

Әлкенің аты
Аманжол

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы №41 «Назерке» бөбекжай-бағабакшасы
Топ №1 «Ақбота» №7 «Күншуақ» мектепалды
Балалардың жасы 5жас
Жоспардың құрылу кезеңі 29желтоқсан -02 қаңтар 2025 жыл
Дене шынықтыру жетекшісі: Изаева Айнур Жанатовна

Дүйсенбі 29.12.2025ж 08:15-08:30	Сейсенбі 30.12.2025ж 08:15-08:30	Сәрсенбі 31.12.2026ж 08:15-08:30	Бейсенбі 01.01.2026ж 08:15-08:30	Жұма 02.01.2026ж 08:15-08:30
<p>Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p> <p>09.45-10.05№7 «Күншуақ»Негізгі кимындар Жүру: Жүру мақсат:Әртүрлі бағытта және берілген бағытта шеңбер бойымен, қолдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүруге үйрету ЖДЖ:Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар мақсаты: Қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу. «Адал азамат» «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы:«Ұлттық ойын-ұлт қазынасы» «Ханталапай»</p> <p>Қимылды ойын: «Эстафеталық» мақсаты: Балаларды дене жаттығуларын жасауға үйрету.</p>	<p>Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p> <p>10.40-11.05 №1 «Ақбота» Негізгі кимындар Жүру: Жүру мақсат:Әртүрлі бағытта және берілген бағытта шеңбер бойымен, қолдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүруге үйрету ЖДЖ:Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар мақсаты: Қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу. «Адал азамат» «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы:«Ұлттық ойын-ұлт қазынасы» «Ханталапай»</p>	<p>Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p> <p>09.45-10.10№7«Күншуақ» Негізгі кимындар Мақсаты:Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру: Сап және қатарға тұру жаттығуларын үйрену.Сапқа және қатарға тұру кезінде қолданылатын команда түрлері мыналар «сапқа тұрындар!» «түзеліндер!» «тік тұр!» «еркін тұр!» ЖДЖ:Аяққа арналған жаттығулар мақсаты: Қолды тізеге қойып отырып-тұру; «Адал азамат» «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы: Бестемше:«Ұлттық ойын-ұлт қазынасы»</p> <p>Қимылды ойын: «Құлағып алмай анар»</p> <p>Мақсаты: Балалардың дене қимыл қозғалыстарын дамытып, тепе-теңдікті,</p>	<p>Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p>	<p>Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p>

	<p>Қимылды ойын: «Эстафеталық» мақсаты: Балаларды жаттығуларын үйрету. Дене жасауға</p>	<p>дәлдікті сақтай білуге үйрету. Арқаларын түзу ұстап, дұрыс жүруге дағдыландырып, тәрбиелеу. «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы</p>		
--	--	---	--	--

Максимум
5 балл

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы №41 «Назерке» бөбекжай-балабақшасы
Топ №1 «Ақбота», №7 «Күншуақ» мектепалды тобы
Балалардың жасы 5-жас
Жоспардың құрылу кезеңі 05-09 қаңтар 2026 жыл
Дене шынықтыру жетекшісі Избаева Айнура Жанатовна

<p>Дүйсенбі 05.01.2026ж 08:15-08:30</p> <p>Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p>	<p>Сейсенбі 06.01.2026ж 08:15-08:30</p> <p>Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p>	<p>Сәрсенбі 07.01.2026ж 08:15-08:30</p> <p>Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p>	<p>Бейсенбі 08.01.2026ж 08:15-08:30</p> <p>Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p>	<p>Жұма 09.01.2026ж 08:15-08:30</p> <p>Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p>
<p>09.45-10.05 №7 «Күншуақ» Негізгі кимылдар Мақсаты: Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Адамның денсаулығына гигиена мен күн тәртібінің ықпалы туралы түсініктерді кеңейту. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту. Адал азамат «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы: «Ұлттық</p>	<p>10.40-11.05 №1 «Ақбота» Негізгі кимылдар Лактыру, домалату, қағып алу мақсаты: допты жоғары, жіптің үстінен лактыру және екі қолымен, бір қолымен (он және сол қолын алмастыру) қағып алуде үйрету. Адал азамат «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы: «Ұлттық ойын-ұлт қазынасы» «Шанырақ» ЖДЖ: Арқаға арналған жаттығулар мақсаты: отырып алға, артқа еңкею (5-6 рет), Қимылды</p>	<p>10.20-10.45 №1 «Ақбота» Негізгі кимылдар Жүгіру мақсаты: Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, ертүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап, бірінің соңынан бірі (20 метр дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіруге үйрету. ЖДЖ: Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар мақсаты: Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жүптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді. Адал азамат «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы: «Ұлттық ойын-ұлт қазынасы» «Арқан тартыс»</p>	<p>10.15-10.40 №1 «Ақбота» Негізгі кимылдар Жүгіру мақсаты: Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, ертүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап, бірінің соңынан бірі (20 метр дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіруге үйрету. ЖДЖ: Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар мақсаты: Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жүптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді. Адал азамат «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы: «Ұлттық ойын-ұлт қазынасы» «Арқан тартыс» Қимылды ойын: «Аю мен қояндар» Мақсаты: Балаларды қоян болып секіруге, аюдан қорғануға үйрету. Аланның бір жағына аю, келесі жақта қояндарға орын</p>	

<p>ойын-ұлт қазынасы»</p> <p>«Көкпар тарту»</p> <p>Кимылды ойын: «Аю мен қояндар»</p> <p>Максаты:Балаларды қоян болып секіруге,аюдан қорғануға үйрету.Аланнның бір жағына аю,келесі жақта қояндарға орын белгіленеді.Әрбір үйде 4-5 қоян болады.Белгі бойынша қоянар үйінен шығып,жайлымда қос аяқпен жүреді.Тәрбиші аю дегенде қояндар үйлеріне жүгіреді.Аю балаларды ұстап алады.Ойын бірнәшірет қайталаналды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындау.</p>	<p>ойын: «Сақина лақтыру»</p> <p>Максаты:Балалардың қол бұлшықеттері мен көздің жақсы көруін жетілдіріп,жақсарту. Есте сақтау,ойлау қабілеттерін дамыту.Тепе-теңдікті,делдікті сақтай білуге тәрбиелеу.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындау.</p>		<p>Кимылды ойын: «Аю мен қояндар»Максаты:Балаларды қоян болып секіруге,аюдан қорғануға үйрету.Аланнның бір жағына аю,келесі жақта қояндарға орын белгіленеді.Әрбір үйде 4-5 қоян болады.Белгі бойынша қоянар үйінен шығып,жайлымда қос аяқпен жүреді.Тәрбиші аю дегенде қояндар үйлеріне жүгіреді.Аю балаларды ұстап алады.Ойын бірнәшірет қайталаналды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындау.</p>	<p>белгіленеді.Әрбір үйде 4-5 қоян болады.Белгі бойынша қоянар үйінен шығып,жайлымда қос аяқпен жүреді.Тәрбиші аю дегенде қояндар үйлеріне жүгіреді.Аю балаларды ұстап алады.Ойын бірнәшірет қайталаналды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындау.</p> <p>09.20-09.45 №7 «Күншуақ»</p> <p>Негізгі кимылдар</p> <p>Лақтыру, домалату, қағып алу максаты: допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (он және сол қолын алмастыру) қағып алуға үйрету.</p> <p>ЖДЖ:Арқаға арналған жаттығулар максаты: отырып алға, артқа еңкею (5—6 рет),</p> <p>Адал азамат «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы: «Ұлттық ойын-ұлт қазынасы» «Арқан тартыс»Ұлттық ойын: «Шаньрақ»Кимылды ойын«Сақина лақтыру»Максаты:Балалардың қол бұлшықеттері мен көздің жақсы көруін жетілдіріп,жақсарту. Есте сақтау,ойлау қабілеттерін дамыту.Тепе-теңдікті,делдікті сақтай білуге тәрбиелеу.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындау.</p>
--	---	--	---	---

Назерке
Жула

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы №41 «Назерке» бөбекжай-балабақшасы
Топ №1 «Ақбота» №7 «Күншуақ» мектепалды тобы
Балалардың жасы 5-жас
Жоспардың құрылу кезеңі 12-16 қаңтар 2026 жыл

Дене шынықтыру жетекшісі Избаева Айнур Жанатовна

<p>Дүйсенбі 12.01.2026ж 08:15-08:30</p>	<p>Сейсенбі 13.01.2026ж 08:15-08:30</p>	<p>Сәрсенбі 14.01.2026ж 08:15-08:30</p>	<p>Бейсенбі 15.01.2026ж 08:15-08:30</p>	<p>Жұма 16.01.2026ж 08:15-08:30</p>
<p>Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p>	<p>Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p>	<p>Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p>	<p>Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p>	<p>Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p>
<p>09.45-10.05 №7 «Күншуақ» Негізгі кимылдар Төпе-теңдікті сақтау мақсаты: сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру, сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен жүруге үйрету. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар мақсаты: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту. Адал азамат «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы: «Ұлттық ойын-ұлт қазынасы» мақсаты: «Теңге алу» Екі</p>	<p>10.40-11.05 №1 «Ақбота» Негізгі кимылдар Төпе-теңдікті сақтау. Төпе-теңдікті сақтау мақсаты: сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру, сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен жүруге үйрету. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар мақсаты: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту. Адал азамат «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы: «Ұлттық</p>	<p>09.45-10.10 №7 «Күншуақ» Негізгі кимылдар Спорттық жаттығулар: Шанғымен жүру. Бірінің артынан бірі ауыспалы кадаммен алға жылжу. Адал азамат «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы: «Ұлттық ойын-ұлт қазынасы» «Арқан тартыс» Мақсаты: Балалар тең екі топқа бөлінеді. Тартысқа түскен екі топ бірін-бірі тартып, жердегі орталық сызықтан бұрын сүйретіп өткізіп әкетсе сол жағы ұтқан болады. ЖДЖ: Арқаға арналған жаттығулар мақсаты:</p>	<p>10.20-10.45 №1 «Ақбота» Негізгі кимылдар Еңбектеу, мақсаты: етпетіммен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеуге үйрету. Сауықтыру-шынықтыру шаралары мақсаты: Су температурасын біртіндеп төмендетіп отырып, қарапайым шараларды өз бетінше жүргізуге дағдыландыру, балалардың денсаулығын, шынықтыру құралдарының әсерлеріне бейімделу деңгейін ескеріп, қарама-қарсы темпратурадағы сумен шайыну, танертенгі жаттығуды орындауға қызығушылық тудыру, дене бітімін қалыптастыру және өкшелерді нығайтуға үйрету.</p>	<p>10.15-10.40 №1 «Ақбота» Негізгі кимылдар Еңбектеу, өрмелеу мақсаты: етпетіммен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеуге үйрету. ЖДЖ: Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар мақсаты: 3-5 метр қашықтықта екі қолын жерге қойып, жүруге (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды) үйрету. Адал азамат «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы: «Ұлттық ойын-ұлт қазынасы» Ұлттық ойын: «Асық ату» Мақсаты: Асық ату ұлттық ойын. Ойын арқылы балалардың қызыл іс-әрекетін дамыту. Асық ойыны күндіз де, түнде де ойналады. Күндізгісі-</p>

<p>топтан сайыскер шығарды да, сыздыққа келіп қатарласып тұрады, белгі бойынша шаба жөнеледі, шұңғырдағы тасты іліп алып әрі өтіп кетеді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Кім жылдам?» Мақсаты: Күштілікке, шапшандыққа, ептілікке баулу. Ойыншылар тең екі топқа бөлінеді де, бірінші топ ортаға келіп құрсауды ұстап шеңбер жасап отырады, екінші топ әуен бойынша жүгіріп, әуен тоқтағанда балалар жүгіріп келіп құрсауды ішімен өтіп кім бірінші допты алады.</p> <p>Тыныс алужаттығын орындау.</p>	<p>ойын-ұлт қазынасы»</p> <p>мақсаты: «Тенге алу» Екі топтан сайыскер шығарды да, сыздыққа келіп қатарласып тұрады, белгі бойынша шаба жөнеледі, шұңғырдағы тасты іліп алып әрі өтіп кетеді.</p> <p>Қимылды ойын «Кім жылдам?» Мақсаты: Күштілікке, шапшандыққа, ептілікке баулу. Ойыншылар тең екі топқа бөлінеді де, бірінші топ ортаға келіп құрсауды ұстап шеңбер жасап отырады, екінші топ жасап отырады, екінші топ әуен бойынша жүгіріп, әуен тоқтағанда балалар жүгіріп келіп құрсауды ішімен өтіп кім бірінші допты алады.</p> <p>Тыныс алужаттығын орындау.</p>	<p>отырып алға, артқа еңкею (5–6 рет),</p> <p>Қимылды ойын: «Шаңғы тебу» мақсаты: Балаларды тез қозғалуға үйрету.</p> <p>Тыныс алужаттығын орындау.</p>	<p>ЖДЖ: Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар мақсаты: 3-5 метр қашықтықта екі қолын жерге қойып, жүруге (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды) үйрету.</p> <p>Адал азамат «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы: «Ұлттық ойын-ұлт қазынасы»</p> <p>Ұлттық ойын: «Асық ату»</p> <p>Мақсаты: Асық ату ұлттық ойын. Ойын арқылы балалардың қимыл іс-әрекетін дамыту. Асық ойыны күндіз де, түнде де ойналады. Күндізгісі- мергендікке, түнгісі- ептілікке баулиды.</p> <p>Қимылды ойын: «Қар жинау» мақсаты: Балаларды аяқтарын жуып шаюға үйрету.</p> <p>Тыныс алужаттығын орындау.</p>	<p>мергендікке, түнгісі- ептілікке баулиды.</p> <p>Қимылды ойын: «Қар жинау» мақсаты: Балаларды аяқтарын жуып шаюға үйрету.</p> <p>09.20-09.45 №7 «Күншуақ»</p> <p>Негізгі қимылдар</p> <p>Шаңғымен жүру. Бірінің артынан бірі ауыспалы қадаммен алға жылжу.</p> <p>ЖДЖ: Арқаға арналған жаттығулар мақсаты: отырып алға, артқа еңкею (5–6 рет),</p> <p>Адал азамат «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы: «Ұлттық ойын-ұлт қазынасы» Ұлттық ойын: «Арқан тартыс» Мақсаты: Балалар тең екі топқа бөлінеді. Тартысқа түскен екі топ бірін-бірі тартып, жердегі орталық сызықтан бұрын сүйретіп өткізіп әкетсе сол жағы ұтқан болады.</p> <p>Қимылды ойын: «Шаңғы тебу» мақсаты: Балаларды тез қозғалуға үйрету.</p> <p>Тыныс алужаттығын орындау.</p>
--	--	--	---	--

Түзөтүлгөн
Аманжол

Тәрбиелеу - билим беруу процесинин циклограммасы

Билим беруу үйымы№41 «Назерке» бөбөкжай-баллабакшасы
Топ №1 «Акбота» ,№7 «Куншуак» мектепалды тобы
Балалардын жасы 5-жас
Жоспардын кұрылуу кезени 19-23 кантар 2026 жыл

Дене шыныктыруу жетекшиі Изабаева Айнуур Жанатовна

Дүйсенбі 19.01.2026ж 08:15-08:30	Сейсенбі 20.01.2026ж 08:15-08:30	Сарсенбі 21.01.2026ж 08:15-08:30	Бейсенбі 22.01.2026ж 08:15-08:30	Жума 23.01.2026ж 08:15-08:30
Танертенгілік жаттыгуу «Күй күмбірі»	Танертенгілік жаттыгуу «Күй күмбірі»	Танертенгілік жаттыгуу «Күй күмбірі»	Танертенгілік жаттыгуу «Күй күмбірі»	Танертенгілік жаттыгуу «Күй күмбірі»
09.45-10.05№7 «Куншуак» Негізгі кимыдар Журуу максаты: сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден журуу; аяктын үшыммен, аяктын ішкі және сырткы кырымен журуу үйрету. ЖДЖ:Колдын күшін жетілдіруге арналган жаттыгуулар максаты: Алга еңкейіп, алаканын еденге тигізу. «Біртутас тарбие» бағдарламасы:«Улттык ойын-үлт казынасы» «Аркан тартыс» Максаты:Балалар тен екі топка бөлінеді.Тартыска түскен екі топ бірін-бірі	10.40-11.05№1 «Акбота» Негізгі кимыдар Журуу максаты: сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден журуу; аяктын үшыммен, аяктын ішкі және сырткы кырымен журуу үйрету. ЖДЖ:Колдын күшін жетілдіруге арналган жаттыгуулар максаты: Алга еңкейіп, алаканын еденге тигізу. «Біртутас тарбие» бағдарламасы:«Ултты к ойын-үлт казынасы» «Аркан тартыс» Максаты:Балалар тен Максаты:Балалар тен топка	09.45-10.10№7 «Куншуак» Негізгі кимыдар Секіру максаты:бір орында тұрып, алга карай 3-4 метр кашыктыкка жылжу аркылы секіру, екі тізенін арасына капшыкты кыгыш алып, түзу багытта (аракашыктыгы 6 метр) кос аякпен секіруге үйрету. ЖДЖ:Аркага арналган жаттыгуулар максаты: отырып алга, артка еңкею (5-6 рет), «Біртутас тарбие» бағдарламасы:«Улттык ойын-үлт казынасы» «Көкпар тарту» Максаты:Балаларды ұлттык ойын аркылы татулыкка,адамгершілікке	10.20-10.45№1 «Акбота» Негізгі кимыдар Спорттык жаттыгуулар максаты: Хоккей элементтері. Берілген багытта какпага хоккей таякпен шайбаны сырғанату, оны какпага кіргізу. ЖДЖ:Аякка арналган жаттыгуулар максаты: аяктын үшына көтерілу. Кимылды ойын: «Хоккей» Максаты: Хоккей ойыны арнайы кыс	10.15-10.40№1 «Акбота» Негізгі кимыдар Спорттык жаттыгуулар максаты: Хоккей элементтері. Берілген багытта какпага хоккей таякпен шайбаны сырғанату, оны какпага кіргізу. ЖДЖ:Аякка арналган жаттыгуулар максаты: аяктын үшына көтерілу. «Біртутас тарбие» бағдарламасы: «Улттык ойын-үлт казынасы» «Асык ату» Кимылды ойын: «Хоккей» Максаты: Хоккей ойыны арнайы кыс мезгілде, балаларды екі командага бөліп далада ойнатылады.Шайбамен немесе доппен ойнататын спорт түрі. Тыныс алу жаттыгуын орындау. 09.20-09.45 №7 «Куншуак» Негізгі кимыдар

<p>тартып,жердегі орталык сызыктан бұрын сүйретіп өткізіп әкетсе сол жағы ұтқан болады.</p>	<p>бөлінеді.Тартысқа түскен екі топ бірін-бірі тартып,жердегі орталык сызыктан бұрын сүйретіп өткізіп әкетсе сол жағы ұтқан болады.</p>	<p>Баулу.Бір-біріне сыйластығын,достык қатынасын нығайту.Көкпаршылардың максаты- орталык шеңберде жатқан Көкпарды өз командасының отауына жеткізу.</p>	<p>Мезгілде,балаларды екі командаға бөліп далада ойнатылады.Шайбаме н немесе доппен ойнататын спорт түрі.</p>	<p>Секіру максаты:бір орында тұрып, алға қарай 3—4 метр қашықтыққа жылжу арқылы секіру, екі тізенің арасына қашықты қысып алып, тұзу бағытта (арақашықтығы 6 метр) қос аяқпен секіруге үйрету.</p> <p>Арқаға арналған жаттығулар максаты: отырып алға, артқа еңкею (5—6 рет), «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы:«Ұлттык ойын-ұлт қазынасы» «Көкпар тарту»</p> <p>Максаты:Балаларды ұлттык ойын арқылы татулыққа,адамгершілікке баулу.Бір-біріне деген сыйластығын,достык қарым қатынасын нығайту.Көкпаршылардың максаты-орталык шеңберде жатқан Көкпарды өз командасының отауына жеткізу.</p>
<p>Қимылды ойын «Футбол»</p> <p>Максаты:Ойынның негізгі максаты карсылас команданың қақпасына аяқпен немесе басқада дене мүшелермен (қолдан басқа) карсылас команда доп салу саннан көбірек доп салу болып табылады.</p> <p>Тыныс орындау.</p>	<p>Қимылды ойын: «Футбол»</p> <p>Максаты:Ойынның негізгі максаты карсылас команданың қақпасына аяқпен немесе басқада дене мүшелермен (қолдан басқа) карсылас команда доп салу болып табылады.</p>	<p>Қимылды ойын: «Аю мен қояндар»</p> <p>Максаты:Балаларды қоян болып секіруге,аюдан бір қорғануға үйрету.Аланның бір жағына аю,келесі жақта қояндарға орын белгіленеді.Әрбір үйде 4-5 қоян болады.Белгі бойынша қояндар үйінен шығып,жайлымда қос аяқпен жүреді.Тәрбиші аю дегенде қояндар үйлеріне жүгіреді.Аю балаларды ұстап алады.Ойын бірнәшірет қайталаналды.</p>	<p>Тыныс алужаттығуын орындау.</p>	<p>Қимылды ойын«Аю мен қояндар»</p> <p>Максаты:Балаларды қоян болып секіруге,аюдан қорғануға үйрету.Аланның бір жағына аю,келесі жақта қояндарға орын белгіленеді.Әрбір үйде 4-5 қоян болады.Белгі бойынша қояндар үйінен шығып,жайлымда қос аяқпен жүреді.Тәрбиші аю дегенде қояндар үйлеріне жүгіреді.Аю балаларды ұстап алады.Ойын бірнәшірет қайталаналды.</p>
<p>Тыныс орындау.</p>	<p>Тыныс орындау.</p>	<p>Тыныс алужаттығуын орындау.</p>	<p>Тыныс алужаттығуын орындау.</p>	<p>Тыныс алужаттығуын орындау.</p>

Шыңардын
жасау

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы №41 «Назерке» бөбекжай-балабақшасы
Топ №1 «Ақбота» №7 «Күншуақ» мектепалды тобы
Балалардың жасы 5-жас
Жоспардың құрылу кезеңі 26-30 қаңтар 2026 жыл
Дене шынықтыру жетекшісі Избаева Айнуур Жанатовна

<p>Дүйсенбі 26.01.2026ж 08:15-08:30 Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p>	<p>Сейсенбі 27.01.2026ж 08:15-08:30 Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p>	<p>Сәрсенбі 28.01.2026ж 08:15-08:30 Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p>	<p>Бейсенбі 29.01.2026ж 08:15-08:30 Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p>	<p>Жұма 30.01.2026ж 08:15-08:30 Танертенгілік жаттығу «Күй күмбірі»</p>
<p>09.45-10.05№7 «Күншуақ» Негізгі қимылдар Дербес қимыл Белсенділігі. Мақсаты: Науқасқа күтім жасау дағдыларын қалыптастыру: оған қамқорлық жасау, шуламау, оның өтініштері мен тапсырмаларын орындау. Науқастарға жанашырлық танытуға тәрбиелеу. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар мақсаты: аяқтың</p>	<p>10.40-11.05№1 «Ақбота» Негізгі қимылдар Тепе-теңдікті сақтау: Тепе-теңдікті сақтау мақсаты: сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру, сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен жүруге үйрету. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар мақсаты: аяқтың ұшына көтерілу, аяқтың ұшына алға созып, қолды алға жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p>	<p>09.45-10.10№7 «Күншуақ» Негізгі қимылдар Музыкалық-ырғақтық қимылдар. Мақсаты: Шамасы келетін еңбек тапсырмаларын, асханада кезекшілердің міндеттерін орындауға, түрлі балалар ерекеттеріне қажетті құралдарды дайындауға баулу. Адал азамат «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы: «Ұлттық ойын-ұлт қазынасы» «Тенге алу»</p>	<p>10.20-10.45№1 «Ақбота» Негізгі қимылдар Сауықтыру-шынықтыру шаралары мақсаты: Су температурасын біртіндеп төмендеті отырып, қарапайым шараларды өз бетінше жүргізуге дағдыландыру, балалардың денсаулығын, шынықтыру құралдарының әсерлеріне бейімделу денгейін ескеріп. ЖДЖ: Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар мақсаты:</p>	<p>10.15-10.40№1 «Ақбота» Негізгі қимылдар Сауықтыру-шынықтыру шаралары мақсаты: Су температурасын біртіндеп төмендеті отырып, қарапайым шараларды өз бетінше жүргізуге дағдыландыру, балалардың денсаулығын, шынықтыру құралдарының әсерлеріне бейімделу денгейін ескеріп. ЖДЖ: Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар мақсаты: Алға еңкейіп, алақанын еденге тигізу. Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді. Адал азамат «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы: «Ұлттық ойын-ұлт қазынасы» «Хангалапай»</p>
<p>ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар мақсаты: аяқтың</p>	<p>ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар мақсаты: аяқтың</p>	<p>ЖДЖ: Арқаға арналған жаттығулар мақсаты:</p>	<p>ЖДЖ: Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар мақсаты:</p>	<p>ЖДЖ: Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар мақсаты: аяқтың</p>

<p>ушына көтерілу, колды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); колды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p> <p>Адал азамат</p> <p>«Біртұтас тәрбие»</p> <p>«Біртұтас тәрбие» бағдарламасы: «Ұлттық ойын-ұлттық қазынасы»</p> <p>«Ханталапай»</p> <p>Қимылды ойын: «Ақсала»</p> <p>Максаты: Балалардың қысы ойындарға деген қызығушылығын дамыту. Қардан ақсала соғып, қар камалдар тұрғызуға болатынын үйрету.</p> <p>Тыныс алужаттығын орындау.</p>	<p>Адал азамат «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы: «Ұлттық ойын-ұлттық қазынасы»</p> <p>Максаты: «Теңге алу» Екі топтан сайыскер шығады да, сызыққа келіп қатарласып тұрады, белгі бойынша шаба жөнеледі, шұңғырдағы тасты іліп алып әрі өтіп кетеді.</p> <p>Қимылды ойын «Кім жылдам?»</p> <p>Максаты: Күштілікке, шапшандыққа, ептілікке баулу. Ойыншылар тең екі топқа бөлінеді де, бірінші топ ортаға келіп құрсауды ұстап шеңбер жасап отырады, екінші топ әуен бойынша жүгіріп, әуен тоқтағанда балалар жүгіріп келіп құрсауды ішімен өтіп кім бірінші допты алады.</p> <p>Тыныс алужаттығын орындау.</p>	<p>Отырып алға, артқа еңкею (5-6 рет),</p> <p>Қимылды ойын: «Біз көңілді балалар»</p> <p>Максаты: Балалардың көңіл-күйлерін көтеру. Спорттық би билеуді үйрету. Дене қимылдарын, бұлшықеттерін жетілдіру. Спортқа деген сүйспеншіліктерін арттыру.</p> <p>«Дені саудың-жаны сау» мақаланың мәнін түсіне білуге тәрбиелеу. Ойынның шарты. Балалар 3 топқа бөлініп, қолдарына жалаушаларды, ленталарды және сылдырмақтарды алып «Балақай» әніне спорттық би билейді. Тәрбиеші қай топ жақсы билегендерін атап айтады.</p> <p>Тыныс алужаттығын орындау.</p>	<p>Алға еңкейіп, алақаның еденге тигізу.</p> <p>Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді.</p> <p>Адал азамат «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы: «Ұлттық ойын-ұлттық қазынасы»</p> <p>«Қыз қуу»</p> <p>Қимылды ойын «Түрлі-түсті жұмыртқа»</p> <p>Максаты: Балалар екі командаға бөлініп, тепеңдікті сақтай отырып ағаш қасықта тұрған әр-түрлі жұмыртқаны түсірмей кедергіні айналып мереге жетеді.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындау.</p>	<p>жұмыртқаны түсірмей кедергіні айналып мереге жетеді. Тыныс алужаттығын орындау.</p> <p>09.20-09.45 №7 «Күншуақ»</p> <p>Негізгі қимылдар</p> <p>Музыкалық-ырғақтық қимылдар.</p> <p>Максаты: Шамасы келетін еңбек тапсырмаларын, асханада кезекшілердің міндеттерін орындауға, түрлі балалар ерекеттеріне қажетті құралдарды дайындауға баулу.</p> <p>ЖДЖ: Арқаға арналған жаттығулар максаты: отырып алға, артқа еңкею (5-6 рет),</p> <p>Адал азамат «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы: «Ұлттық ойын-ұлттық қазынасы» «Асық ату»</p> <p>Қимылды ойын: «Біз көңілді балалар»</p> <p>Максаты: Балалардың көңіл-күйлерін көтеру. Спорттық би билеуді үйрету. Дене қимылдарын, бұлшықеттерін жетілдіру. Спортқа деген сүйспеншіліктерін арттыру.</p> <p>«Дені саудың-жаны сау» мақаланың мәнін түсіне білуге тәрбиелеу. Ойынның шарты. Балалар 3 топқа бөлініп, қолдарына жалаушаларды, ленталарды сылдырмақтарды алып «Балақай» әніне спорттық би қимылдарын билейді. Тәрбиеші қай топ жақсы билегендерін атап айтады.</p> <p>Тыныс алужаттығын орындау.</p>
--	---	---	--	---