қазан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>.</p> <p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.</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: «Апандағы аю» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>Картатект 2</p>	<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</p> <p>Мақсаты: Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.</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. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. <p>Ойын: «Қояным, қояным тұршы» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p> <p>Картатект 11</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: «Маған қарай еңбекте» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау.</p>

		Картатект 4
Баламен жеке жұмыс: заттардың арасымен еңбектеуді қайталап үйрету. Бахсих Жансая	Баламен жеке жұмыс: заттардың арасымен еңбектеуді қайталап үйрету. Абдешова Амина	Баламен жеке жұмыс: заттардың арасымен еңбектеуді қайталап үйрету. Ануарбек Медина

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 03-07 қараша 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<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: 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 17</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: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 15</p>	<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: «Қояным, қояным тұршы» ойынын ойнау. Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы Картатект 20</p>

Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, жартылай отырып жүруді үйрету. Нурлан Көзайым	Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, жартылай отырып жүруді үйрету. Серік Айназ	Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, жартылай отырып жүруді үйрету. Арматов Марлен
---	--	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 10-14 қараша 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<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: 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 5</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Мақсаты: Қолдың білектерін, иық белдеуінің бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар. Қолды алға, жоғары, екі жаққа көтеру; қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жаққа жазу. Қолды артқа қою; оларды бүгіп, жазу, қолды шапалақтау, қолдарды алға-артқа сермеу, саусақтарды бұғу және ашу. 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 15</p>	<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: «Қояным, қояным тұршы» ойынын ойнау. Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы Картатект 6</p>

<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, биіктіктен және ұзындыққа секіруді үйрету. Аймурзин Мәлік</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, биіктіктен және ұзындыққа секіруді үйрету. Сырым Шахназ</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, қабырғаға өрмелеуді үйрету. Оразғали Амина</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 17-21 қараша 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<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: 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: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау. Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 9</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Мақсаты: Қолдың білектерін, иық белдеуінің бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар. Қолды алға, жоғары, екі жаққа көтеру; қолды кеуде тұсында аяқастыру және екі жаққа жазу. Қолды артқа қою; оларды бүгіп, жазу, қолды шапалақтау, қолдарды алға-артқа сермеу, саусақтарды бұғу және ашу. 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 11</p>	<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: «Қояным, қояным тұршы» ойынын ойнау. Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы Картатект 4</p>

<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, қабырғаға өрмелеуді үйрету. Бақытжан Інжу</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, қабырғаға өрмелеуді үйрету. Нурлан Көзайым</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, қабырғаға өрмелеуді үйрету. Жигербаев Айсултан</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 24-28 қараша 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Мақсаты: Қолдың білектерін, иық белдеуінің бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар. Қолды алға, жоғары, екі жаққа көтеру; қолды кеуде тұсында аяқастыру және екі жаққа жазу. Қолды артқа қою; оларды бүгіп, жазу, қолды шапалақтау, қолдарды алға-артқа сермеу, саусақтарды бұгу және ашу. 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 8</p>	<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: 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. 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 14</p>	<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: «Қояным, қояным тұршы» ойынын ойнау. Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы Картатект 16</p>

<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, оң және сол қолмен қашықтыққа, лақтыруды үйрету.</p> <p>Бірлес Али</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, оң және сол қолмен қашықтыққа, лақтыруды үйрету.</p> <p>Кансултанова Айсана</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>биіктіктен және ұзындыққа секіреуді қайталау.</p> <p>Қуанышкерей Дінмұхаммед</p>
--	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 01-05 желтоқсан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Мақсаты: Қолдың білектерін, иық белдеуінің бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар. Қолды алға, жоғары, екі жаққа көтеру; қолды кеуде тұсында аяқастыру және екі жаққа жазу. Қолды артқа қою; оларды бүгіп, жазу, қолды шапалақтау, қолдарды алға-артқа сермеу, саусақтарды бұғу және ашу. 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</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Мақсаты: Қолдың білектерін, иық белдеуінің бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар. Қолды алға, жоғары, екі жаққа көтеру; қолды кеуде тұсында аяқастыру және екі жаққа жазу. Қолды артқа қою; оларды бүгіп, жазу, қолды шапалақтау, қолдарды алға-артқа сермеу, саусақтарды бұғу және ашу. 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 13</p>	<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: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 9</p>

<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып,шашырап жүруді үйрету. Нурлан Көзайым</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, оң және сол қолмен қашықтыққа, лақтыруды үйрету. Қуаныш Еркежан</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: жартылай отырып, жүреді, сапта бір-бірлеп, шеңбер бойымен, шашырап, заттарды айналып, аяқтың ұшымен, әр түрлі бағытта жүгіреді: Елеген Бектас</p>
---	--	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 08-12 желтоқсан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Баланы күн тәртібіне біртіндеп үйрету. Мақсаты: Тамақтану алдында және лас болған кезде қолын жуу, 1 жас 1 ай - 1 жас 3 айда қою тамақты қасықпен өз бетінше жеуге, ал 1 жас 6 айда – сорпа тамақты ішуге үйрету (нанды сорпамен бірге ішу, тек өз тәрелкесіндегі тамақты ішу), ересектің көмегімен майлықты қолдану, тамақтан соң ересектерге ілтипат білдіру. 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: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау. Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 5</p>	<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: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 17</p>	<p>Негізгі қимылдар: Кеудеге арналған жаттығулар: Мақсаты: Допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға – оңға) бұрылу; ЖДЖ: аяқты бұғу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). жасау. 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: Кеудеге арналған жаттығу жасау. Картатект 10</p>

<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып,шашырап жүруді үйрету. Қалиолла Арнұр</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, тік нысанға заттарды лақтыруды үйрету. Сағынғали Қайсар</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып,шашырап жүруді үйрету. Амангельдиева Самина</p>
---	--	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 15-19 желтоқсан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Негізгі қимылдар: Кеудеге арналған жаттығулар: Мақсаты: Допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға – оңға) бұрылу; ЖДЖ: аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). жасау. 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: Кеудеге арналған жаттығу жасау. Картатект 16</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Мақсаты: 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, 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. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Ойын: «Көжектің үйі» ойыны. Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 13</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Мақсаты: 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, 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. Допты қақпа арқылы домалату. 2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. Ойын: «Кім жылдам?» ойыны. Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 6</p>

<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, қабырғаға өрмелеуді үйрету.</p> <p>Маратов Бекнұр</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>биіктіктен және ұзындыққа секіреуді қайталау.</p> <p>Шапиренко Роман</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>биіктіктен және ұзындыққа секіреуді қайталау.</p> <p>Сергеев Константин</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 22-26 желтоқсан 2025 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<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.</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: «Апандағы аю» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>Картатект 7</p>	<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.</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: 1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.</p> <p>Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p> <p>Картатект 14</p>	<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.</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» ойыны.</p> <p>Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p> <p>Картатект 19</p>

Баламен жеке жұмыс: Заттарды нысанаға тік лақтыруды үйрету. Нурекешов Аңсар	Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, қабырғаға өрмелеуді үйрету. Сырым Шахназ	Баламен жеке жұмыс: Заттарды нысанаға тік лақтыруды үйрету. Асқар Хадиша

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

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

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Мақсаты: Қолдың білектерін, иық белдеуінің бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар. Қолды алға, жоғары, екі жаққа көтеру; қолды кеуде тұсында аяқастыру және екі жаққа жазу. Қолды артқа қою; оларды бүгіп, жазу, қолды шапалақтау, қолдарды алға-артқа сермеу, саусақтарды бүгу және ашу. 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 11</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Мақсаты: 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, 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: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 3</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 8</p>

<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>Заттарды нысанаға тік лақтыруды үйрету. Абдешова Амина</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>Заттарды нысанаға тік лақтыруды үйрету. Ерсайын Тәуекел</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, қабырғаға өрмелеуді үйрету. Асқар Альберт</p>
---	--	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 05-09 қаңтар 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Спорттық жаттығулар.</p> <p>Мақсаты: Шанамен сырғанау: шанаға отырып, төбешіктен сырғанауға, шананы жібінен сүйретуге, ойыншықтарды шанамен сырғанатуға үйрету;.</p> <p>Мүзды 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: «Апандағы аю» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>Картатект 6</p>	<p>Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыту.</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 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: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p> <p>Картатект 18</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығулар:</p> <p>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.</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: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>

		Картатект 12
Баламен жеке жұмыс: Заттарды нысанаға тік лақтыруды үйрету. Джантурина Әмина	Баламен жеке жұмыс: биіктіктен және ұзындыққа секіреуді қайталау. Дуйсенов Дарын	Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, қабырғаға өрмелеуді үйрету. Насен Ханнайза

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 12-16 қаңтар 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<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: 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.</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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 15</p>	<p>Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыту. 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. 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 10</p>

Картатект 9		
<p>Баламен жеке жұмыс: биіктіктен және ұзындыққа секіреуді қайталау. Марат Кәусар</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: оң және сол қолмен қашықтыққа, көлденең нысанаға, тік нысанаға заттарды лақтырады: Жұмагелді Жайық</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, қабырғаға өрмелеуді үйрету. Серік Раяна</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 19-23 қаңтар 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<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: 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.</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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 14</p>	<p>Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыту. 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. 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 4</p>

<p>Тыныс алу жаттығуын жасау.</p> <p>Картатект 1</p>		
<p>Баламен жеке жұмыс: биіктіктен және ұзындыққа секіреуді қайталау. Маратов Бекнұр</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Заттарды нысанаға тік лақтыруды үйрету. Жұмагелді Еділ</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: биіктіктен және ұзындыққа секіреуді қайталау. Кабдыкаирова Хадиджа</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 26-30 қаңтар 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<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: 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 6</p>	<p>Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыту. 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. 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 13</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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 17</p>

Баламен жеке жұмыс: заттарды айналып, аяқтың ұшымен жүруді қайталау. Мұратбек Зере	Баламен жеке жұмыс: өзіне-өзі қызмет көрсетудің бастапқы дағдыларын қалыптастыру. Серік Айназ	Баламен жеке жұмыс: сапта бір-бірлеп жүруді қайталау, шеңбер бойымен жүруді үйрету. Қуаныш Еркежан

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 02-06 ақпан 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Құстаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</p> <p>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).</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: «Апандағы аю» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>Картатект 8</p>	<p>Еңбектеу, өрмелеу.</p> <p>Мақсаты: Бөренеден (диаметрі 15-20 см) аттап өту, 35-40 см жоғары қойылған арқанның астынан еңбектеу, құрсаудан еңбектеп өту (диаметрі 45 см).</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. Допты қақпа арқылы домалату.2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту. <p>Ойын: «Көжектің үйі» ойыны.</p> <p>Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p> <p>Картатект 5</p>	<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: «Апандағы аю» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>Картатект 12</p>

<p>Баламен жеке жұмыс: сапта бір-бірлеп жүруді қайталау, шеңбер бойымен жүруді үйрету. Жигербаев Айсултан</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: сапта бір-бірлеп жүруді қайталау, шеңбер бойымен жүруді үйрету. Қуанышкерей Дінмұхаммед</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: өзіне-өзі қызмет көрсетудің бастапқы дағдыларын қалыптастыру. Мади Инаят</p>
---	--	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 09 -13 ақпан 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Мақсаты: 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, 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.</p> <p>ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айкастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.</p> <p>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.</p> <p>Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Мақсаты: 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, 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.</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: «Апандағы аю» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>Картатект 7</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығулар: Мақсаты: 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, 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.</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» ойыны.</p> <p>Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.</p> <p>Картатект 16</p>

Картатект 4		
Баламен жеке жұмыс: әр түрлі бағытта жүгіруді қайталау. Ануарбек Медина	Баламен жеке жұмыс: өзіне-өзі қызмет көрсетудің бастапқы дағдыларын қалыптастыру. Жанболат Нурислам	Баламен жеке жұмыс: әр түрлі бағытта жүгіруді қайталау. Бірлес Али

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 16 -20 ақпан 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<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: «Көжектің үйі» ойыны. Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 2</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 9</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: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 4</p>

Баламен жеке жұмыс: әр түрлі бағытта жүгіруді қайталау. Айтуаров Ернар	Баламен жеке жұмыс: өзіне-өзі қызмет көрсетудің бастапқы дағдыларын қалыптастыру. Сағынғали Қайсар	Баламен жеке жұмыс: әр түрлі бағытта жүгіруді қайталау. Оразғали Амина
---	--	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 23 -27 ақпан 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<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: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 22</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. Бірнеше доға астынан еңбектеу. 2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 9</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: «Көжектің үйі» ойыны. Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау. Картатект 11</p>

Баламен жеке жұмыс: өзіне-өзі қызмет көрсетудің бастапқы дағдыларын қалыптастыру. Бақытжан Інжу	Баламен жеке жұмыс: күнделікті гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін қайталау. Еркеғали Жібек	Баламен жеке жұмыс: өзіне-өзі қызмет көрсетудің бастапқы дағдыларын қалыптастыру. Елеген Бектас
---	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 02-06 наурыз 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.</p> <p>Мақсаты: Киініп-шешіну кезінде: киімдерін белгілі тәртіппен шешу және кию, оларды дұрыс бүктеу.</p> <p>Түбекке сұрану, өз түбегінің орнын білу, тек өз түбегіне отыру.</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> <p>1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру.</p> <p>Ойын: «Маған қарай еңбекте» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау.</p> <p>Картатект 2</p>	<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</p> <p>Мақсаты: Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.</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> <p>1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.</p> <p>2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.</p> <p>Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>Картатект 6</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығулар.</p> <p>Мақсаты: Қолдың білектерін, иық белдеуінің бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар.</p> <p>Қолды алға, жоғары, екі жаққа көтеру; қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жаққа жазу. Қолды артқа қою; оларды бүгіп, жазу, қолды шапалақтау, қолдарды алға-артқа сермеу, саусақтарды бүгу және ашу.</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> <p>1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.</p> <p>Ойын: «Қояным, қояным тұршы» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p> <p>Картатект 11</p>

<p>Баламен жеке жұмыс: күнделікті гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін қайталау. Кабдыкаирова Хадиджа</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: өзіне-өзі қызмет көрсетудің бастапқы дағдыларын қалыптастыру. Мухтар Лесбек</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: өзіне-өзі қызмет көрсетудің бастапқы дағдыларын қалыптастыру. Нурлан Көзайым</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 09 -13 наурыз 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
	<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: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 7</p>	<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Мақсаты: Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. 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 14</p>

	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>күнделікті гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін қайталау.</p> <p>Абдешова Амина</p>	<p>Баламен жеке жұмыс:</p> <p>күнделікті гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін қайталау.</p> <p>Нурекешов Аңсар</p>
--	---	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 16 -20 наурыз 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Мақсаты: Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. 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 5</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Мақсаты: Қолдың білектерін, иық белдеуінің бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар. Қолды алға, жоғары, екі жаққа көтеру; қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жаққа жазу. Қолды артқа қою; оларды бүгіп, жазу, қолды шапалақтау, қолдарды алға-артқа сермеу, саусақтарды бүгу және ашу. 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 12</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Мақсаты: Арқаның бұлшық еттерін және омыртқаның иілгіштік қасиетін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар. Жанында тұрған (отырған) адамға қолындағы заттарды беріп, оңға-солға бұрылу. Алға және екі жаққа еңкею. Еденде отырып, аяқтарды кезекпен бүгу және жазу. Шалқасынан жатқан қалыпта аяқтарын көтеру және түсіру. Тізерлеп тұрып, өкшеге отыру және тұру. 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</p>

		ойнау. Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау. Картатект 8
Баламен жеке жұмыс: күнделікті гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін қайталау. Серік Раяна	Баламен жеке жұмыс: күнделікті гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін қайталау. Наурызбаев Ахмад	Баламен жеке жұмыс: күнделікті гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін қайталау. Амангельдиева Самина

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 23 -27 наурыз 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
		<p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Мақсаты: Арқаның бұлшық еттерін және омыртқаның иілгіштік қасиетін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар. Жанында тұрған (отырған) адамға қолындағы заттарды беріп, оңға-солға бұрылу. Алға және екі жаққа еңкею. Еденде отырып, аяқтарды кезекпен бұгу және жазу. Шалқасынан жатқан қалыпта аяқтарын көтеру және түсіру. Тізерлеп тұрып, өкшеге отыру және тұру.</p> <p>Іштің және аяқтың бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар.</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: «Қояным, қояным тұршы» ойынын ойнау.</p>

		Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы Картатект 22
		Баламен жеке жұмыс: күнделікті гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін қайталау. Жигербаев Айсултан

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 30 наурыз 03 сәуір 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Жалпы дамытушы жаттығулар.</p> <p>Мақсаты: Қолдың білектерін, иық белдеуінің бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар.</p> <p>Қолды алға, жоғары, екі жаққа көтеру; қолды кеуде тұсында аяқастыру және екі жаққа жазу. Қолды артқа қою; оларды бүгіп, жазу, қолды шапалақтау, қолдарды алға-артқа сермеу, саусақтарды бұгу және ашу.</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> <p>1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.</p> <p>Ойын: «Қояным, қояным тұршы» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p> <p>Картатект 14</p>	<p>Жалпы дамытушы жаттығулар.</p> <p>Мақсаты: Қолдың білектерін, иық белдеуінің бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар.</p> <p>Қолды алға, жоғары, екі жаққа көтеру; қолды кеуде тұсында аяқастыру және екі жаққа жазу. Қолды артқа қою; оларды бүгіп, жазу, қолды шапалақтау, қолдарды алға-артқа сермеу, саусақтарды бұгу және ашу.</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> <p>1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.</p> <p>Ойын: «Қояным, қояным тұршы» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p> <p>Картатект 19</p>	<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</p> <p>Мақсаты: Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.</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> <p>1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.</p> <p>Ойын: «Қояным, қояным тұршы» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p> <p>Картатект 8</p>

<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, жүруді үйрету. Асқар Омар</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, жүруді үйрету. Құрманғали Абдуллах</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, жүруді үйрету. Бахсих Жансая</p>
--	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 06 - 10 сәуір 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Мақсаты: Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. 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 12</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: «Маған қарай еңбекте» ойынын ойнау. Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау. Картатект 14</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: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 8</p>

<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, жүруді үйрету. Насен Ханнайза</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, тізені жоғары көтеріп, жүруді үйрету. Шапиренко Роман</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, аяқтың ұшымен, жүруді үйрету. Мұратбек Зере</p>
--	--	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 13 - 17 сәуір 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.</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: «Апандағы аю» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>Картатект 16</p>	<p>Домалату, лақтыру.</p> <p>Мақсаты: Допты шағын төбешіктен домалату; допты тәрбиешіге, балаға домалату және лақтыру; допты алға, жоғары лақтыру, бала кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру.</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: «Апандағы аю» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>Картатект 5</p>	<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары.</p> <p>Мақсаты: Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.</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. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. <p>Ойын: «Қояным, қояным тұршы» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p> <p>Картатект 9</p>

<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, жүруді қайталау. Елеген Бектас</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, жүруді қайталау. Абдешова Амина</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, жүруді қайталау. Серік Раяна</p>
---	--	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 20 - 24 сәуір 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<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: 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 20</p>	<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: 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 13</p>	<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: «Қояным, қояным тұршы» ойынын ойнау. Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы Картатект 5</p>

<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, жүруді қайталау. Маратов Бекнұр</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, аяқтың ұшымен, жүруді қайталау. Жұмагелді Еділ</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, тізені жоғары көтеріп, жүруді қайталау. Арматов Марлен</p>

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 27 сәуір – 01 мамыр 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Мақсаты: Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету. 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 17</p>	<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: 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 3</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: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 10</p>

<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, тізені жоғары көтеріп, жүруді қайталау. Ерсайын Тәуекел</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: заттардың арасымен еңбектеуді қайталау. Серік Айназ</p>	<p>Баламен жеке жұмыс: Жалпы дамытушы жаттығуларды қайталай отырып, тізені жоғары көтеріп, жүруді қайталау. Кабдыкаирова Хадиджа</p>
--	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 04-08 мамыр 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Мақсаты: Сауықтыру-шынықтыру шараларын табиғи факторларды (ауа, күн, су) пайдаланып, жүргізу. Топ бөлмелерінде тұрақты ауа температурасын (+21-22°C) сақтау. Балаларға топта жеңіл киімдер кигізу. 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 7</p>	<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Мақсаты: Ұйқыдан кейін және күні бойы киініп-шешіну кезінде балаларды шынықтыруды жүзеге асыру. Ауа-райы жағдайын ескере отырып, күн сайын серуендер ұйымдастыру. 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 5</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: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 18</p>

Баламен жеке жұмыс: тізені жоғары көтеріп, жүруді қайталау. Айтуаров Ернар	Баламен жеке жұмыс: заттардың арасымен еңбектеуді қайталау. Сырым Шахназ	Баламен жеке жұмыс: тізені жоғары көтеріп, жүруді қайталау. Аймурзин Мәлік
---	---	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 11 -15 мамыр 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.</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"> Бірнеше доға астынан еңбектеу. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау. <p>Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.</p> <p>Картатект 11</p>	<p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.</p> <p>Мақсаты: Киініп-шешіну кезінде: киімдерін белгілі тәртіппен шешу және кию, оларды дұрыс бүктеу.</p> <p>Түбекке сұрану, өз түбегінің орнын білу, тек өз түбегіне отыру.</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"> Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен шеңбер бойынша, аяқтың ұшымен жүгіру. <p>Ойын: «Маған қарай еңбекте» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау.</p> <p>Картатект 12</p>	<p>Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.</p> <p>Мақсаты: Ескерткен кезде қол орамалды қалтасынан өзі алып мұрнын сүрту және қайта салу.</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"> Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. <p>Ойын: «Қояным, қояным тұршы» ойынын ойнау.</p> <p>Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы</p> <p>Картатект 6</p>

Баламен жеке жұмыс: заттардың арасымен еңбектеуді қайталау. Мақсот Еркеназ	Баламен жеке жұмыс: заттардың арасымен еңбектеуді қайталау. Мухтар Лесбек	Баламен жеке жұмыс: заттардың арасымен еңбектеуді қайталау. Сергеев Константин
---	--	---

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 18 -22 мамыр 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Мақсаты: Сауықтыру-шынықтыру шараларын табиғи факторларды (ауа, күн, су) пайдаланып, жүргізу. Топ бөлмелерінде тұрақты ауа температурасын (+21-22°C) сақтау. Балаларға топта жеңіл киімдер кигізу. 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 20</p>	<p>Сауықтыру-шынықтыру шаралары. Мақсаты: Ұйқыдан кейін және күні бойы киініп-шешіну кезінде балаларды шынықтыруды жүзеге асыру. Ауа-райы жағдайын ескере отырып, күн сайын серуендер ұйымдастыру. 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 22</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: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 5</p>

Баламен жеке жұмыс: көлденең нысанаға, лақтыруды қайталау. Жанболат Нурислам	Баламен жеке жұмыс: алға қарай жылжып, жүру мен жүгіруді қайталау. Бірлес Али	Баламен жеке жұмыс: оң және сол қолмен қашықтыққа, лақыруды қайталау. Ерсайын Тәуекел
---	--	--

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы:

«Астана» бөбекжайы

Топ: «Айналайын» «Еркем-ай» ортаңғы тобы

Балалардың жасы: 3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 25 -29 мамыр 2026 жыл

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Кустаубаева Ж.С.

Дүйсенбі	Сейсенбі Сәрсенбі	Бейсенбі
<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: «Апандағы аю» ойынын ойнау. Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу. Картатект 18</p>	<p>Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Құрсаудан құрсауға өтуге үйрету; модульге немесе гимнастикалық скамейкаға көтерілуге және одан түсуге үйрету. Еденнен 12–18 см жоғары көтерілген арқаннан немесе таяқтан аттап жүру. 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. 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 14</p>	<p>Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Педагогтің артынан жүру, жұптасып жүру, шеңбер бойымен қол ұстасып жүру, қарқынды өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүгіруге ауысу, Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. Берілген белгіге көңіл аударуға дағдыландыру. Табан, тізе бұлшықеттерін нығайту. 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 8</p>

Баламен жеке жұмыс: алға қарай жылжып, жүру мен жүгіруді қайталау. Маратов Бекнұр	Баламен жеке жұмыс: алға қарай жылжып, жүру мен жүгіруді қайталау. Еркеғали Жібек	Баламен жеке жұмыс: оң және сол қолмен қашықтыққа, лақыруды қайталау. Маратова Айя
--	--	---

