Бекітілді:

«Аяжан» жекеменшік балабақша

директоры Ирзабекова Д.О

2025-2026 оқу жылына арналған дене тәрбиесі бойынша тәрбие мен білім беру процесінің циклограммасы

Дене нұсқаушысы : Оразов Т.Д

2025-2026 жж

Scanned with CamScanner

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы
02-05.09.2025жыл

Дайындаған : Оразов Т.Д.
Тексерген:Ирзабекова Д.О

Дүйсенбі 01.09	Сейсенбі 02.09	Сәрсенбі 03.09	Бейенбі 04.09	Жұма 05.09
«Айгөлек» тобы **Міндеті: :**"Қол кеуденің алдында" қалпынан қолды жанына қарай созу, "қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу;алға-жоғары көтеру (алақанды сыртқа қарай айналдыру). **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** көлденең ілінген арқан, кедергі кеспекбөрене, доп. **Әдіс-тәсілдері**: топпен,жеке,жұппен**Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:** «жыланша» заттар арасымен иреленděп жүру. Тұрған жерінен ұзақтыққа 5-10см секіру . Құм дорбашаны аяқтың ішкі қырымен алу. **Қимылды ойын: «Мыршай» массажы**. Мыршай таңертең тұрды, Оңға қарап керілді, Солға	**«Болашақ» тобы** **Міндеті:**"Қол кеуденің алдында" қалпынан қолды жанына қарай созу, "қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу; алға-жоғары көтеру(алақанды сыртқа қарай айналдыру); **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** кедергілер, допшар. **Әдіс-тәсілдері**:топпен,жеке,жұппен . **Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:** «жыланша» заттар арасымениреленděп жүру. Тұрған жерінен ұзақтыққа 5-10см секіру . Құм дорбашаны	**«Айгөлек» тобы** **Міндеті:**"Қол кеуденің алдында"қалпынан қолды жанына қарай созу, "қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу; алға-жоғары көтеру (алақанды сыртқақарай айналдыру); **Әдіс-тәсілдері**: топпен,жеке,жұппен **Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:** «жыланша» заттар арасымен иреленděп жүру. Тұрған жеріненұзақтыққа 5-10см секіру . Құм дорбашаны аяқтың ішкі қырыменалу. **Қимылды ойын:«Алақанға алақан».**Аяқпенен топ-топ (3 рет) Айналдырамыз басты (3 рет)Кеудемізді ұрамыз. **Күтілетін нәтиже:**	**«Болашақ»** **«Айгөлек» тобы** **Міндеті:**"Қол кеуденің алдында" қалпынан қолды жанына қарай созу,"қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу; алға-жоғары көтеру (алақанды сыртқа қарай айналдыру);**Әдіс-тәсілдері**:топпен, жеке,жұппен **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** доптар,кедергілер. **Әдіс-тәсілдері**:топпен,жеке,жұппен **Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:** Заттар арасымен , құрсаларды домалату. Допты бір бірінен төменнен лақтыру және домалату, қағып алу (1,5м қащықтық) . Допты бастан асыра кедергі арқылы лақтыру (2м қашықтық). . **Күтілетін нәтиже:** Заттар арасымен , құрсаларды	**«Болашақ тобы** **Міндеті: :**"Қол кеуденің алдында" қалпынан қолды жанына қарай созу, "қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу;алға-жоғары көтеру (алақанды сыртқа қарай айналдыру). **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** көлденең ілінген арқан, кедергі кеспекбөрене, доп. **Әдіс-тәсілдері**: топпен,жеке,жұппен **Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:** «жыланша» заттар арасымен иреленděп жүру. Тұрған жерінен ұзақтыққа 5-10смсекіру . Құм дорбашаны аяқтың ішкі қырымен алу. **Қимылды ойын: «Мыршай» массажы**. Мыршай таңертең тұрды, Оңға қарап керілді, Солға қарап керілді, күнге созылды. Жұдырығын түйді. Денесін қолымен үйкелей бастады: Қолдарын, бүйірі мен аяғын. Қандай тамаша! Алақанымен денесін ақарын-ақарын шапалақтап ұра бастады. Қол-аяғын

қарап керілді, күнге созылды. Жұдырығын түйді. Денесін қолымен үйкелей бастады: Қолдарын, бүйірі мен аяғын. Қандай тамаша! Алақанымен денесін ақарын-ақарын шапалақтап ұра бастады. Қол-аяғын сипалады. Екі бүйірін де сипалауды ұмытпады. Әдемі екен неткен, Мыршай біздің көркем! **Күтілетін нәтиже:** Допты еденге лақтырып, қағып алады. Көлденең нысанға , алысқа, тура нысанға допты лақтырады. Тура бағытта 4-6 м арақашықтықта заттар арасымен «жыланша» ирелең жол салыпеңбектейді.	аяқтыңішкі қырымен алу. **Қимылды ойын: ұзындыққасекіру** **Күтілетін нәтиже:** Заттардыкедергілерді аяқты тізеден көтеріп аттап өтту, қозғалыс бағытын өзгертіп жүрді.	«Жыланша» ирелеңдеп, кедергілерден өтті. Бір орында тұрып алға қарай 3-4м қашықтыққа жылжу арқылы секірді. Тізенің арасына қапшықты қысып қос аяқтап, түзубағытта жүрді. Қос аяқпен секірді.	домалатты. Допты бір бірінен төменнен лақтырды және домалатты,қағып алды . Допты бастан асыра кедергі арқылы лақтырды	сипалады. Екі бүйірін де сипалауды ұмытпады. Әдемі екен неткен, Мыршай біздің көркем! **Күтілетін нәтиже:** Допты еденге лақтырып, қағып алады. Көлденең нысанға , алысқа, тура нысанға доптылақтырады. Тура бағытта 4-6 м арақашықтықта заттар арасымен «жыланша» ирелең жол салып еңбектейді.

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына
арналған тәрбиелеу - білім беру процесінің
циклограммасы

Дайындаған : Оразов Т.Д.
Тексерген:Ирзабекова Д.О

Қыркүйек айы 08-12.09.2025жыл

Дүйсенбі 08.09	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейенбі	Жұма
«Айгөлек» тобы **МіндетіЖүгіру: шашырап; жұптасып, бір қатармен, заттарды аттап, бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелеңдеп, кедергілерден өту арқылы, табиғи жағдайларда кедергілерден өту арқылы, түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру** **Қолданылатын құрал-**	**«Болашатобы** **Міндеті:**Жүгіру: шашырап; жұптасып, бір қатармен, заттарды аттап, бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелеңдеп, кедергілерден өту арқылы, табиғи жағдайларда кедергілерден өту арқылы, түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** кедергілер, доп	**«Айгөлек» тобы** **МіндетіЖүгіру: шашырап; жұптасып, бір қатармен, заттарды аттап, бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелеңдеп, кедергілерден өту арқылы, табиғи жағдайларда кедергілерден өту арқылы, түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру** **Әдіс-тәсілдері**:топпен,жеке,жұппен **Негізгі қимыл-қозғалыс**	**«Болашақ»** **«Айгөлек» тобы** **Міндеті::**"Жүгіру: шашырап; жұптасып, бір қатармен, заттарды аттап, бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелеңдеп, кедергілерден өту арқылы, табиғи жағдайларда кедергілерден өту арқылы, түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру **Әдіс-тәсілдері**:топпен,жеке,жұппен **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** доптар,кедергілер.	**«Болашақ» тобы** **Міндеті: :**Жүгіру: шашырап; жұптасып, бір қатармен, заттарды аттап, бір сызыққа қойылған заттар арасымен "жыланша" ирелеңдеп, кедергілерден өту арқылы, табиғи жағдайларда кедергілерден өту арқылы, түрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 мин тоқтаусыз жүгіру **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** көлденең ілінген арқан, кедергі кеспек бөрене, доп. **Әдіс-тәсілдері**:топпен,жеке,жұппен **Негізгі қимыл-қозғалыс**

жабдықтар: секіртпе, доптар,кедергілер. **Әдіс-тәсілдері**:топпен,жеке,жұппен. **Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:** 4-5 сызыққа орнында тұрып секіру. 20-25смбиіктікке секіру. Бір аяқпен секіру (4-5 рет оң және сол аяқпен) Қысқа секіртпемен секіру, демалып 2-3 реттен 10 рет секіру. **Қимылды ойын: Секіртпеменсекіру** **Күтілетін нәтиже:** 4-5 сызыққа орнында тұрыпсекірді. 20-25см биіктікке секірді. Бір аяқпен секірді. Қысқа секіртпемен секірді.	шар. **Әдіс-тәсілдері**:топпен,жеке,жұппен . **Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:** «жыланша» заттар арасыменирелеңдеп жүру. Тұрған жерінен ұзақтыққа 5-10см секіру . Құм дорбашаны аяқтыңішкі қырымен алу. **Қимылды ойын: ұзындыққасекіру** **Күтілетін нәтиже:** Заттардыкедергілерді аяқты тізеден көтеріп аттап өтту, қозғалысбағытын өзгертіп жүрді.	**жаттығулары:** «жыланша» заттар арасымен ирелеңдеп жүру. Тұрған жеріненұзақтыққа 5-10см секіру . Құм дорбашаны аяқтың ішкі қырыменалу. **Қимылды ойын:«Алақанға алақан».**Аяқпенен топ-топ (3 рет) Айналдырамыз басты (3 рет)Кеудемізді ұрамыз. **Күтілетін нәтиже:** «Жыланша» ирелеңдеп, кедергілерден өтті. Бір орында тұрып алға қарай 3-4м қашықтыққа жылжу арқылы секірді. Тізенің арасына қапшықты қысып қос аяқтап, түзубағытта жүрді. Қос аяқпен секірді.	**Әдіс-тәсілдері**:топпен,жеке,жұппен **Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:** Заттар арасымен , құрсаларды домалату. Допты бір бірінен төменнен лақтыру және домалату, қағып алу (1,5м қащықтық) . Допты бастан асыра кедергі арқылы лақтыру (2м қашықтық). . **Күтілетін нәтиже:** Заттар арасымен , құрсаларды домалатты. Допты бір бірінен төменнен лақтырды және домалатты,қағып алды . Допты бастан асыра кедергі арқылы лақтырды	**жаттығулары:** «жыланша» заттар арасымен ирелеңдеп жүру. Тұрған жерінен ұзақтыққа 5-10смсекіру . Құм дорбашаны аяқтың ішкі қырымен алу. **Қимылды ойын:** **«Мыршай» массажы**. Мыршай таңертең тұрды, Оңға қарап керілді, Солға қарап керілді, күнге созылды. Жұдырығын түйді. Денесін қолымен үйкелей бастады: Қолдарын, бүйірі мен аяғын. Қандай тамаша! Алақанымен денесін ақарын-ақарын шапалақтап ұра бастады. Қол-аяғын сипалады. Екі бүйрінде сипалауды ұмытпады. Әдемі екен неткен, Мыршай біздің көркем! **Күтілетін нәтиже:** Допты еденге лақтырып, қағып алады. Көлденең нысанға , алысқа, тура нысанға доптылақтырады. Тура бағытта 4-6 м арақашықтықта заттар арасымен «жыланша» ирелең жол салыпеңбектейді.

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Дайындаған :Оразов Т.Д.

Тексерген:Ирзабекова Д.О

Қыркүйек айы 15-19.09.2025жыл

Дүйсенбі 15.09	Сейсенбі 16.09	Сәрсенбі 17.09	Бейенбі 18.09	Жұма 19.09
«Айгөлек» **МіндетіЖүру.** Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен,өкшемен жүру; Тізеден бүгілген аяқты жоғарыкөтеру, заттарды аттап өту, түрлі қарқында, тәрбиешінің белгісімен тоқтау, қозғалыс бағытын өзгерту, шашырап, заттар арасымен, адымдап алға қарай жүру, қадамды алмастыра жүру, жүру мен жүгіруді қайталап кезектестіру; **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** секіртпе, доптар,кедергілер. **Әдіс-тәсілдері**:топпен, жеке, жұппен. **Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:** 4-5 сызыққа орнында тұрып	**«Болашақ»** **«Айгөлек» тобы** **Міндеті** **Жүру.** Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен,өкшемен жүру; Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеру, заттарды аттап өту, түрлі қарқында, тәрбиешінің белгісімен тоқтау, қозғалыс бағытын өзгерту, шашырап, заттар арасымен, адымдап алға қарай жүру, қадамды алмастыражүру, жүру мен жүгіруді қайталап кезектестіру **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** кедергілер, допшар. **Әдіс-тәсілдері**:топпен, жеке, жұппен. **Негізгі қимыл-**	**«Айгөлек» тобы** **Міндеті: Жүру.** Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен,өкшемен жүру; Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеру, заттарды аттап өту, түрлі қарқында, тәрбиешінің белгісімен тоқтау, қозғалыс бағытын өзгерту, шашырап, заттар арасымен, адымдап алға қарай жүру, қадамды алмастыра жүру,жүру мен жүгіруді қайталап кезектестіру **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** кедергілер, доп шар. **Әдіс-тәсілдері**: топпен, жеке, жұппен **Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:** «жыланша» заттар арасымен ирелеңдеп жүру. Тұрған жеріненұзақтыққа 5-10см секіру . Құм дорбашаны аяқтың ішкі қырымен алу.	**«Болашақ»** **«Айгөлек» тобы** **Міндеті:Жүру.** Сапта бір қатармен, ұшымен, өкшемен жүру; Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеру, заттарды аттап өту, түрлі қарқында, тәрбиешінің белгісімен тоқтау, қозғалыс бағытын өзгерту, шашырап, заттар арасымен, адымдапалға қарай жүру, қадамды алмастыра жүру, жүру мен жүгіруді қайталап кезектестіру **Әдіс-тәсілдері**: топпен, жеке, жұппен **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** доптар, кедергілер. **Әдіс-тәсілдері**: топпен, жеке, жұппен **Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:** Заттар арасымен , құрсаларды домалату. Допты бір бірінен төменнен лақтыру және домалату, қағып алу (1,5м	**«Болашақ» тобы** **Міндеті: :Жүру.** Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру; Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеру,заттарды аттап өту, түрлі қарқында, тәрбиешінің белгісімен тоқтау, қозғалысбағытын өзгерту, шашырап, заттар арасымен, адымдап алға қарай жүру, қадамды алмастыра жүру, жүру мен жүгіруді қайталап кезектестіру **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** көлденең ілінген арқан, кедергі кеспекбөрене, доп. **Әдіс-тәсілдері**: топпен, жеке, жұппен**Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:** «жыланша» заттар арасымен ирелеңдеп жүру. Тұрған жерінен ұзақтыққа 5-10смсекіру . Құм дорбашаны аяқтың ішкі қырымен алу. **Қимылды ойын:** **«Мыршай» массажы**. Мыршай таңертең тұрды, Оңға қарап керілді, Солға қарап керілді, күнге созылды. Жұдырығын түйді. Денесін қолымен

секіру. 20-25смбиіктікке секіру. Бір аяқпен секіру (4-5 рет оң және сол аяқпен) Қысқа секіртпемен секіру, демалып 2-3 реттен 10рет секіру. **Қимылды ойын: Секіртпеменсекіру** **Күтілетін нәтиже:** 4-5 сызыққа орнында тұрып секірді. 20-25см биіктікке секірді. Бір аяқпен секірді. Қысқа секіртпемен секірді.	**қозғалыс жаттығулары:** «жыланша» заттар арасыменирелеңдеп жүру. Тұрған жерінен ұзақтыққа 5-10см секіру . Құм дорбашаны аяқтың ішкі қырымен алу. **Қимылды ойын: ұзындыққасекіру** **Күтілетін нәтиже:** Заттарды кедергілерді аяқты тізеден көтеріп аттап өтту, қозғалыс бағытын өзгертіп жүрді.	**Қимылды ойын:«Алақанға алақан».**Аяқпенен топ-топ (3 рет) Айналдырамыз басты (3 рет)Кеудемізді ұрамыз. **Күтілетін нәтиже:** «Жыланша» ирелеңдеп, кедергілерден өтті. Бір орында тұрып алға қарай 3-4м қашықтыққа жылжу арқылы секірді. Тізенің арасына қапшықты қысып қос аяқтап, түзубағытта жүрді. Қос аяқпен секірді	қащықтық) . Допты бастан асыра кедергі арқылы лақтыру (2м қашықтық). . **Күтілетін нәтиже:** Заттар арасымен , құрсаларды домалатты. Допты бір бірінен төменнен лақтырды және домалатты,қағып алды . Допты бастан асыра кедергі арқылы лақтырды	үйкелей бастады: Қолдарын, бүйірі мен аяғын. Қандай тамаша! Алақанымен денесін ақарын-ақарын шапалақтап ұра бастады. Қол-аяғын сипалады. Екі бүйрінде сипалауды ұмытпады. Әдемі екен неткен, Мыршай біздің көркем! **Күтілетін нәтиже:** Допты еденге лақтырып, қағып алады. Көлденең нысанға , алысқа, тура нысанға доптылақтырады. Тура бағытта 4-6 м арақашықтықта заттар арасымен «жыланша» ирелең жол салып еңбектейді.

Дене тәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Дайындаған : Оразов Т.Д.

Тексерген: Ирзабекова Д.О

Қыркүйек айы 22-26.09.2025жыл

Дүйсенбі 22.09	Сейсенбі 23.09	Сәрсенбі 24.09	Бейенбі 25.09	Жұма 26.09
«Айгөлек» тобы **Міндеті:**"Қол кеуденің алдында" қалпынан қолды жанына қарай созу, "қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу; алға-жоғары көтеру(алақанды сыртқа қарай	**«Болашақ»» тобы** **Міндеті:**"Қол кеуденің алдында" қалпынан қолды жанына қарай созу, "қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу; алға-жоғары көтеру(алақанды сыртқа қарай	**«Айгөлек» тобы** **Міндеті:**"Қол кеуденің алдында"қалпынан қолды жанына қарай созу, "қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу; алға-жоғары көтеру (алақанды сыртқа қарай айналдыру);	**«Болашақ»** **«Айгөлек» тобы** **Міндеті::**"Қол кеуденің алдында" қалпынан қолды жанына қарай созу,"қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу; алға-жоғары көтеру (алақанды сыртқа қарай айналдыру);**Әдіс-**	**«Болашақ» тобы** **Міндеті: :**"Қол кеуденің алдында" қалпынан қолды жанына қарай созу, "қолды желкеге қою" қалпынан қолды жоғары көтеру және жанына қарай созу;алға-жоғары көтеру (алақанды сыртқа қарай айналдыру). **Қолданылатын құрал-жабдықтар:**

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу -білім беру процесінің циклограммасы

Дайындаған:Оразов Т
Тексерген:Ирзабекова Д.О

27.09-03.10.2025ж

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек» **Міндеті:**Допты басынан асыра(алғажәнеартқа)бір-бірінеберу,қолдыалғасозыпоңға,солғабұрылу,гимнастикалыққабырғаға қарап тұрып, белініңтұсынан жіңішке тақтайшаныұстап,алғаеңкейіп,иілу,гимнастикалық қабырғағаарқасымен тіреліп тұрып, қолынбелініңтұсынасайрейкаданұстап,аяқты кезектестіребүгу жәнетік көтеру **Әдіс-тәсілдері**: **Бадминтон**. Воланды ракеткамен белгілі біржаққа бағыттай отырып қағыплақтыру; **Қолданылатын құрал-жабдықтар:**доптар,кедергілер	**«Болашақ» тобы** **Міндеті**Допты басынан асыра(алға және артқа) бір-бірінеберу,қолды алға созып оңға,солға бұрылу, гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсынан жіңішке тақтайшаны ұстап, алға еңкейіп, иілу, гимнастикалық қабырғаға арқасымен тіреліп тұрып, қолын белінің тұсына сайрейкадан ұстап, аяқты кезектестіре бүгужәнетік көтеру **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** кедергілер, допшар. **Әдіс-тәсілдері**:**Бадминтон**. Воланды ракеткамен белгілі біржаққа бағыттай отырып қағыплақтыру. **Негізгі қимыл-қозғалысжаттығула**	**«Айгөлек» тобы** **Міндеті: :**Допты басынан асыра (алғажәне артқа) бір-біріне беру, қолды алғасозыпоңға,солғабұрылу, гимнастикалыққабырғағақараптұрып,белініңтұсынанжіңішкетақтайшаны ұстап,алғаеңкейіп,иілу,гимнастикалыққабырғаға арқасымен тіреліп тұрып,қолынбелініңтұсынасайрейкаданұстап, аяқты кезектестіре бүгу және тіккөтеру **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** көлденеңілінгенарқан,кедергікеспекбөрене,доп.**Әдіс-тәсілдері**: **Бадминтон**. Воландыр акеткамен белгілі бір жаққа бағыттайотырыпқағып лақтыру;**Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:** Лақтыру, қағып алу, домалату: қосқолмендоптыжоғары,жіп	**«Болашақ»** **«Айгөлек» тобы** **Міндеті:**Допты басынан асыра(алғажәнеартқа)бір-бірінеберу,қолдыалғасозыпоңға,солғабұрылу,гимнастикалыққабырғаға қарап тұрып, белініңтұсынан жіңішке тақтайшаны ұстап,алға еңкейіп, иілу, гимнастикалық қабырғаға арқасымен тіреліп тұрып, қолынбелініңтұсынасайрейкаданұстап, аяқты кезектестіре бүгу жәнетік көтеру **Әдіс-тәсілдері**:**Бадминтон**. Воланды ракеткамен белгілі біржаққа бағыттай отырып қағыплақтыру; **Қолданылатын құрал-жабдықтар:**доптар, кедергілер. **Әдіс-тәсілдері**:**Бадминтон**. Воланды ракеткамен белгілі біржаққа бағыттай отырып қағыплақтыру	**«Болашақ» тобы** **Міндеті: :**Допты басынан асыра (алғажәне артқа) бір-біріне беру, қолды алғасозыпоңға,солғабұрылу,гимнастикалыққабырғағақараптұрып,белініңтұсынанжіңішкетақтайшаны ұстап,алғаеңкейіп,иілу,гимнастикалыққабырғаға арқасымен тіреліп тұрып,қолынбелініңтұсынасайрейкаданұстап, аяқты кезектестіре бүгу және тіккөтеру **Қолданылатын құрал-жабдықтар:**көлденеңілінгенарқан,кедергікеспекбөрене,доп. **Әдіс-тәсілдері**:**Бадминтон**. Воландыракеткамен белгілі бір жаққа бағыттайотырыпқағып лақтыру;**Негізгі қимыл-қозғалысжаттығулары:** Лақтыру, қағып алу, домалату: қосқолмендоптыжоғары,жіптің үстіненлақтыру,доптыеденнен ыршытып жоғары лақтырып, қос қолмен

жоғары, жіптің үстінен лақтыру,доптыеденненырш ытыпжоғарылақтырып, қос қолмен қағып алу(4–5рет),допты бірқатарғақойылған заттар арасымендомалату, допты қабырғаға ұрыпжәне еденнен ыршытып қосқолмен қағып алу, 2–2,5 марақашықтықтағы нысанаға құмсалынғанқапшықты **Қимылды ойын: Допты домалату, қағып алу, бастан асыра лақтыру** **Күтілетін нәтиже:** бір қатарға қайта тұра алады, саптүзеп жүруден бір және екіқатармен қайта тұра алады, бірорындабұрылады; спорттық ойын элементтерін жәнежаттығуларын меңгерген	лақтырып,қосқолменқағыпалу (4–5 рет), допты бір қатарғақойылған заттар арасымендомалату,допты қабырғағұрып және еденнен ыршытыпқос қолмен қағып алу, 2–2,5 марақашықтықтағы нысанаға құмсалынғанқапшықты **Қимылды ойын:доптықағыпалу,лақтыру** **Күтілетін нәтиже***:* бір қатарғақайтатұраалады,сап түзеп жүруден бір және екі қатарменқайта тұра алады, бір орындабұрылады;спорттық ойынэлементтерінжәне жаттығуларынменгерген;	арақашықтықтағы нысанаға құмсалынғанқапшықты **Қимылды ойын: Допты алыпжүру,секіру,лақтыру** **Күтілетін нәтиже:**бір қатарға қайта тұра алады, сап түзеп жүруден бір және екі қатармен қайта тұра алады, бір орында бұрылады; спорттық ойын элементтерін жәнежаттығуларын меңгерген;	жоғары, жіптің үстінен лақтыру,доптыеденненыршыт ыпжоғарылақтырып, қос қолмен қағып алу(4–5рет),допты бірқатарғақойылған заттар арасымендомалату, допты қабырғаға ұрыпжәне еденнен ыршытып қосқолмен қағып алу, 2–2,5 марақашықтықтағы нысанаға құмсалынғанқапшықты **Қимылды ойын: Доптыдомалату,қағып алу,бастанасыралақтыру** **Күтілетіннәтиже:** бір қатарға қайта тұра алады, саптүзеп жүруден бір және екіқатармен қайта тұра алады, бірорындабұрылады; спорттық ойын элементтерін жәнежаттығуларынменгерген;	арақашықтықтағы нысанаға құмсалынғанқапшықты **Қимылды ойын: Допты алыпжүру,секіру,лақтыру** **Күтілетін нәтиже:**бір қатарға қайта тұра алады, сап түзеп жүруден бір және екі қатармен қайта тұра алады, бір орында бұрылады; спорттық ойын элементтерін жәнежаттығуларын меңгерген;

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу -білім беру процесінің циклограммасы

Дайындаған Оразов Т.
Тексерген:Ирзабекова Д.О

06.10.-10.10.2025жыл

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек» тобы **Міндеті:секіру** бір орында тұрып,алғақарай 3–4мқашықтыққа жылжу арқылы секіру, тізеніңарасына қапшықты қысып, қосаяқтап; түзу бағытта(арақашықтығы 6 м); қос аяқтапзаттар арасымен (арақашықтығы4 м), оң және сол аяқтарыменкезектесіп заттар арасымен(арақашықтығы 3 м), орнынанбиіктікке,арқаннан,сызықтанаттап секіру, оң және сол аяғынкезектестіріп секіру, биіктіктенсекіру, 20 см дейінгі биіктіктіккесекіру; **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** доптар,кедергі**Арнаулы жаттығулар:** -үлкеншеңбержасау -сәлемдесу -оңға,солғабұрылу -жүріс жаттығулары (әр түрліқалыпта) лер	**«Болашақ» тобы** **Міндеті:секіру** бір орындатұрып, алға қарай 3–4 мқашықтыққа жылжу арқылысекіру,тізеніңарасынақапшықты қысып, қос аяқтап;түзу бағытта (арақашықтығы 6м); қос аяқтап заттар арасымен(арақашықтығы 4 м), оң жәнесолаяқтарыменкезектесіпзаттар арасымен(арақашықтығы 3 м), орнынанбиіктікке, арқаннан, сызықтанаттап секіру, оң және сол аяғынкезектестіріп секіру, биіктіктенсекіру,20смдейінгібиіктіктіккесекіру; **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** кедергілер, допшар. **Арнаулы жаттығулар:** -сапқатұрғызу -сәлемдесу -оңға,солға бұрылу **Әдіс-тәсілдері**:**Бадминтон**. Воланды ракеткаменбелгілібір	**«Айгөлек» тобы** **Міндеті: :секіру** бір орында тұрып, алғақарай 3–4 м қашықтыққа жылжу арқылысекіру,тізеніңарасынақапшықтықысып, қос аяқтап; түзу бағытта(арақашықтығы 6 м); қос аяқтап заттарарасымен (арақашықтығы 4 м), оң жәнесолаяқтарымен кезектесіпзаттарарасымен (арақашықтығы 3 м), орнынанбиіктікке, арқаннан, сызықтан аттапсекіру, оң және сол аяғын кезектестіріпсекіру, биіктіктен секіру, 20 см дейінгібиіктіктіккесекіру; **Қолданылатын құрал-жабдықтар:**көлденеңілінгенарқан,кедергікеспекбөрене,доп. **Арнаулыжаттығулар:** -үлкеншеңбержасау -сәлемдесу -оңға,солғабұрылу -жүріс жаттығулары (әртүрліқалыпта) **Әдіс-тәсілдері**:**Бадминтон**. Воландыракеткамен белгілі бір жаққа бағыттайотырыпқағып лақтыру; **Негізгі қимыл-қозғалысжаттығулары:**Заттар арасымен,	**«Болашақ»** **«Айгөлек» тобы** **Міндеті:секіру** бір орында тұрып,алғақарай 3–4мқашықтыққа жылжу арқылы секіру, тізеніңарасына қапшықты қысып, қосаяқтап; түзу бағытта(арақашықтығы 6 м); қос аяқтапзаттар арасымен (арақашықтығы4 м), оң және сол аяқтарыменкезектесіп заттар арасымен(арақашықтығы 3 м), орнынанбиіктікке,арқаннан,сызықтанаттап секіру, оң және сол аяғынкезектестіріп секіру, биіктіктенсекіру, 20 см дейінгі биіктіктіккесекіру; **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** доптар,кедергі**Арнаулыжаттығулар:** -үлкеншеңбержасау -сәлемдесу -оңға,солғабұрылу -жүріс жаттығулары (әр түрліқалыпта) лер. **Әдіс-тәсілдері**:**Бадминтон**. Воланды ракеткаменбелгілібір	**«Болашақ» тобы** **Міндеті: :секіру** бір орында тұрып, алғақарай 3–4 м қашықтыққа жылжу арқылысекіру,тізеніңарасынақапшықтықысып, қос аяқтап; түзу бағытта(арақашықтығы 6 м); қос аяқтап заттарарасымен (арақашықтығы 4 м), оң жәнесолаяқтарымен кезектесіпзаттарарасымен (арақашықтығы 3 м), орнынанбиіктікке, арқаннан, сызықтан аттапсекіру, оң және сол аяғын кезектестіріпсекіру, биіктіктен секіру, 20 см дейінгібиіктіктіккесекіру; **Қолданылатын құрал-жабдықтар:**көлденеңілінгенарқан,кедергікеспекбөрене,доп. **Арнаулыжаттығулар:** -үлкеншеңбержасау -сәлемдесу -оңға,солғабұрылу -жүрісжаттығулары (әртүрліқалыпта) **Әдіс-тәсілдері**:**Бадминтон**. Воландыракеткамен белгілі бір жаққа бағыттайотырыпқағып лақтыру; **Негізгі қимыл-қозғалысжаттығулары:**Заттара расымен,

жаққа бағыттай отырып қағыплақтыру **Негізгі қимыл-қозғалысжаттығулары:** Л**ақтыру**, қағыпалу, домалату: қос қолмен доптыжоғары, жіптің үстінен лақтыру,доптыеденненыршытыпжоғарылақтырып, қос қолмен қағып алу(4–5рет),допты бірқатарғақойылған заттар арасымендомалату, допты қабырғаға ұрыпжәне еденнен ыршытып қосқолмен қағып алу, 2–2,5 марақашықтықтағы нысанаға құмсалынғанқапшықты **Қимылды ойын: Доптыдомалату, қағып алу, бастана сыралақтыру** **Күтілетіннәтиже:** бір қатарға қайта тұра алады, саптүзеп жүруден бір және екіқатармен қайта тұра алады, бірорындабұрылады; спорттық ойын элементтерін жәнежаттығуларынмеңгерген;	жаққа бағыттай отырып қағыплақтыру. **Негізгі қимыл-қозғалысжаттығулары:** «жыланша»заттар арасымен ирелеңдепжүру.Тұрғанжерінен ұзақтыққа 5-10см секіру . Құмдорбашаны аяқтың ішкіқырыменалу. **Қимылды ойын:допты қағып алу,лақтыру** **Күтілетін нәтиже:** бір қатарғақайтатұраалады,сап түзеп жүруден бір және екі қатарменқайта тұра алады, бір орындабұрылады;спорттық ойынэлементтерінжәне жаттығуларынмеңгерген;	құрсаларды домалату. Допты бір бірінентөменненлақтыружәнедомалату,қағыпалу (1,5м қащықтық) . Допты бастанасыракедергіарқылылақтыру(2мқашықтық).. **Қимылды ойын: Допты алыпжүру,секіру,лақтыру** **Күтілетін нәтиже:**бір қатарға қайта тұраалады, сап түзеп жүруден бір және екіқатармен қайта тұра алады, бір орындабұрылады; спорттық ойын элементтерін жәнежаттығуларынмеңгерген	жаққа бағыттай отырып қағыплақтыру **Негізгі қимыл-қозғалысжаттығулары:** Л**ақтыру**, қағыпалу, домалату: қос қолмен доптыжоғары, жіптің үстінен лақтыру,доптыеденненыршытыпжоғарылақтырып, қос қолмен қағып алу(4–5рет),допты бірқатарғақойылған заттар арасымендомалату, допты қабырғаға ұрыпжәне еденнен ыршытып қосқолмен қағып алу, 2–2,5 марақашықтықтағы нысанаға құмсалынғанқапшықты **Қимылды ойын: Доптыдомалату,қағып алу,бастанасыралақтыру** **Күтілетін нәтиже:** бір қатарға қайта тұра алады, саптүзеп жүруден бір және екіқатармен қайта тұра алады, бірорындабұрылады; спорттық ойын элементтерін жәнежаттығуларынмеңгерген;	құрсаларды домалату. Допты бір бірінентөменненлақтыружәнедомалату,қағыпалу (1,5м қащықтық) . Допты бастанасыракедергіарқылылақтыру(2мқашықтық).. **Қимылды ойын: Допты алыпжүру,секіру,лақтыру** **Күтілетін нәтиже:**бір қатарға қайта тұраалады, сап түзеп жүруден бір және екіқатармен қайта тұра алады, бір орындабұрылады; спорттық ойын элементтерін жәнежаттығуларынмеңгерген;

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу -білім беру процесінің циклограммасы

Дайындаған:Оразов Т.
Тексерген:Ирзабекова Д.О

13.10.-17.10.2025жыл

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек» тобы **Міндеті::**Лақтыру,қағыпалу,домалату: қос қолмен допты жоғары,жіптіңүстіненлақтыру,доптыеденнен ыршытыпжоғарылақтырып, қосқолменқағып алу (4–5 рет), допты бір қатарғақойылған заттар арасымен домалату,допты қабырғаға ұрып және еденненыршытып қос қолмен қағып алу, 2–2,5 марақашықтықтағы нысанаға құмсалынған қапшықты, асықты дәлдеплақтыру, допты екі қолымен бір-біріне(арақашықтығы 1,5–2 м) басынан асыралақтыру,допты екіқолымензаттарарасымен жүргізу (арақашықтығы 4 м),алға қарай жылжып, қос қолмендоптылақтырып, қайта қағып алу(арақашықтығы 4–5м); **Қолданылатын құрал-жабдықтар:**көлденеңілінге нарқан, кедергі кеспек бөрене, доп. **Арнаулы жаттығулар:** -сапқа тұрғызу -сәлемдесу -оңға,солға бұрылу -жүріс жаттығулары (әртүрліқалыпта)	**«Болашақ» тобы** **Міндеті**Лақтыру,қағыпалу,домалату: қосқолмендопты жоғары,жіптіңүстіненлақтыру,допты еденненыршытып жоғары лақтырып, қос қолменқағып алу (4–5 рет), допты бірқатарға қойылған заттарарасымен домалату, доптықабырғаға ұрып және еденненыршытып қос қолмен қағыпалу, 2–2,5 м арақашықтықтағынысанағақұмсалынғанқапшықты,асықты дәлдеплақтыру,доптыекіқолымен бір- біріне (арақашықтығы 1,5–2м)басынан асыралақтыру,доптыекіқолымен заттар арасымен жүргізу(арақашықтығы 4 м), алға қарайжылжып, қос қолмен доптылақтырып,қайтақағыпалу(арақашықтығы4–5м); **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** кедергілер, допшар**Арнаулы жаттығулар:** -сапқа тұрғызу	**«Айгөлек» тобы** **Тақырыбы: «Өртті сөндіру»** **Мақсаты:** Икемділіктерін дамытып, кеңістікті бағдарлай білуге үйретіп, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. **Құрал-жабдықтар:** Су құйылған шелек, қызыл түсті кішкентай кемелер, майонездің бос шелегі, тазик. **Ойын барысы:** Белгілі бір ара қашықтықта балалар сапқа тұрады Шелекке су толтырады Су толтырылған шелекті бір-біріне береді Өрттерді сөндіреді Өшіріп су құйған бала бөгеттерден өтіп саптың басына барып тұрады.	**«Болашақ»** **«Айгөлек» тобы** **Міндеті:**Лақтыру,қағыпалу,домалату:қосқолмендопты жоғары, жіптің үстінен лақтыру,допты еденнен ыршытып жоғарылақтырып, қос қолмен қағып алу(4–5рет),доптыбірқатарғақойылған заттар арасымендомалату, допты қабырғаға ұрыпжәне еденнен ыршытып қосқолмен қағып алу, 2–2,5 марақашықтықтағы нысанаға құмсалынған қапшықты, асықтыдәлдеплақтыру,допты екіқолыменбір-біріне(арақашықтығы 1,5–2 м) басынанасыралақтыру,допты екіқолымен заттар арасымен жүргізу(арақашықтығы 4 м), алға қарайжылжып, қос қолмен доптылақтырып,қайтақағыпалу(арақашықтығы 4–5м); **Қолданылатын құрал-жабдықтар:**доптар,кедергілер. **Арнаулыжаттығулар:** -сапқатұрғызу	**«Болашақ» тобы** **Міндеті::**Лақтыру,қағыпалу,домалату: қос қолмен допты жоғары,жіптіңүстіненлақтыру,доптыеденнен ыршытыпжоғарылақтырып, қосқолменқағып алу (4–5 рет), допты бір қатарғақойылған заттар арасымен домалату,допты қабырғаға ұрып және еденненыршытып қос қолмен қағып алу, 2–2,5 марақашықтықтағы нысанаға құмсалынған қапшықты, асықты дәлдеплақтыру, допты екі қолымен бір-біріне(арақашықтығы 1,5–2 м) басынан асыралақтыру,допты екіқолымензаттарарасымен жүргізу (арақашықтығы 4 м),алға қарай жылжып, қос қолмендоптылақтырып, қайта қағып алу(арақашықтығы 4–5м); **Қолданылатын құрал-жабдықтар:**көлденеңілінгенарқан,кедергіскеспекбөрене, доп.**Арнаулыжаттығулар:** -сапқатұрғызу -сәлемдесу -оңға,солғабұрылу -жүріжаттығулары (әртүрліқалыпта)

Әдіс-тәсілдері:Бадминтон. Воландыракеткамен белгілі бір жаққа бағыттайотырыпқағып лақтыру; Негізгі қимыл-қозғалысжаттығулары: Заттарарасымен,құрсалардыдомалату. Допты бір бірінен төменнен лақтыружәнедомалату,қағып алу(1,5м қащықтық).Доптыбастанасыракедергіарқылы лақтыру(2мқашықтық). . Қимылды ойын: Допты алыпжүру,секіру,лақтыру Күтілетін нәтиже:бір қатарға қайта тұраалады, сап түзеп жүруден бір және екіқатармен қайта тұра алады, бір орындабұрылады; спорттық ойын элементтерін жәнежаттығуларын меңгерген;	-сәлемдесу -оңға, солға бұрылу -жүріс жаттығулары (әр түрлі қалыпта) **Әдіс-тәсілдері**:**Бадминтон**. Воланды ракеткамен белгілі біржаққа бағыттай отырып қағыплақтыру. **Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:** Заттар арасымен , құрсалардыдомалату.Допты бір бірінентөменнен лақтыру жәнедомалату, қағып алу (1,5мқащықтық).Доптыбаста насыракедергіарқылылақтыру(2мқашықтық). . **Қимылды ойын:допты қағыпалу, лақтыру** **Күтілетін нәтиже:** бір қатарғақайтатұраалады,сап түзеп жүруден бір және екі қатарменқайта тұра алады, бір орындабұрылады;спорттық ойын элементтерін және жаттығуларын меңгерген;		-сәлемдесу -оңға,солғабұрылу -жүріс жаттығулары (әр түрліқалыпта) **Әдіс-тәсілдері**:**Бадминтон**. Воланды ракеткамен белгілі біржаққа бағыттай отырып қағыплақтыру **Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:** Заттар арасымен , құрсаларды домалату. Допты бір бірінен төменнен лақтыру және домалату, қағып алу(1,5мқащықтық). Допты бастан асыра кедергі арқылы лақтыру (2м қашықтық). **Қимылды ойын: Допты домалату, қағып алу, бастан асыра лақтыру** **Күтілетін нәтиже:** бір қатарға қайта тұра алады, саптүзеп жүруден бір және екіқатармен қайта тұра алады, бірорындабұрылады; спорттық ойын элементтерін жәнежаттығуларынмеңгерген;	**Әдіс-тәсілдері**:**Бадминтон**. Воландыракеткамен белгілі бір жаққа бағыттайотырыпқағып лақтыру; **Негізгі қимыл-қозғалысжаттығулары:** Заттарарасымен,құрсалардыдомалату. Допты бір бірінен төменнен лақтыружәнедомалату,қағып алу(1,5м қащықтық).Доптыбастанасыракедергіарқылы лақтыру(2мқашықтық). . **Қимылды ойын: Допты алыпжүру, секіру, лақтыру** **Күтілетін нәтиже:**бір қатарға қайта тұраалады, сап түзеп жүруден бір және екіқатармен қайта тұра алады, бір орындабұрылады; спорттық ойын элементтерін жәнежаттығуларын меңгерген;

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу -білім берупроцесінің циклограммасы

Дайындаған:Оразов Т.
Тексерген:Ирзабекова Д.О.

20.10.-24.10.2025жыл

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек» тобы **«Кім жылдам?»** Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйретіп, түстерді ажыратуға, шапшаңдықтарын қалыптастыру. Ойын барысы: Түрлі-түсті бөтелке қақпақтарын шашып араластыру, «1-2-3, Баста!!!» деген кезде балалар өздеріне керек түсті жинайды, болған бала сапқа тұрады. «Обручьтермен эстафеталық ойын» Балалар екі қатарға тұрады. Әр қатардың алдында 2 м жерде обручь жатады. «Алға» дегенде әр қатардағы бірінші ойыншы алға жүгіріп, обручьті жоғары көтеріп онын ішінен өтіп орнына қойып. Өз тобына жүгіріп келеді. Қай топ бірінші келсе сол жеңіске жеткен болып есептелінеді. Жұптық эстафета «допты беру» Мақсаты: Жылдам	**«Болашақ»тобы** **«Ұшқыштар»** Ойын алаңын төрт бөлікке бөліп, жалаушалар мен белгі қойылады. Жалаушалардың артына балалар қатарға төрт топқпа бөлініп тұрады. Балалар тік ұшақ жүргізушісі болады «Ұшуға дайындал» деген кезде, балалар қолдарын майыстырып ұшуға дайындалып «бж,бж,бж» ете бастайды. Енді «Ұш!» деген бұйрық берілгенде, қолдарын түзу ұстап ойын алаңын айналып ұшады. Біраз ұшқаннан кейін «Қонамыз!» деген бұйрық беріледі. Сол кезде ұшқыштар өз орындарына келіп қонады. Қай топ бірінші болып қонғанын тәрбиеші байқайды	**«Айгөлек» тобы** **Тақырыбы:«Кім жылдам?»** Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйретіп, түстерді ажыратуға, шапшаңдықтарын қалыптастыру. Ойын барысы: Түрлі-түсті бөтелке қақпақтарын шашып араластыру, «1-2-3, Баста!!!» деген кезде балалар өздеріне керек түсті жинайды, болған бала сапқа тұрады. «Обручьтермен эстафеталық ойын» Балалар екі қатарға тұрады. Әр қатардың алдында 2 м жерде обручь жатады. «Алға» дегенде әр қатардағы бірінші ойыншы алға жүгіріп, обручьті жоғары көтеріп онын ішінен өтіп орнына қойып. Өз тобына жүгіріп келеді. Қай топ бірінші келсе сол жеңіске жеткен болып есептелінеді. Жұптық эстафета «допты беру» Мақсаты: Жылдам қозғалып, допты дәл қолға беруді, шапшаңдыққа үйрету. Құрал-жабдықтар: Доптар, топтардың санына байланысты	**«Болашақ»** **«Айгөлек»тобы** **Тақырыбы: «Кім жылдам?»** Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйретіп, түстерді ажыратуға, шапшаңдықтарын қалыптастыру. Ойын барысы: Түрлі-түсті бөтелке қақпақтарын шашып араластыру, «1-2-3, Баста!!!» деген кезде балалар өздеріне керек түсті жинайды, болған бала сапқа тұрады. «Обручьтермен эстафеталық ойын» Балалар екі қатарға тұрады. Әр қатардың алдында 2 м жерде обручь жатады. «Алға» дегенде әр қатардағы бірінші ойыншы алға жүгіріп, обручьті жоғары көтеріп онын ішінен өтіп орнына қойып. Өз тобына жүгіріп келеді. Қай топ бірінші келсе сол жеңіске жеткен болып есептелінеді. Жұптық эстафета «допты беру» Мақсаты: Жылдам қозғалып, допты дәл қолға беруді, шапшаңдыққа үйрету. Құрал-жабдықтар: Доптар, топтардың санына байланысты.	**«Болашақ» тобы** **«Ұшқыштар»** Ойын алаңын төрт бөлікке бөліп, жалаушалар мен белгі қойылады. Жалаушалардың артына балалар қатарға төрт топқпа бөлініп тұрады. Балалар тік ұшақ жүргізушісі болады «Ұшуға дайындал» деген кезде, балалар қолдарын майыстырып ұшуға дайындалып «бж,бж,бж» ете бастайды. Енді «Ұш!» деген бұйрық берілгенде, қолдарын түзу ұстап ойын алаңын айналып ұшады. Біраз ұшқаннан кейін «Қонамыз!» деген бұйрық беріледі. Сол кезде ұшқыштар өз орындарына келіп қонады. Қай топ бірінші болып қонғанын тәрбиеші байқайды

Ойын барысы: Ойыншылар бір-біріне қарама қарсы жұп жұбымен тұрады. Бір ойыншыда доп. Ойыншылар жүгіріп келе жатып бір біріне допты беріп отыруы тиіс. Эстафеталық ойынды бірінші аяқтаған топ жеңімпаз атанады.		Ойын барысы: Ойыншылар бір-біріне қарама қарсы жұп жұбымен тұрады. Бір ойыншыда доп. Ойыншылар жүгіріп келе жатып бір біріне допты беріп отыруы тиіс. Эстафеталық ойынды бірінші аяқтаған топ жеңімпаз атанады.	Ойын барысы: Ойыншылар бір-біріне қарама қарсы жұп жұбымен тұрады. Бір ойыншыда доп. Ойыншылар жүгіріп келе жатып бір біріне допты беріп отыруы тиіс. Эстафеталық ойынды бірінші аяқтаған топ жеңімпаз атанады.	

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу -білім беру процесінің циклограммасы

Дайындаған:Оразов Т
Тексерген:Ирзабекова Д.О.

27.10.-31.10.2025жыл

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек» тобы **Тақырыбы: «Секіртпелі жолдар»** Мақсаты: Балаларды белгі бойынша алға жылжуға, тізені бүгіп аяқ ұшын көтеріп секіруге үйрету, нақтылық пен шыдамдылық танытуға дағдыландыру. Барысы: Балалар бір дөңнен екінші дөңге секіреді. Іздерді басып, қолдары белде болады	**«Болашақ»тобы** **Тақырыбы:** **«Торайды тамақтандыр»** Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйретіп, дәл тигізуге дағдыландыру. Ойын барысы: Белгілі бір кедергілерден өтіп Тунельден тізерлеп өту. Секіртпеден секіріп өту. Шелектен доп алып торайдың аузына көздеп лақтыру .	**«Айгөлек» тобы** **Тақырыбы:** **«Торайды тамақтандыр»** Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйретіп, дәл тигізуге дағдыландыру. Ойын барысы: Белгілі бір кедергілерден өтіп Тунельден тізерлеп өту. Секіртпеден секіріп өту. Шелектен доп алып торайдың аузына көздеп лақтыру .	**«Болашақ»** **«Айгөлек» тобы** **Тақырыбы: «Секіртпелі жолдар»** Мақсаты: Балаларды белгі бойынша алға жылжуға, тізені бүгіп аяқ ұшын көтеріп секіруге үйрету, нақтылық пен шыдамдылық танытуға дағдыландыру. Барысы: Балалар бір дөңнен екінші дөңге секіреді. Іздерді басып, қолдары белде болады	**«Болашақ» тобы** **«Апа! Жіптер байланып қалды!»** Балалардың ішінен апаны таңдап алу. Қалған балалар оралған жіп болады. Апа дүкенге барып келгенше оралған жіп шатасып, байланып оратылады. Балалар бір бірінің қолдарын босатпай аттап, астынан өтеді, бірақ ойын шартын бұзбай қолдарын үзбейді. Апа дүкеннен келе жатқанда: «Апа! Жіптер байланып қалды!» — деп айтады. Апа жіпті үзіп алмай шешіп, шеңбер жасап шығуы тиіс. Қолды әдейі босатуға болмайды.

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу -білім беру процесінің циклограммасы

Дайындаған:Оразов Т
Тексерген:Ирзабекова Д.О.

03.11.-07.11.2025жыл

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек»тобы **Түрлі-түсті көліктер** **Мақсаты:**балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру, зейіндерін, байқағыштықтарын дамыту. **шарты:**Балалар бөлменің қабырғасының жаңында тұрады. Олар -гараждағы көліктер. Әр ойнаушы қолдарына жалау немесе картоннан жасалған түрлі-түсті диск ұстап жүреді.Тәрбиеші бөлменің ортасында тұрып, ойынаушыларға қарап тұрады, оның қолында 1 жалауша /2 немесе 3 бірге/, біреуін көтерген кезде сол түсті көліктердің жүрісін, дауысын келтіріп жүреді. Тәрбиеші жалауын түсірген кезде, көліктер тоқтап, бұрылып, гаражға барады. Ойын 4-6 рет қайталанады. **Ұсыныс:** тәрбиешіде қызыл түсті жалау болуы мүмкін. Байқаусызда ол жалауды көтереді- белгі бойынша барлық көліктер тоқталуы қажет	**«Болашақ»тобы** **« Аңшылар мен қояндар »** **Мақсаты:** Балаларды қоян болып секіруге, аңшыдан қорғануға үйрету. **Ойын мазмұны:** Алаңның бір жағына аңшы, келесі жақта қояндарға орын белгіленеді. Әрбір үйде 2-3 қоян болады. Белгі бойынша қояндар үйінен шығып, жайылымда қос аяқтап, секіріп жүреді. Тәрбиеші: « Аңшы» дегенде қояндар үйлеріне жүгіреді. Аңшы бала оларға доп лақтырады. Доп тиген қояндар атылған болып саналады. Аңшы оны өзіне алып кетеді. Ойын бірнеше рет қайталанады.	**«Айгөлек» тобы** **Өзіңе жұп тап** **Мақсаты:** балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша, мәтіннің сөзіне сай қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру, зейіндерін, байқағыштықтарын, жүгіру мен жүру дағдыларын дамыту. **шарты:**Тәрбиеші ойнаушыларға негізгі түстен бір -бір жалаудан таратады. Даңғыраның белгісімен, шапалақпен – жалауын көтеріп алаңда жүгіреді. Келесі белгімен – даңғыраны бірнеше ұрғылаумен, шапалақпен, «Өзіңе жұп тап»- деген сөзбен, түстері бірдей жалаулары бар балалар жұп құрады. Әр жұп өз беттерімен фигура жасайды. Жұпсыз қалғандарға ойнаушылар мынадай сөздер айтады: «Арман, Арман, аузыңды ашпай, тезірек жұбыңды таба ғой». Содан кейін белгі бойынша баолығы алңға жүгіріп келеді: 5-6 рет ойын қайталанады. **Ұсыныс:** ойында тақ сан ойынаушылар қатысады, тәрбиеші де қатысады. Тәрбиешіде әртүрлі түсті жалаулар болуы керек: ойын қайталанғанда балалардың жалаулары ауысады. Ойыншықтар белгі бойынша өздеріне жұп таңдайды	**«Болашақ»** **«Айгөлек» тобы** **« Аңшылар мен қояндар »** **Мақсаты:** Балаларды қоян болып секіруге, аңшыдан қорғануға үйрету. **Ойын мазмұны:** Алаңның бір жағына аңшы, келесі жақта қояндарға орын белгіленеді. Әрбір үйде 2-3 қоян болады. Белгі бойынша қояндар үйінен шығып, жайылымда қос аяқтап, секіріп жүреді. Тәрбиеші: « Аңшы» дегенде қояндар үйлеріне жүгіреді. Аңшы бала оларға доп лақтырады. Доп тиген қояндар атылған болып саналады. Аңшы оны өзіне алып кетеді. Ойын бірнеше рет қайталанады.	**«Болашақ» тобы** **Түрлі-түсті көліктер** **Мақсаты:**балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру, зейіндерін, байқағыштықтарын дамыту. **шарты:**Балалар бөлменің қабырғасының жаңында тұрады. Олар -гараждағы көліктер. Әр ойнаушы қолдарына жалау немесе картоннан жасалған түрлі-түсті ди ұстап жүреді.Тәрбиеші бөлменің ортасында тұрып, ойынаушыларға қарап тұрады, оның қолында 1 жалауша /2 немесе 3 бірге/, біреуін көтерген кезде сол түсті көліктерд жүрісін, дауысын келтіріп жүреді. Тәрбиеші жалауын түсірген кезде, көліктер тоқтап, бұрылып, гаражға барады. Ойын 4-6 рет қайталанады **Ұсыныс:** тәрбиешіде қызыл түсті жалау болуы мүмкін. Байқаусызда жалауды көтереді- белгі бойынша барлық көліктер тоқталуы қажет

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу -білім беру процесінің циклограммасы

Дайындаған:Оразов Т

10.11.-14.11.2025ж **Тексерген:Ирзабекова Д.О**

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек» тобы **Қояндар мен қасқыр** **Мақсаты:**Балаларды алғырлыққа, қырағылыққа, татулыққа тәрбиелеу.Ептілік қасиеттерін арттыру. Денсаулықтарын шынықтыру. **Ойынның шарты:** Бір бала қасқыр болады қалған балалар қояндар болады. Қояндар өз үйлерінде тығылып жатады, ал қасқыр өзінің апанында жатады. Тәрбиеші: - Секеңдеңдер қояндар, Жүгіріңдер жортыңдар- деген кезде Қояндар үйлерінен шығып секеңдеп ойнайды. Осы кезде қасқыр апанынан шығып қояндарды қуа жөнеледі. Ұстап алған қояндарды апанына апарады. Осылай 3-4 қоянды ұстағаннан кейін ойынды басқа бала жалғастырады. Ойын 2-3 рет ойналады.	**«Болашақ»тобы** **Дөңгелекті лақтыру** **Мақсаты:**Балаларды белгіленген бағыты көздей білуге,ептілікке,шапшаңдыққа үйрету. Ойынның шарты: Ойын дөңгелектерді көздеп лақтырудан түрады,доңгелектің диаметрі 15-20см. Ал таяқшаның ұзындығы 30-40см. Балалар қатарға түрып 1,5-2метр ара қашықтықта дөңгелектерді таяқшаға дәлдеп лақтырып кіргізу керек.Балалар ойынды бірін кейін бірі жалғастырып ойнай береді.	**«Айгөлек» тобы** **Мысықтар мен балалар** **Мақсаты:**Берілген белгіні дұрыс тыңдай білуге, ойын ойнағанда қауіпсіздік ережелерін сақтай білуге, топпен ойнауды ойнай білуге үйрету.Ептілікке,алғырлыққа тәрбиелеу. **Ойынның шарты:** Балалардың жартысы мысықтар болады, ал жартысы олардың иесі болады. Мысықтар баспалдақта отырады, олардың иелері жүрелерінен алаңның екінші жағында отырады. Тәрбиеші сүт кімге керек деп сүт құйғандай болады.Балалар «кис-кис», деп шақырады.Мысықтар жақындаған да балалар алаңның екінші жағына қашып шығады. Ойын 2-3 рет қайталанады.	**«Болашақ»** **«Айгөлек» тобы** **Мысықтар мен балалар** **Мақсаты:**Берілген белгіні дұрыс тыңдай білуге, ойын ойнағанда қауіпсіздік ережелерін сақтай білуге, топпен ойнауды ойнай білуге үйрету.Ептілікке,алғырлыққа тәрбиелеу. **Ойынның шарты:** Балалардың жартысы мысықтар болады, ал жартысы олардың иесі болады. Мысықтар баспалдақта отырады, олардың иелері жүрелерінен алаңның екінші жағында отырады. Тәрбиеші сүт кімге керек деп сүт құйғандай болады.Балалар «кис-кис», деп шақырады.Мысықтар жақындаған да балалар алаңның екінші жағына қашып шығады. Ойын 2-3 рет қайталанады.	**«Болашақ» тобы** **Қояндар мен қасқыр** **Мақсаты:**Балаларды алғырлыққа, қырағылыққа, татулыққа тәрбиелеу. Епті лік қасиеттерін арттыру. Денсаулықтарын шынықтыру. **Ойынның шарты:** Бір бала қасқыр болады қалған балалар қояндар болады. Қояндар өз үйлерінде тығылып жатады, ал қасқыр өзінің апанында жатады. Тәрбиеші: - Секеңдеңдер қояндар, Жүгіріңдер жортыңдар- деген кезде Қояндар үйлерінен шығып секеңдеп ойнайды. Осы кезде қасқыр апанынан шығып қояндарды қуа жөнеледі. Ұстап алған қояндарды апанына апарады. Осылай 3-4 қоянды ұстағаннан кейін ойынды басқа бала жалғастырады. Ойын 2-3 рет ойналады.

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу -білім беру процесінің циклограммасы

Дайындаған:Оразов Т.
Тексерген:Ирзабекова Д.О.

17.11.-21.11.2025жыл

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек» тобы **Қайда жасырылғанын тап** **Мақсаты:**Балаларды қырағылыққа, байқампаздыққа үйрету,бірлікке,татулыққа тәрбиелеу **Ойының шарты:** Балалар бөлменің бұрышында тұрады. Тәрбиеші жалаушаны тығатынын айтады. Балалар теріс қарап көзін жұмады,тәрбиеші жалаушаны тығып қояды да «болды» ,деген де балалар жалаушаны іздейді.Тапқан бала жалаушаны тығады.Ойын 2-3 рет қайталанады.	**«Болашақ»тобы** **Ұшатын құстар** **Мақсаты:**Балаларды табиғат құбылыстарын салыстыра білуге үйрету, және қырағылыққа тәрбиелеу, құстар сияқты ұша білу қабілеттерін бақылау, тәрбиешінің берген белгісін тиянақты тыңдай білуге үйрету. **Ойынның шарты:** Алаңның бір жағында құстар ұшып жүреді. Тәрбиеші құстар ұшты дегенде, қанаттарын желпіп алаңда құстар ұшады. Тәрбиеші дауыл соқты дегенде құстар ұшып барып қабырғадағы сатыларға шығып алады, ал тәрбиеші дауыл басылды дегенде сатыдан түседі де ұшуларын жалғастырады. Ойын 3-4 рет қайталанады.	**«Айгөлек» тобы** **Сұр қоян жуынады.** **Мақсаты:**Қимыл қозғалыс қабілеттерін арттыру, тілдерін дамыту, ептілікке тәрбиелеу. **Ойынның шарты**: Балалар шеңбер жасап тұрады. Қоян болған бала ортаға шығады. Балалар: Қоян, қоян тұршы, Беті, қолды жушы Айнаға қарашы Шашыңды тарашы Енді бізді қушы. Қоян қимылмен көрсете отырып жасап, тұрады. Енді бізді қушы дегенде, балаларды қуа жөнеледі. Ойын 4-5 рет қайталанады.	**«Болашақ»** **«Айгөлек» тобы** **Қайда жасырылғанын тап** **Мақсаты:**Балаларды қырағылыққа, байқампаздыққа үйрету,бірлікке,татулыққа тәрбиелеу **Ойының шарты:** Балалар бөлменің бұрышында тұрады. Тәрбиеші жалаушаны тығатынын айтады. Балалар теріс қарап көзін жұмады,тәрбиеші жалаушаны тығып қояды да «болды» ,деген де балалар жалаушаны іздейді.Тапқан бала жалаушаны тығады.Ойын 2-3 рет қайталанады.	**«Болашақ» тобы** **Допты тордан лақтыр** **Мақсаты:**Допты лақтыра білуге үйрету, топпен жарыса білуді ептілікке,шапшаңдыққа үйрету. **Ойынның шарты:** Құрылған тордың екі жағынан бөлініп тұрады. Арақашықтығы 1-1,5 метр болуы керек. Балалар тор арқылы бір-біріне допты лақтырады.Допты жерге түсірмей қағып алып отыру керек.Тәрбиеші жерге түскен допты санап отырады.Қай топта доп көп жерге түсе сол топ жеңіледі.

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу -білім берупроцесінің циклограммасы

Дайындаған:Оразов Т.
Тексерген:Ирзабекова Д.О.

24.11.-28.11.2025жыл

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек» тобы **Ұстап ал!** **Мақсаты:**балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру, зейіндерін, байқағыштықтарын, жүгіру дағдыларын дамыту. **Ойының шарты:** Балалар алаңда тұрады. Тағайындап алынған ұстағыш-бала ортада тұрады. «1-2-3, ұстап ал!»- деген белгі бойынша, балалар ұстағыштан қаша жөнеледі, ұстағыш болса біреуін ұстап, қолын тигізеді. Кімді ұстайды, сол аланның шетіне барады. **Ұсыныс:** ойынның басқа түрлерін пайдалануға болады: «Қуып жет те, ұстап ал», «Ұстап ал, шеңберде» т.б.	**«Болашақ»тобы** **Қаздар мен түлкі** **Мақсаты:**Балаларды қырағылыққа, ептілікке және ойынды дұрыс ойнауға үйрету. Балалардың көңіл күйінің көтеріңкі болуын қадағалау.Балалардың ойынға деген қызығушылықтарн арттыру. **Ойынның шарты**: Қаздар алаңның бір жағында жүреді. Ал алаңның екінші жағында балалар орындықта тұрады. Алаңға қарама қарсы жақта түлкінің үйі орналасқан. Қаздар жәйіліп қататтарын қағып жүреді, тәрбиешінің белгісімен түлкі келді деген кезде қаздар ұша жөнеледі, ұйлеріне барып қонады. Түлкі қаздарды қуа жөнеледі, ұстаған қаздарды ініне апарады. Ойын 4-5 рет қайталанады.	**«Айгөлек» тобы** **Тығылмақ** **Мақсаты:**Балаларды қырағылыққа,ептілікке , бірлікке тәрбиелеу. **Ойынның шарты:** Тәрбиеші санамақ арқылы жүргізуші сайлап алады. Жүргізуші тәрбиешінің қасында немесе белгіленген жерде көзін жұмып тұрады, ал басқа балалар тығылады. Жүргізуші: « 1-2-3-4, іздеуге шықтым». Тауып алған баланың атын атайды. Осылай 3-4 баланы тапқан соң басқа баланы сайлайды.	**«Болашақ»** **«Айгөлек» тобы** **Ұстап ал!** **Мақсаты:**балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру, зейіндерін, байқағыштықтарын, жүгіру дағдыларын дамыту. **Ойының шарты:** Балалар алаңда тұрады. Тағайындап алынған ұстағыш-бала ортада тұрады. «1-2-3, ұстап ал!»- деген белгі бойынша, балалар ұстағыштан қаша жөнеледі, ұстағыш болса біреуін ұстап, қолын тигізеді. Кімді ұстайды, сол аланның шетіне барады. **Ұсыныс:** ойынның басқа түрлерін пайдалануға болады: «Қуып жет те, ұстап ал», «Ұстап ал, шеңберде» т.б.	**«Болашақ» тобы** **Қаздар мен түлкі** **Мақсаты:**Балаларды қырағылыққа, ептілікке және ойынды дұрыс ойнауға үйрету. Балалардың көңіл күйінің көтеріңкі болуын қадағалау.Балалардың ойынға деген қызығушылықтарн арттыру. **Ойынның шарты**: Қаздар алаңның бір жағында жүреді. Ал алаңның екінші жағында балалар орындықта тұрады. Алаңға қарама қарсы жақта түлкінің үйі орналасқан. Қаздар жәйіліп қататтарын қағып жүреді, тәрбиешінің белгісімен түлкі келді деген кезде қаздар ұша жөнеледі, ұйлеріне барып қонады. Түлкі қаздарды қуа жөнеледі, ұстаған қаздарды ініне апарады. Ойын 4-5 рет қайталанады.

Дене тәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
15.12.-19.12.2025ж

Дайындаған: Оразов Т.Д.
Тексерген:Ирзабекова Д.О.

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек»тобы **Міндеті:** лақтыру, секіру, тепе-теңдікті жетілдіруге мүмкіндік беретін негізгі қимыл түрлерін дамыту және үйлестіреді. Қолданылатын құрал-жабдықтар: **Гимнастикалықтақта й,**кішкене қорапша немесекәрзеңке,доп. **Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:** ересектің көмегімен және көмегінсіз гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30см) жүру,ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі10–15см)шығыпжәнеодантүседі **Қимылды ойын: «Кімжылдам?»** Ойын	;	**«Айгөлек» тобы** **Міндеті:** Денсаулықтың нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік,төзімділік,икемділік,шапшаңдық, үйлесімділікті дамытады. **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** секіртпе,кедергілер, қабырғалы тақтай,әр-түрлі ойыншықтар. **Әдіс-тәсілдері:** жеке,жұппен секіру. **Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:** Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып,жоғары қарай 2-3метр Қашықтықта алға қарай жылжи отырып, тұрған жерінен ұзындыққа,5-10см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру дағдыларын қалыптастырады; **Қимылды ойын:** «ұзындыққа секіру»	**«Болашақ» «Айгөлек»тобы** Тақырыбы: **Ойын «Құстың қауырсыны кімге барады.»** Балалар ойын алаңында еркін тұрады. Тәрбиеші құстың қауырсынын алып, үрлейді. Барлық бала жан — жаққа қаша жүгіреді, ойын жалғасады. **Мақсаты**:балалардың денесін үйлесімді дамыту, спорттық, қимылды ойындарға, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру; дене сапаларын: күш, жылдамдық, төзімділік, ептілік, икемділікті қалыптастыру; негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру; **Күтілетін нәтижелер:**	**«Болашақ»тобы** **Тақырыбы:** **Қ/Қ ойын: Шарды ұста** Тәрбиеші ортаға көп үрленген шарларды жайып тастайды. Ойын басталды деген кезде (тәрбиешінің көмегімен) балалар шарды ұстап тәрбиешіге береді. Кім көп шар жинаса сол бала жеңімпаз атанады, 10-15 сек. Ойын жалғасады **Мақсаты:** баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады. **Күтілетін нәтижелер:** өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді;

мақсаты:балаларды ептілікке,дәлдікке, доппен ойнай білуге үйрету. Ойын барысы:Балалар гимнастикалықтақтай бойымен жүреді және алдындағы кедергілерден секіріп өту қажет. **Қолданылатын құрал-жабдықтар:** секіртпе,кедергілер, қабырғалы тақтай,әртүрлі ойыншықтар**.** **Әдіс-тәсілдері:** жеке,жұппен секіру.керек. Күтілетіннәтиже: Балалардышапшаңдыққаба улиды.		**Ойын мақсаты:** балалардың денелерін тік ұстауын,тепе-теңдікті сақтауын,дұрыс демалуын дамыту.Ойын барысы:балалар сапқа тұрады. Белгі берген кезде балалар қос аяқпен ұзындыққа секіреді.Тәрбиеші олардың кеуделерін тік ұстап,мұрынмен демалуын қадағалау қажет.: **Күтілетін нәтиже:** бір қатарға қайта тұра алады,сап түзеп жүруден бір және екі қатармен қайта тұра алады	өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөренеңің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;	жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөренеңің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
22.12.-26.12.2025ж

Дайындаған: Оразов Т.Д.
Тексерген:Ирзабекова Д

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек»тобы Тақырыбы: **Қимылды ойын: Аю** Ойын мақсаты: Балаларды ұйымшылдыққа, алғырлыққа баулу. Ойын шарты:Бір бала аю болып сайланады, Қалған балалар қоян болады. Қояндар орманда ойнап жүріп ұйықтап жатқан аюды оятып жібереді. Аю ашуланып қуа жөнеледі.Ойын 2-3рет қайталанып, аю жаңадан **Мақсаты** баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады. **Күтілетін нәтижелер:** өкшемен, аяқтың сыртқы	**«Болашақ»тобы** Тақырыбы: **Ойын «Құстың қауырсыны кімге барады.»** Балалар ойын алаңында еркін тұрады. Тәрбиеші құстың қауырсынын алып, үрлейді. Барлық бала жан — жаққа қаша жүгіреді, ойын жалғасады. **Мақсаты**:балалардың денесін үйлесімді дамыту, спорттық, қимылды ойындарға, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру; дене сапаларын: күш, жылдамдық, төзімділік, ептілік, икемділікті қалыптастыру; негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру; **Күтілетін нәтижелер:** өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен	**«Айгөлек» тобы** **Міндеті: :**Музыка ырғағына сәйкес түрліқарқындақимылдар жасау.Өздерінетаныс дене жаттығуларын музыкаәуенімен әсем де, ырғақты етіп орындау.Аяқты өкшеге кезектестіріп қойып,топылдату.Бірқыры ментізебүгеотырып жүру. Қарапайым музыкаырғағына сай қолды шапалақтау. Түзубағытташоқырақтапжүру.Жұптасып,шеңбербойымен қозғалу **Қолданылатын құрал-жабдықтар:**көлденеңілінгенарқан,кедергікеспекбөрене,доп. **Арнаулыжаттығулар:** -сапқатұрғызу	**«Болашақ»** **«Айгөлек»тобы** **Тақырыбы: Қимылды ойын: Доп** Мақсаты: Балаларды ұжымшылдыққа, адамгершілікке баулу. **Ойын шарты:** Балалар қатарға тұрады екі команда болып межеге допты қай команда бірінші апарады сол топ бірінші орынға, марапатқа ие болады. Ал ұтылған топ таппақ не өлең айтып өз өнерін көрсетеді **Мақсаты** баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады. **Күтілетін нәтижелер**: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді;	**«Болашақ»тобы** **Тақырыбы: Қимылды ойын: Ақ қоян** Ойын шарты: Балалар дөңгеленіп қол ұстасып тұрады, ортада бір бала қоян болады. Балалар барлығы бірлесе қоянды оятуға тырысады. -Қояным,қояным ұйқыңнан тұршы Бет-қолыңды жушы, Айнаға қарашы, Шашыңды тарашы, Мәсіңді киші, Көлегіңді киші, Енді бізді қушы-деп балалар қаша жөнеледі. балалардың денесін үйлесімді дамыту, спорттық, қимылды ойындарға, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру; дене сапаларын: күш, жылдамдық, төзімділік, ептілік, икемділікті қалыптастыру; негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық

қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді; сайланыпотырады	алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді	-сәлемдесу -оңға,солғабұрылу -жүрісжаттығулары (әртүрліқалыпта) **Әдіс-тәсілдері**:**Бадминтон**. Воландыраке ткамен белгілі бір жаққа бағыттайотырыпқағып лақтыру;	жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;	дағдылары жетілдіру; **Күтілетін нәтижелер:** өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;

Дене тәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
29.12.- 02.01.2026жж

Дайындаған: Оразов Т.Д.
Тексерген: Ирзабекова Д.О.

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек»тобы **Тақырыбы: Қимылды ойын: «Балық аулаймыз»** Мақсаты: Балалардың балықтың түрлері және	**«Болашақ»тобы** **Тақырыбы: Қимылды ойын: Қоңырау қайдан естіледі**?Балалар қабырғаға беттерін беріп тұрады. Күтуші әйел бөлменің басқа бір			

тіршілігі жайлы білімдерін толықтыру. Сөздік қорларын молайту. Балық аулауды үйрету. Шыдамдылыққа тәрбиелеу. Ойынның шарты: Ұл балалар қыздарға арнап, балық «аулап әкеледі», -деп керекті құралдарын алып кетеді. Ал қыздар ұлдарды бақылап тұрады. Ұлдар суда қандай балық түрлері бар екенін, олардың тыныс тіршілігі жайлы айтады. Содан балық аулайды. Жақсы балықшыға қыздар мадақтап , алақандарын соғады **Мақсаты** баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады. **Күтілетін нәтижелер:** өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан,	шетіне тығылып тұрады да қоңырау соғады. Тәрбиеші балаларға: «Тыңдаңдар, қоңырау қайдан соғылып тұр, қоңырауды табыңдар», -дейді. Балалар қоңырауды тапқан кезде, тәрбиеші оларды мақтайды, одан кейін балаларға тағы да қабырғаға беттерін беріп тұруды ұсынады. Күтуші әйел басқа жерге тығылады да қайтадан қоңырау соғады **Мақсаты** баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады. **Күтілетін нәтижелер**: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;			

әртүрлі бағытта жүгіреді;				

Дене тәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
05.01.-09.01.2026ж

Тексерген: Ирзабекова Д.О.
Толтырған: Оразов Т.Дж.

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек»тобы **Тақырыбы: Қимылды ойын:Ұшақтар** Балаларды ойын алаңына еркін тұрғызып, тәрбиеші өзі ұшақ болып көрсетеді. Тәрбиеші «Ұшақтар ұшады!» деген кезде барлық бала ұшақ болып ұшады. «Ұшақтар қона бастады!» дегенде барлық бала өз орындарына келіп қона	**«Болашақ» тобы** **Тақырыбы: Қимылды ойын: «Балық аулаймыз»** Мақсаты: Балалардың балықтың түрлері және тіршілігі жайлы білімдерін толықтыру. Сөздік қорларын молайту. Балық аулауды үйрету. Шыдамдылыққа тәрбиелеу. Ойынның шарты: Ұл балалар қыздарға арнап, балық «аулап әкелеміз», -деп	**МЕРЕКЕ КҮНІ**	**«Болашақ» «Айгөлек»тобы** **Тақырыбы: Қимылды ойын: Қоңырау қайдан естіледі**?Балалар қабырғаға беттерін беріп тұрады. Күтуші әйел бөлменің басқа бір шетіне тығылып тұрады да қоңырау соғады. Тәрбиеші балаларға: «Тыңдаңдар, қоңырау қайдан соғылып тұр, қоңырауды табыңдар», -дейді. Балалар қоңырауды	**«Болашақ» тобы** **Тақырыбы:Ойын**: **Күн мен жаңбыр** Балалар ашық алаңда еркін ойнап жүреді, гүл тереді, көбелек қуады, секіреді, жүгіреді.т.б. Тәрбиеші «Жаңбыр жауды!» дегенде балалар пана іздеп, үйшіктерге тығылады. Тәрбиеші «Күн шықты!» дегенде балалар қайта алаңға шығып ойындарын жалғастыра береді.

бастайды. Тәрбиешінің бастауымен ойын жалғасады. Міндеттер:негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру; ойын барысында, спорт жабдықтарын қолдануда қауіпсіздікті сақтау Күтілетін нәтижелер: түрлі тапсырмаларды орындай отырып, шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіреді; табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектейді; гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, еңбектейді; гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелейді; алға ұмтылып, ұзындыққа қос аяқпен секіреді; доптарды домалатады, заттарды қашықтыққа лақтырады, доптарды кедергілер арқылы лақтырады және қағып алады;	керекті құралдарын алып кетеді. Ал қыздар ұлдарды бақылап тұрады. Ұлдар суда қандай балық түрлері бар екенін, олардың тыныс тіршілігі жайлы айтады. Содан балық аулайды. Жақсы балықшыға қыздар мадақтап , алақандарын соғады **Мақсаты** баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады. **Күтілетін нәтижелер:** өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөренеңің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді; .		тапқан кезде, тәрбиеші оларды мақтайды, одан кейін балаларға тағы да қабырғаға беттерін беріп тұруды ұсынады. Күтуші әйел басқа жерге тығылады да қайтадан қоңырау соғады **Мақсаты** баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады. **Күтілетін нәтижелер**: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөренеңің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;	**Міндеттер:**негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру; дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты ояту, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу; әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға, жарыс сипатындағы ойындарға қызығушылыққа баулу; ойын барысында, спорт жабдықтарын қолдануда қауіпсіздікті сақтау **Күтілетін нәтижелер:** түрлі тапсырмаларды орындай отырып, шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіреді; табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектейді; гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, еңбектейді; гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелейді; алға ұмтылып, ұзындыққа қос аяқпен секіреді; доптарды домалатады, заттарды қашықтыққа лақтырады, доптарды кедергілер арқылы лақтырады және қағып алады;

Дене тәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
12.01.-16.01.2026ж

Тексерген: Ирзабекова Д.О.
Толтырған:Оразов Т.Дж.

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма

«Айгөлек»тобы **Тақырыбы: «Өртті сөндіру»** Мақсаты: Икемділіктерін дамытып, кеңістікті бағдарлай білуге үйретіп, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Құрал-жабдықтар: Су құйылған шелек, қызыл түсті кішкентай кемелер, майонездің бос шелегі, тазик. Ойын барысы: Белгілі бір ара қашықтықта балалар сапқа тұрады Шелекке су толтырады Су толтырылған шелекті бір-біріне береді Өрттерді сөндіреді Өшіріп су құйған бала бөгеттерден өтіп саптың басына барып тұрады.	**«Болашақ» тобы** Тақырыбы: **Қимылды ойын: Доп** Мақсаты: Балаларды ұжымшылдыққа, адамгершілікке баулу. Ойын шарты: Балалар қатарға тұрады екі команда болып межеге допты қай команда бірінші апарады сол топ бірінші орынға, марапатқа ие болады. Ал ұтылған топ таппақ не өлең айтып өз өнерін көрсетеді. **Мақсаты** баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады. **Күтілетін нәтижелер**: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөренеңің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді;	**«Айгөлек» тобы** **Тақырыбы: «Секіртпелі жолдар»** Максаты: Балаларды белгі бойынша алға жылжуға, тізені бүгіп аяқ ұшын көтеріп секіруге үйрету, нақтылық пен шыдамдылық танытуға дағдыландыру. Барысы: Балалар бір дөңнен екінші дөңге секіреді. Іздерді басып, қолдары белде болады «Торайды тамақтандыр» Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйретіп, дәл тигізуге дағдыландыру. Ойын барысы: Белгілі бір кедергілерден өтіп Тунельден тізерлеп өту. Секіртпеден секіріп өту. Шелектен доп алып торайдың аузына көздеп лақтыру .	**«Болашақ»** **«Айгөлек»тобы** **Тақырыбы: Қ/Қ ойынй: Автобус** Балалар қатарға бір-бірден тұрады. Тәрбиеші автобус жүргізушісі. Қалғандары жолаушылар. Тәрбиеші дыбыс берген кезде автобус жылжи бастайды. Ең әуелі баяу кейін жылдам, жылдамырақ жүреді. Балалар жүрісті баяулатады. Жүргізуші автобусты тоқтатады. Ойын тағы жалғасады. **Міндеттер:**негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру; дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты ояту, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу; әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға, жарыс сипатындағы ойындарға қызығушылыққа баулу; ойын барысында, спорт жабдықтарын қолдануда қауіпсіздікті сақтау **Күтілетін нәтижелер:** түрлі тапсырмаларды орындай отырып, шапшаң және баяу	**«Болашақ»тобы** **Тақырыбы: Қимылды ойын::Ұшақтар** Балаларды ойын алаңына еркін тұрғызып, тәрбиеші өзі ұшақ болып көрсетеді. Тәрбиеші «Ұшақтар ұшады!» деген кезде барлық бала ұшақ болып ұшады. «Ұшақтар қона бастады!» дегенде барлық бала өз орындарына келіп қона бастайды. Тәрбиешінің бастауымен ойын жалғасады. **Міндеттер:**негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру; дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты ояту, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу; әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға, жарыс сипатындағы ойындарға қызығушылыққа баулу; ойын барысында, спорт жабдықтарын қолдануда қауіпсіздікті сақтау **Күтілетін нәтижелер:**

	аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді; .		қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіреді; табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектейді; гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, еңбектейді; гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелейді; алға ұмтылып, ұзындыққа қос аяқпен секіреді; доптарды домалатады, заттарды қашықтыққа лақтырады, доптарды кедергілер арқылы лақтырады және қағып алады;	түрлі тапсырмаларды орындай отырып, шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіреді; табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектейді; гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, еңбектейді; гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелейді; алға ұмтылып, ұзындыққа қос аяқпен секіреді; доптарды домалатады, заттарды қашықтыққа лақтырады, доптарды кедергілер арқылы лақтырады және қағып алады;

Дене тәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру

процесінің циклограммасы
19.01.-23.01.2026ж

Тексерген: Ирзабекова Д.О.
Толтырған: Оразов Т.Дж.

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек»тобы «Кім жылдам?» Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйретіп, түстерді ажыратуға, шапшаңдықтарын қалыптастыру. Ойын барысы: Түрлі-түсті бөтелке қақпақтарын шашып араластыру, «1-2-3, Баста!!!» деген кезде балалар өздеріне керек түсті жинайды, болған бала сапқа тұрады. «Обручьтермен эстафеталық ойын» Балалар екі қатарға тұрады. Әр қатардың алдында 2 м жерде обручь жатады. «Алға» дегенде әр қатардағы бірінші ойыншы алға жүгіріп, обручьті жоғары көтеріп онын ішінен өтіп орнына қойып. Өз тобына жүгіріп келеді. Қай топ бірінші келсе сол	**«Болашақ» тобы** Тақырыбы: **Ойын «Кішкене өзен арқылы**.Тәрбиеші екі сызық сызады да (үйдің ішінде жіпті пайдалануға болады) балаларға: мынау – «өзен», - дейді; оның үстіне тақтайдан көпір (ұзындығы 2-3м, ені 25-30см) салады да балаларға: «Көпір арқылы жүруді үйренейік», - деп ұсынады. Балалардың бір-біріне соқтығыспай тек тақтайдың үстімен ғана жүруін бақылай отырып, тәрбиеші балаларға суға құлап кетпеуі үшін жай жүру керек деп ескертеді: балалар тақтаймен ары-бері 2-3 рет жүріп өтеді балалардың денесін үйлесімді дамыту, спорттық, қимылды ойындарға, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру; дене сапаларын: күш, жылдамдық, төзімділік, ептілік, икемділікті қалыптастыру; негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру; **Күтілетін нәтижелер:**	**«Айгөлек» тобы** Жұптық эстафета «допты беру» Мақсаты: Жылдам қозғалып, допты дәл қолға беруді, шапшаңдыққа үйрету. Құрал-жабдықтар: Доптар, топтардың санына байланысты. Ойын барысы: Ойыншылар бір-біріне қарама қарсы жұп жұбымен тұрады. Бір ойыншыда доп. Ойыншылар жүгіріп келе жатып бір біріне допты беріп отыруы тиіс. Эстафеталық ойынды бірінші аяқтаған топ жеңімпаз атанады. «Балапандар мен мысық»	**«Айгөлек»тобы** **Тақырыбы: Ұлтық Қ/Қ ойын: «Өгіз тартыс»** **Міндеттер:**негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру; дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты ояту, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу; әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға, жарыс сипатындағы ойындарға қызығушылыққа баулу; ойын барысында, спорт жабдықтарын қолдануда қауіпсіздікті сақтау **Күтілетін нәтижелер:** түрлі тапсырмаларды орындай отырып, шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіреді; табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектейді; гимнастикалық скамейка	**«Болашақ»тобы** **Тақырыбы:ҰлтықҚ/Қ ойын: «Теңге алу»** **Міндеттер:**негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру; дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты ояту, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу; әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға, жарыс сипатындағы ойындарға қызығушылыққа баулу; ойын барысында, спорт жабдықтарын қолдануда қауіпсіздікті сақтау **Күтілетін нәтижелер:** түрлі тапсырмаларды орындай отырып, шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіреді; табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектейді; гимнастикалық скамейка

жеңіске жеткен болып есептелінеді.	өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөренінің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;.	Бастапқы қозғалыс: Жай жүріс, жүгіру. Ойынға түсініктеме: Балалар тәрбиешімен бірге мысыққа жақындап: Мыс-мыс-мысығым, Қандай күшті пысығым. Пеш үстінде ұйықтайды, Көзін қатты қыспайды. Балапанды ұстайды? Мысық: Мяу! деп балаларды қуа жөнеледі.	бойымен қолдарымен тартылып, еңбектейді; гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелейді; алға ұмтылып, ұзындыққа қос аяқпен секіреді; доптарды домалатады, заттарды қашықтыққа лақтырады, доптарды кедергілер арқылы лақтырады және қағып алады;	бойымен қолдарымен тартылып, еңбектейді; гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелейді; алға ұмтылып, ұзындыққа қос аяқпен секіреді; доптарды домалатады, заттарды қашықтыққа лақтырады, доптарды кедергілер арқылы лақтырады және қағып алады;

Дене нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы

26.01. – 30.01.2026 жыл

Тексерген: Ирзабекова Д.О
Толтырған: Оразов Т.Дж.

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек»тобы «Ұшқыштар» Ойын алаңын төрт бөлікке бөліп, жалаушалар мен белгі қойылады. Жалаушалардың артына балалар қатарға төрт топқпа бөлініп тұрады. Балалар тік ұшақ жүргізушісі болады «Ұшуға дайындал» деген кезде, балалар қолдарын майыстырып ұшуға дайындалып «бж,бж,бж» ете бастайды. Енді «Ұш!» деген бұйрық берілгенде, қолдарын түзу ұстап ойын алаңын айналып ұшады. Біраз ұшқаннан кейін «Қонамыз!» деген бұйрық беріледі. Сол кезде ұшқыштар өз орындарына келіп қонады. Қай топ бірінші болып қонғанын тәрбиеші байқайды. «Апа! Жіптер байланып қалды!»	**«Болашақ» тобы** Тақырыбы: **Ойын «Кішкене өзен арқылы»**Тәрбиеші екі сызық сызады да (үйдің ішінде жіпті пайдалануға болады) балаларға: мынау – «өзен», - дейді; оның үстіне тақтайдан көпір (ұзындығы 2-3м, ені 25-30см) салады да балаларға: «Көпір арқылы жүруді үйренейік», - деп ұсынады. Балалардың бір-біріне соқтығыспай тек тақтайдың үстімен ғана жүруін бақылай отырып, тәрбиеші балаларға суға құлап кетпеуі үшін жай жүру керек деп ескертеді: балалар тақтаймен ары-бері 2-3 рет жүріп өтеді балалардың денесін үйлесімді дамыту, спорттық, қимылды ойындарға, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру; дене сапаларын: күш, жылдамдық, төзімділік, ептілік, икемділікті қалыптастыру; негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке	**«Айгөлек» тобы** «Секіртпелі жолдар» Мақсаты: Балаларды белгі бойынша алға жылжуға, тізені бүгіп аяқ ұшын көтеріп секіруге үйрету, нақтылық пен шыдамдылық танытуға дағдыландыру. Барысы: Балалар бір дөңнен екінші дөңге секіреді. Іздерді басып, қолдары белде болады «Торайды тамақтандыр» Мақсаты: Балаларды жылдамдыққа үйретіп, дәл тигізуге дағдыландыру. Ойын барысы: Белгілі бір кедергілерден өтіп Тунельден тізерлеп өту. Секіртпеден секіріп өту.	**«Болашақ»** **«Айгөлек» тобы Тақырыбы: Қойлар мен қойшы** **Мақсаты:** Балаларды бірлікке, татулыққа,ептілікке тәрбиееу.Тәрбиешінің берген белгісіне көңіл аудара білуге үйрету. **Шарты:** Қойшы сайланып алады. Қалған балалар қойлар болады. Қойшының құралдарын береді. Қойлар алыста жайылып жүреді, қойшы алыстан бақылап тұрады. Тәрбиеші: Қойшы шықты ертемен, Қойларын бағып далаға. Қойлар маңырайды, Сонан соң жамырайды, - деген кезде қойлар жан-жаққа жамырайды. Ал қойшы оларды жинақтап қораға әкеліп қамайды. Басқа қойшыны сайлайды. Ойын 3-4 рет қайталанады. балалардың денесін үйлесімді дамыту, спорттық, қимылды ойындарға, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру; дене сапаларын: күш, жылдамдық, төзімділік, ептілік,	«Болашақ» тобы **Тақырыбы: «Тығылмақ»** **Мақсаты:** Балаларды қырағылыққа,ептілікке, бірлікке тәрбиелеу. Ойынның шарты: Тәрбиеші санамақ арқылы жүргізуші сайлап алады. Жүргізуші тәрбиешінің қасында немесе белгіленген жерде көзін жұмып тұрады, ал басқа балалар тығылады. Жүргізуші: « 1-2-3-4, іздеуге шықтым». Тауып алған баланың атын атайды. Осылай 3-4 баланы тапқан соң басқа баланы сайлайды. **Мақсаты** баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады. **Күтілетін нәтижелер:** өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді;

Балалардың ішінен апаны таңдап алу. Қалған балалар оралған жіп болады. Апа дүкенге барып келгенше оралған жіп шатасып, байланып оратылады.	мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру; **Күтілетін нәтижелер:** өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөренеңің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;.	Шелектен доп алып торайдың аузына көздеп лақтыру .	икемділікті қалыптастыру; негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру; **Күтілетін нәтижелер:** аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;	жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді;

Дене нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы

02.02. – 06.02.2025 жыл

08.00-08.30 бөлме ауасын желдету 08.30 - 09.00 шығармашылық ҰІӘ дайындық 09.00- ҰІӘ басталуы				
Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек»тобының ***«ҮКІ МЕН ҚАСҚЫР»*** Ойын басталар алдында балалар өзі ұнатқан құстың есімін алады және олар таңдаған құсының үнін айнытпай сала білуі тиіс. Мысалы, көгершін, қарға, ұзақ, шымшық тағы басқалар. Ойыншылар өз арасынан үкі болатын ойнышыны таңдап алады. Ол өз ұясына кетеді, ал басқалары ақырын ғана, үкі естімейтіндей етіп, ойында қандай құс болып ойнайтынын ойластырады. Әр түрлі құс болған балалар сол құс секілді ұшады дауыстайды тоқтайды және тізе бүгіп жүреді. Әрбір ойыншы өзі таңдап алған құстың қимыл-қозғалысын, үнін айнытпай салады. «Үкі»-деген дабыл қағылған кезде құстар жылдамырақ өз ұясына жетуге ұмтылады. Егер үкі біреуін ұстап алса, онда ол оның қандай құс болғанын табуы тиіс. Тек аты дұрыс табылған	«Болашақ»тобы **Тақырыбы: “Кептерді қуып жет”** **Мақсаты**: Балалардың Денсаулыққа ойынға деген құштарлықтарын дамыту балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Балаларды ұжымда ойнай алуға тәрбиелеу. **Ойынның шарты:** Ойынды 15-20 бала ойнайды. жерге шеңбер сызылады. Ортаға тәрбиеші таңдаған бала-мысық тұрады, ал қалған балалар шеңберді айнала кептерлер болып тұрады, мысық ұйықтайды. Кептерлер шеңберді айналып жүріп, дәндерді шоқиды, мысық оянып кептерлерді қуады. Қай кептерді ұстап алса, сол бала айыппұл ретінде өлең –тақпақ айтады. **Күтілетін нәтижелер**: сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөренеңің	«Айгөлек» тобы ***ҚОЙЛАР МЕН ҚАСҚЫР»*** Ойыншылар алаңның басқа жағына тұрады, жүргізуші оған қарама-қарсы екінші жағында тұрады. Ойыншылар арасынан қасқыр мен шопан таңдалады. Жүргізуші шопанға қарап былай дейді: Жас шопан-ау, жас шопан, Ақылға құлақ тос шопан! Қойыңды айда біз жаққа Шабындығы ғажайып. Жеңілденер иығың, Бар жұмысың азайып. Сөз біткеннен кейін шопан қойын солай қарай айдайды, ал қасқыр қойларды айдап апанына тасиды. Ойын шарты. Қойлар басқа жайылымға жүгіріп баруға ұмтылады, қасқыр жүргізушінің сөзі аяқталған соң қойларды ұстауға кіріседі. Егер қасқырдың қолы тисе, онда сол қол тиген қой қолға түскен болып саналады. Қасқырдың қойды шабындық жерге өтіп кеткеннен кейін ұстауға қақысы жоқ	«Болашақ» «Айгөлек» тобының **Тақырыбы:Түсті автокөліктер” Мақсаты:** Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Жол ережесін білуге және сақтауға тәрбиелеу. **Ойынның шарты:** Балалар алаңның бір жағында тұрады, екінші жағында автокөліктер тұрады. Балалар жолда ойнап жүреді. Автокөліктер келе жатқан кезде балалар орындарына бару керек. Орнына жете алмаған бала ойыннан шығады. **Күтілетін нәтижелер:** аяқтың ұшымен, тізені	«Болашақ тобының **Тақырыбы“Поезд”** **Мақсаты:** Балалардың денсаулыққа, ойынға деген құштарлықтарын дамыту, балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Балаларды салауатты өмір салтына тәрбиелеу. **Ойынның шарты:**Тәрбиеші балаларға поезд болып ойнайық, мен паравоз боламын, ал сендер вагонсыңдар, пуп-пуп-пуп. Паравоз белгі бергенде поезд ақырындайды, содан кейін қатты, яғни тез жүреді **Күтілетін нәтижелер:** өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді;

құс ғана болады.	бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;		жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;	

11.10-11.30- бөлме ауасын желдетеді. Тазалық жұмыстары.
Дайындаған: Оразов Т. Тексерді:Ирзабекова Д,О.

Дене нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
09.02. – 13.02.2026 жыл

08.00-08.30 бөлме ауасын желдету
08.30 - 09.00 шығармашылық ҰІӘ дайындық
09.00- ҰІӘ басталуы

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек»тобының ***«АЛАКҮШІК»*** Бұл ежелгі халық ойындарының бірі. Ойынды көбінесе жабық алаңда, мектеп ауласында, жазғытұрым, күз айларында ойнайды. Ойынға жиналғандар топтасып тұрады да, «Алакүшіктің» назарын өзіне аударуға тырысады. Ал «Алакүшік» ойнаушылардың біреуін қолға түсіруге тиіс. Қолға түскен ойыншы «Алакүшік» болады да, бұрынғы «Алакүшік» болған ойыншы, енді ойыншылардың қатарына қосылады. Ойын осылай жалғаса береді. Ойын балалардың таза ауада демалуларына жүгіруге	«Болашақ» тобы **Тақырыбы: “Кептерді қуып жет”** **Мақсаты**: Балалардың Денсаулыққа ойынға деген құштарлықтарын дамыту балалардың дене қимылдарын , бұлшық еттерін жетілдіру, ойын арқылы көңіл-күйлерін көтеру.Ептілікке, шапшаңдыққа, қызыға ойнауға баулу, ойынға деген қызығушылықтарын, белсенділіктерін арттыру. Балаларды ұжымда ойнай алуға тәрбиелеу. **Ойынның шарты:** Ойынды 15-20 бала ойнайды. жерге шеңбер сызылады. Ортаға тәрбиеші таңдаған бала-мысық тұрады, ал қалған балалар шеңберді айнала кептерлер болып тұрады, мысық ұйықтайды. Кептерлер шеңберді	«Айгөлек» тобы **«ҚУАЛАСПАҚ»** Ойынды төменгі сынып оқушылары ойнайды. Ойыншылардың біреуін «қуғыншы» етіп тағайындайды. Ойыншылар белгіленген алаңның ішіне (шеңбер) орналасады. Ойын жүргізуші «мен қуғыншымын» деп айқайлайды да, ойыншыларды қуалай бастайды. Ұсталған ойыншы «қуғыншының» рөлін ойнайды. Ал бұрынғы «қуғыншы» басқа ойыншылармен қашып жүреді. Осылайша ойын жалғаса береді.	«Болашақ» «Айгөлек» тобының **«БҰҒНАЙ»** Ойын жүргізуші ойынға қатысушыларды айнала отырғызып, бірінші «бұғынай», үшінші «бұғынай» т.б. деп бас-басына реттік санмен атап шығады да, кез-келген бірін, мәселен, он жетінші «бұғынайды» тап шақырады. Аты аталған «бұғынай» орнынан ұшып тұрып, келесі біреуін шақыруы керек. Әдетте малдасын құрып не жүресінен отырған балалар бірден тез тұра алмай қалады, ал кейбір сасқалақ	«Болашақ» тобының ***«ӨТКЕЛ» ОЙЫНЫ*** Тереңдігі ойыншылардың белінен келетін өткелдегі су ішінде олар бір қатар болып арғы жағаға қарап тізіліп тұрады. Белгі берілісімен балалар екі қолымен кезек есу қимылын орындай отырып келесі жағаға тез жетуге әрекеттенеді. Өткелден өту кезінде балалар хормен мынадай тақпақ айтып бара жатады: Қолмен суды есемін, есемін, Жағаға тез жетемін, жетемін. **Күтілетін нәтижелер:** өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді;

жылдамдыққа тез шешім қабылдай білуге, сергектікке үйретеді.	айналып жүріп, дәндерді шоқиды, мысық оянып кептерлерді қуады. Қай кептерді ұстап алса, сол бала айыппұл ретінде өлең –тақпақ айтады. **Күтілетін нәтижелер**: сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөренеңің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;		ойыншы аты аталмаса да орынынан ұшып тұрады. Мұндай ойыншылар айыпты саналып, көпшіліктің ұйғаруымен ортаға шығып, өнер көрсетеді.	жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді;

Дайындаған: Оразов Т. **Тексерді: Ирзабекова Д.О**

Дене нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
16.02. – 20.02.2026 жыл

08.00-08.30 бөлме ауасын желдету 08.30 - 09.00 шығармашылық ҰІӘ дайындық 09.00- ҰІӘ басталуы				
Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек»тобының ***«ШОРТАН» ОЙЫНЫ*** Бір ойыншы шортан деп белгіленіп,ол су ішінде теріс қарап тұрады.Ал қалған ойншылар судың ішінде өз беттерімен балық болып жүзіп жүреді. Шортан «Шортан!» деп өзін атын атай дауыстап белгі бергенде балалар судан	«Болашақ» тобы ***«ТУННЕЛЬ» ОЙЫНЫ*** Екі бала су ішінде қол ұстасып туннель жасап тұрады.Басқалар туннельдің астымен бір-бірлеп сүңгіп өтіп шығуға тиіс.Ойыншылар түгел өтіп шыққан соң басқа екі бала туннель жасап, ойын әрі қарай жалғастырады.	«Айгөлек» ***«МҰРЫН–ҚҰЛАҚ–МҰРЫН»ОЙЫНЫ*** Мұғалім сұқ саусағын мұрынына тигізіп, қатарынан үш рет «мұрын» дейді. Балалар оның істегені мен айтқанын қайталап	«Болашақ» «Айгөлек» тобының ***«ШАТАСПА» ОЙЫНЫ*** Мұғалім алдымен оқушыларға бірнеше қарапайым әрі жеңіл ойын жаттығуларды көрсетіп шығады. Сонан соң балалар оларды мұғалімге алданбай дұрыс орындап шығулары	«Болашақ» тобының ***«ҰСТАТПАЙТЫН ЖІП» ОЙЫНЫ*** Ара қашықтығы 3-5 м жердегі екі орындықтың үстінде екі бала теріс қарап отырады. Екі орындықтың астымен өтіп ұзын жіп жатады. Ойынды бастау белгісі берілгенде ойыншылар тұра салып,

бастарын ғана шығарып отыра қалады. Кім отырып үлгірмесе, сол шортан болып, ойынды әрі қарай жалғастырады.		отыруға тиіс. Келесі жолы мұғалім: «Мұрын – мұрын-мұрын-құлақ», - деп, сұқ саусағын иегіне тигізеді. Ал балалар мұғалімнің істегенін емес, айқанын ғана орындаулары керек.	керек. Мұғалім ойын-жаттығулардың шартын айтып береді: «Қолды тізіге қой, кеуденің алдында шапалақта,оң қолымен мұрныңды ұста, сол қолымен оң құлағынды ұста, содан кейін қол шапалақтап,сол қолыңмен мұрныңды ұста, оң қолымен сол құлағынды ұста» Жаттығуларды орындауды бірте –бірте тездетіп, бірнеше қайталау керек. Тек оқушылар шатаспай орындауға тиіс.	орындықтарын үш рет айналып келіп қайта отыра қалып, еденде жатқан жіпті өзіне қарай тартып ала қоюға тырысады. Жіпті кім бұрын өзіне қарай тартып ала қойса, сол жеңген болып есептеледі.

11.10-11.30- бөлме ауасын желдетеді. Тазалық жұмыстары.

Дайындаған: Оразов Т. Тексерді: Ирзабекова Д.О.

Дене нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
23.02. – 27.02.2026 жыл

08.00-08.30 бөлме ауасын желдету 08.30 - 09.00 шығармашылық ҰІӘ дайындық 09.00- ҰІӘ басталуы

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек»тобының ***«ҮШТЕН ЕКЕУ» ОЙЫНЫ*** Үш кеглиді қатар қойып, екі жағында екі бала теріс қарап тұрады. Олар жай тұрмай, қолды атқа немесе желкеге қойып билеу, бір орында тұрып жүгіру, секіру, жүрелеп отырып жүру, т.б. қимылдар жасап тұрады. «Тоқта!» деген дауыс естілгенде әр бала екі кеглиді алып үлгеруге тырысады. Кім бірінші болып екі кегли алып үлгерсе, сол жеңеді.	«Болашақ» тобы ***«АСЫҚ ИІРУ»ОЙЫНЫ*** Екі бала қарама-қарсы немесе бірнеше бала шеңбер жасап отырады. Әр ойыншы өз кезегі келгенде асығын ортаға иіріп тастайды. Кімнің асығы алшы түссе, сол бір ұпай алады. Ойын келісім бойынша жалғаса береді. Кім көп ұпай жинаса, сол жеңген болып есептеледі.	«Айгөлек» тобы ***«КІМ ТЕЗ?» ОЙЫНЫ*** Ұзындығы 2-3 метр, дәл ортасына белгі салынған лентаның екі ұшын екі таяқшаға бекітеді. Сонан соң екі бала қарама-қарсы тұрып, саусақтарымен Таяқшаны тез-тез айналдырып лентаны орай бастайды. Лентаның ортасындағы белгіге кім бұрын жетсе, сол жеңген болып есептеледі.	«Болашақ» «Айгөлек» тобының ***«ЕКІ ШЕҢБЕР» ОЙЫНЫ*** Ойыншылар сыртқы және ішкі деп аталатын екі шеңбер жасап тұрады. Ойын басталысымен екі шеңбер бойындағылар қарама-қарсы бағытта қол ұстапсып жүгіре бастайды. Тоқтауға белгі берген кезде сыртқы шеңбердің ойыншылары ішкі шеңбердегілер жүрелеп отырып үлгергенше оларға қол тигізулері керек. Ішкі шеңбердің қол тиген ойыншылары қашан таусылғанша сыртқы шеңберге келіп қосыла береді. Ойынды бірнеше рет қайталап ойнауға болады.	«Болашақ» тобының ***«ҚҰЙЫН» ОЙЫНЫ*** Ойыншылар 6-7 баладан бөлініп, бірнеше тізбек болып сап түзеп тұрады. Ойынды бастауға белгі берілген бетте тізбектегі бірінші тұрған бала тез артқа бұрылады. Ал екінші бала екі қолымен оны белінен қапсыра құшақтап бір айналған соң оларға үшінші бала қосылады. Онан соң төртінші бала, сөйтіп командадағы балалардың бәрі қосылып бір айналғанда ойын бітеді. Ойынды қай команда бірінші аяқтаса, сол жеңіске жетеді.

11.10-11.30- бөлме ауасын желдетеді. Тазалық жұмыстары.
14.00-15.00 – Тәрбиешілермен байланыс.

Дайындаған: Оразов Т. Тексерді: Ирзабекова Д.О

Дене нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
03.03. – 07.03.2026.жыл
ортаңғы топ және ересек топ

08.00-08.30 бөлме ауасын желдету 08.30 - 09.00 шығармашылық ҰІӘ дайындық 09.00- ҰІӘ басталуы				
Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек» ересек тобының **«ҚУАЛАСПАҚ»** Ойынды төменгі сынып оқушылары ойнайды. Ойыншылардың біреуін «қуғыншы» етіп тағайындайды. Ойыншылар белгіленген алаңның ішіне (шеңбер) орналасады. Ойын жүргізуші «мен қуғыншымын» деп айқайлайды да, ойыншыларды қуалай бастайды. Ұсталған ойыншы «қуғыншының» рөлін ойнайды. Ал бұрынғы «қуғыншы» басқа ойыншылармен қашып жүреді. Осылайша ойын жалғаса береді.	«Болашақ» тобының ***«ТУННЕЛЬ» ОЙЫНЫ*** Екі бала су ішінде қол ұстасып туннель жасап тұрады.Басқалар туннельдің астымен бір-бірлеп сүңгіп өтіп шығуға тиіс.Ойыншылар түгел өтіп шыққан соң басқа екі бала туннель жасап, ойын әрі қарай жалғастырады.	«Айгөлек» тобы ***«ШАТАСПА» ОЙЫНЫ*** Тәрбиеші алдымен оқушыларға бірнеше қарапайым әрі жеңіл ойын жаттығуларды көрсетіп шығады. Сонан соң балалар оларды Тәрбиешіге алданбай дұрыс орындап шығулары керек. Тәрбиеші ойын-жаттығулардың шартын айтып береді: «Қолды тізіге қой, кеуденің алдында шапалақта,оң қолымен мұрныңды ұста, сол қолымен оң құлағынды ұста, содан кейін қол шапалақтап,сол қолыңмен мұрныңды ұста, оң қолымен сол құлағынды ұста» Жаттығуларды орындауды бірте –бірте тездетіп, бірнеше қайталау керек. Тек оқушылар шатаспай орындауға тиіс.	«Болашақ» «Айгөлек» тобының ***«ЕКІ ШЕҢБЕР» ОЙЫНЫ*** Ойыншылар сыртқы және ішкі деп аталатын екі шеңбер жасап тұрады. Ойын басталысымен екі шеңбер бойындағылар қарама-қарсы бағытта қол ұстапсып жүгіре бастайды. Тоқтауға белгі берген кезде сыртқы шеңбердің ойыншылары ішкі шеңбердегілер жүрелеп отырып үлгергенше оларға қол тигізулері керек. Ішкі шеңбердің қол тиген ойыншылары қашан таусылғанша сыртқы шеңберге келіп қосыла береді. Ойынды бірнеше рет қайталап ойнауға болады.	«Болашақ»» тобының ***«ҮШТЕН ЕКЕУ» ОЙЫНЫ*** Үш кеглиді қатар қойып, екі жағында екі бала теріс қарап тұрады. Олар жай тұрмай, қолды атқа немесе желкеге қойып билеу, бір орында тұрып жүгіру, секіру, жүрелеп отырып жүру, т.б. қимылдар жасап тұрады. «Тоқта!» деген дауыс естілгенде әр бала екі кеглиді алып үлгеруге тырысады. Кім бірінші болып екі кегли алып үлгерсе, сол жеңеді.

Дене нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
09.03. – 13.03.2026.жыл
ортаңғы топ және ересек топ

08.00-08.30 бөлме ауасын желдету 08.30 - 09.00 шығармашылық ҰІӘ дайындық 09.00- ҰІӘ басталуы				
Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек» ересек тобының **Мерекелік демалыс**	«Болашақ» тобы ***«КІМ ТЕЗ?» ОЙЫНЫ*** Ұзындығы 2-3 метр, дәл ортасына белгі салынған лентаның екі ұшын екі таяқшаға бекітеді. Сонан соң екі бала қарама-қарсы тұрып, саусақтарымен Таяқшаны тез-тез айналдырып	«Айгөлек» тобы ***«АСЫҚ ИІРУ»ОЙЫНЫ*** Екі бала қарама-қарсы немесе бірнеше бала шеңбер жасап отырады. Әр ойыншы өз кезегі келгенде асығын ортаға иіріп тастайды. Кімнің асығы алшы түссе, сол бір ұпай алады. Ойын келісім бойынша	«Болашақ» «Айгөлек» тобының ***«ҚАҚПАН» ОЙЫНЫ*** 4 немесе 6 ойыншы шеңбер жасай қол ұстасып «қақпан» құрып тұрады. Басқа ойыншылар ойынды бастауға белгі берілісімен шеңбердің кез келген жерінен шығып жүре береді. Екінші	«Болашақ» тобының **Тақырыбы: Айна** **Мақсаты:** Баланың зейіні мен байқампаздығын әрі әр түрлі дене қимылдарын жетілдіру. Әр бала – «айна» болады. Жүргізуші әр айнаға бір барып, сол «айнаға» қарап, түрлі қимылдар жасайды.

	лентаны орай бастайды. Лентаның ортасындағы белгіге кім бұрын жетсе, сол жеңген болып есептеледі.	жалғаса береді. Кім көп ұпай жинаса, сол жеңген болып есептеледі.	белгі бергенде (ысқырық естілгенде) қақпан құрып тұрғандар тез жүрелей отырып, іштегілерді ұстап қалады, яғни олар қақпанға түскен болып есептеледі. «Қақпанға түскен» ойыншылар ойыннан шығарыла береді.	«Айна – бала» сол қимылдарды үлгіріп, әрі дәл қайталауы керек. Ең дұрыс «айна-бала» - жүргізуші болады. Ойын осылай қайталана береді.

Дене нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
16.03. – 20.03.2026.жыл
ортаңғы топ және ересек топ

08.00-08.30 бөлме ауасын желдету 08.30 - 09.00 шығармашылық ҰІӘ дайындық 09.00- ҰІӘ басталуы				
Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек» ересек тобының **«ҚУАЛАСПАҚ»** Ойынды төменгі сынып оқушылары ойнайды. Ойыншылардың біреуін «қуғыншы» етіп	«Болашақ» тобы ***«ҰСТАТПАЙТЫН ЖІП» ОЙЫНЫ*** Ара қашықтығы 3-5 м жердегі екі орындықтың үстінде екі	«Айгөлек» тобы ***«БЕР ДЕ ОТЫР» ОЙЫНЫ*** Ойыншылар 5-6 баладан бөлініп, бірнеше тізбек болып қатар сап түзеп	«Болашақ» «Айгөлек» тобының ***«ҚҰЙЫН» ОЙЫНЫ*** Ойыншылар 6-7 баладан бөлініп, бірнеше	«Болашақ» тобының ***«СОҚПА ДОП» ОЙЫНЫ*** Ойыншылар екі командаға бөлінеді. Бірінші команданың ойыншылары алаңның шетіндегі сөре

тағайындайды. Ойыншылар белгіленген алаңның ішіне (шеңбер) орналасады. Ойын жүргізуші «мен қуғыншымын» деп айқайлайды да, ойыншыларды қуалай бастайды. Ұсталған ойыншы «қуғыншының» рөлін ойнайды. Ал бұрынғы «қуғыншы» басқа ойыншылармен қашып жүреді. Осылайша ойын жалғаса береді.	бала теріс қарап отырады. Екі орындықтың астымен өтіп ұзын жіп жатады. Ойынды бастау белгісі берілгенде ойыншылар тұра салып, орындықтарын үш рет айналып келіп қайта отыра қалып, еденде жатқан жіпті өзіне қарай тартып ала қоюға тырысады. Жіпті кім бұрын өзіне қарай тартып ала қойса, сол жеңген болып есептеледі	тұрады. Әр тізбектің алдында 5-6 м жерде қолына доп ұстаған сол тізбектің капитаны тұрады. Белгі берілісімен капитан допты тізбектегі бірінші балаға лақтырып береді. Ал ол қағып алған бетте допты бірден капитанға лақтырады да, өзі жүрелеп отыра қалады. Осыдан кейін капитан допты екінші ойыншыға, содан соң үшінші ойыншыға, сөйтіп соңғы ойыншыға допты қайырып отыра қалғанға дейін лақтырады. Капитан допты соңғы ойыншыдан алған бетте оны жоғары көтереді. Ойыншылар орындарынан тұрып, сапты түзейді. Қай команданың капитаны допты бірінші болып допты жоғары көтерсе, сол команда жеңімпаз атанады. Ойынды бірнеше рет қайталап ойнауға болады.	тізбек болып сап түзеп тұрады. Ойынды бастауға белгі берілген бетте тізбектегі бірінші тұрған бала тез артқа бұрылады. Ал екінші бала екі қолымен оны белінен қапсыра құшақтап бір айналған соң оларға үшінші бала қосылады. Онан соң төртінші бала, сөйтіп командадағы балалардың бәрі қосылып бір айналғанда ойын бітеді. Ойынды қай команда бірінші аяқтаса, сол жеңіске жетеді. Ойынды қайталап ойнауға да болады.	сызығында қатар тізіліп тұрады да, екінші команданың ойыншылары алаңда еркінше шашырап жүреді. Ойын басталған сәтте бірініші команданың капитаны кішкене допты қолында қақпа таяғы бар бір жақ қапталда тұрған екінші команданың капитанына лақтырып береді. Ал ол допты қақпа таяқпен алаңдағы өз ойыншыларына қарай бағыттап ұрады.Осы кезде сөре сызығында тұрған бірінші команданың ойыншылары қарсы беттегі мәре сызығына қарай жүгіреді. Бұл сәтте екінші команданың ойыншылары ұшып келе жатқан допты қағып алып, оны жүгіріп бара жатқан бірінші команның ойыншыларына тигізуге тырысып лақтырады. Доп бір ойыншыға тисе, командалар орындарын ауыстырып ойнайды.

Дене нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы

23.03. – 27.03.2026.жыл
ортаңғы топ және ересек топ

08.00-08.30 бөлме ауасын желдету 08.30 - 09.00 шығармашылық ҰІӘ дайындық 09.00- ҰІӘ басталуы				
Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Мерекелік демалыс	**Мерекелік демалыс**	**Мерекелік демалыс**	«Болашақ» «Айгөлек» тобының **«ҚУАЛАСПАҚ»** Ойынды төменгі сынып оқушылары ойнайды. Ойыншылардың біреуін «қуғыншы» етіп тағайындайды. Ойыншылар белгіленген алаңның ішіне (шеңбер) орналасады. Ойын жүргізуші «мен қуғыншымын» деп айқайлайды да, ойыншыларды қуалай бастайды. Ұсталған ойыншы «қуғыншының» рөлін ойнайды. Ал бұрынғы «қуғыншы» басқа ойыншылармен қашып жүреді. Осылайша ойын жалғаса береді.	Болашақ» тобының ***«ҮШТЕН ЕКЕУ» ОЙЫНЫ*** Үш кеглиді қатар қойып, екі жағында екі бала теріс қарап тұрады. Олар жай тұрмай, қолды атқа немесе желкеге қойып билеу, бір орында тұрып жүгіру, секіру, жүрелеп отырып жүру, т.б. қимылдар жасап тұрады. «Тоқта!» деген дауыс естілгенде әр бала екі кеглиді алып үлгеруге тырысады. Кім бірінші болып екі кегли алып үлгерсе, сол жеңеді.

Дене нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы

30.03. – 03.04.2026.жыл
ортаңғы топ және ересек топ

08.00-08.30 бөлме ауасын желдету 08.30 - 09.00 шығармашылық ҰІӘ дайындық 09.00- ҰІӘ басталуы				
Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек» ересек тобының **«Аңшылар мен қояндар»** Балалар екі топқа бөлінеді: «аңшылар» және «қояндар». Қояндар алаң ішінде еркін жүгіреді. Аңшылар доппен қояндарды тигізуге тырысады (бастан жоғары лақтыруға болмайды). Доп тиген қоян ойыннан уақытша шығады немесе аңшылар қатарына қосылады. Белгілі уақыттан кейін рөлдер ауысады.	«Болашақ» тобы **«Бағдаршам»** Тәрбиеші «бағдаршам» рөлінде болады. «Жасыл» дегенде балалар жүгіреді. «Сары» дегенде баяулайды. «Қызыл» дегенде тоқтайды. Қателескен бала бір қадам артқа шегінеді немесе ойыннан шығады.	Айгөлек» тобы **«Кедергіден өту» (эстафета)** Балалар топқа бөлінеді. Әр топ белгіленген кедергілерден (секіру, еңбектеу, айналып өту) өтеді. Барлық тапсырманы дұрыс әрі жылдам орындаған топ жеңімпаз болады.	«Болашақ» «Айгөлек» тобының **«Орныңды тап»** Балалар шеңбер жасап тұрады. Бір бала ортада болады. Музыка ойнағанда балалар орындарын ауыстырады. Музыка тоқтағанда әркім бос орынға тұруы керек. Орны қалмаған бала ортаға шығады.	«Болашақ» тобының **«Кім тез жинайды?»** Алаңға түрлі ұсақ заттар шашылады (доптар, кубиктер). Белгі бойынша балалар оларды тез жинап, белгіленген орынға апарады. Ең көп және жылдам жинаған бала немесе топ жеңеді.

Дене нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы

06.04. – 10.04.2026.жыл

ортаңғы топ және ересек топтары

08.00-08.30 бөлме ауасын желдету 08.30 - 09.00 шығармашылық ҰІӘ дайындық 09.00- ҰІӘ басталуы				
Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек» ересек тобының **«Қасқыр мен қояндар»** **Шарты:** Балалардың біреуі – қасқыр, қалғандары – қояндар. Қояндар алаңда еркін жүреді. Тәрбиеші белгі бергенде қасқыр қояндарды ұстап алуға тырысады. Ұсталған бала келесі айналымда қасқыр болады.	«Болашақ» тобы **.«Түстерді тап»** **Шарты:** Алаңға түрлі түсті белгілер қойылады. Тәрбиеші бір түсті атайды (мысалы, «қызыл!»), балалар сол түске тез барып тұруы керек. Кім кешігіп қалса, ойыннан уақытша шығады немесе тапсырма орындайды.	«Айгөлек» тобы **«Кім жылдам?»** **Шарты:** Балалар екі топқа бөлінеді. Белгі бойынша жүгіріп, белгілі бір нысанды (доп, жалауша) алып қайтуы керек. Қай топ бірінші аяқтаса, сол топ жеңімпаз болады.	«Болашақ» «Айгөлек» тобының **«Аю мен аралар»** **Шарты:** Бір бала – аю, қалғандары – аралар. Аралар «ұяда» тұрады. Белгі берілгенде аралар ұшып шығады, ал аю оларды ұстауға тырысады. Ұсталған ара аюға айналады.	«Болашақ» тобының **Орныңды тап»** **Шарты:** Балалар шеңбер жасап тұрады. Әр баланың орны белгіленеді. Музыка қосылғанда балалар қозғалады (жүреді, билейді). Музыка тоқтағанда, әр бала өз орнына тез барып тұруы керек.

Дене нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы

13.04. – 17.04.2026.жыл
ортаңғы топ және ересек топтары

08.00-08.30 бөлме ауасын желдету 08.30 - 09.00 шығармашылық ҰІӘ дайындық 09.00- ҰІӘ басталуы				
Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек» ересек тобының **«Ақ қоян»** **Шарты:** Балалар шеңбер жасап тұрады. Бір бала – «қоян». Ән немесе өлең айтылып жатқанда қоян шеңбер ішінде секіреді. Белгі берілгенде қоян басқа баланы таңдап, орнын ауыстырады. **Дамытады:** секіру, ырғақ, зейін	**«Болашақ» тобы** **«Кім тез жинайды?»** **Шарты:** Алаңға ұсақ заттар (доптар, текшелер) шашылады. Белгі бойынша балалар оларды тез жинап, себетке салады. Кім көп жинаса – жеңімпаз. **Дамытады:** жылдамдық, ептілік	**«Айгөлек» тобы** **«Ұшты-ұшты»** **Шарты:** Тәрбиеші «ұшты-ұшты, торғай ұшты» дейді – балалар қолын көтереді. Ал ұшпайтын зат айтылса, қол көтермеу керек. Қателескен бала ойыннан шығады немесе тапсырма орындайды. **Дамытады:** зейін, ойлау	«Болашақ» «Айгөлек» тобының **«Арқан тартыс»** **Шарты:** Балалар екі топқа бөлініп, арқанды өз жағына тартуға тырысады. Қай топ қарсыласын өз жағына өткізсе – жеңеді. **Дамытады:** күш, ұйымшылдық	«Болашақ» тобының **«Секіріп өт»** **Шарты:** Жерге сызық немесе арқан қойылады. Балалар оны секіріп өтуі керек. Қашықтық біртіндеп ұлғайтылады. **Дамытады:** секіру қабілеті, батылдық **«Қуып жет»** **Шарты:** Балалар шеңбер бойымен тұрады. Бір бала екіншісін қуалайды. Қуып жетсе, орындарын ауыстырады. **Дамытады:** жылдамдық, төзімділік

Дене нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы

20.04. – 24.04.2026.жыл
ортаңғы топ және ересек топ

08.00-08.30 бөлме ауасын желдету 08.30 - 09.00 шығармашылық ҰІӘ дайындық 09.00- ҰІӘ басталуы				
Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек» ересек тобының **«Жалаушаға жет»** **Шарты:** Балалар белгі бойынша жүгіріп, жалаушаға жетуі керек. Бірінші жеткен бала жеңімпаз болады. **Дамытады:** жылдамдық **«Қояндар мен сәбіздер»** **Шарты:** Алаңға «сәбіздер» қойылады. Балалар-қояндар оларды жинайды. Белгі бойынша тез әрекет ету керек. **Дамытады:** ептілік, жылдамдық	**«Болашақ» тобы** **«Секіріп өт»** **Шарты:** Жерге сызық немесе арқан қойылады. Балалар оны секіріп өтуі керек. Қашықтық біртіндеп ұлғайтылады. **Дамытады:** секіру қабілеті, батылдық **«Кім тыныш?»** **Шарты:** Балалар еркін қозғалады. «Тыныш!» дегенде бәрі қатып қалуы керек. Қозғалған бала ойыннан шығады. **Дамытады:** өзін-өзі бақылау, зейін			

Дене нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы

27.04. – 01.05.2026.жыл
ортаңғы топ және ересек топ

08.00-08.30 бөлме ауасын желдету 08.30 - 09.00 шығармашылық ҰІӘ дайындық 09.00- ҰІӘ басталуы				
Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек» ересек тобының ***«ҮШТЕН ЕКЕУ» ОЙЫНЫ*** Үш кеглиді қатар қойып, екі жағында екі бала теріс қарап тұрады. Олар жай тұрмай, қолды атқа немесе желкеге қойып билеу, бір орында тұрып жүгіру, секіру, жүрелеп отырып жүру, т.б. қимылдар жасап тұрады. «Тоқта!» деген дауыс естілгенде әр бала екі кеглиді алып үлгеруге тырысады. Кім бірінші болып екі кегли алып үлгерсе, сол жеңеді.	«Болашақ» тобы ***«АСЫҚ ІІРУ»ОЙЫНЫ*** Екі бала қарама-қарсы немесе бірнеше бала шеңбер жасап отырады. Әр ойыншы өз кезегі келгенде асығын ортаға иіріп тастайды. Кімнің асығы алшы түссе, сол бір ұпай алады. Ойын келісім бойынша жалғаса береді. Кім көп ұпай жинаса, сол жеңген болып есептеледі.	«Айгөлек» тобы ***«КІМ ТЕЗ?» ОЙЫНЫ*** Ұзындығы 2-3 метр, дәл ортасына белгі салынған лентаның екі ұшын екі таяқшаға бекітеді. Сонан соң екі бала қарама-қарсы тұрып, саусақтарымен Таяқшаны тез-тез айналдырып лентаны орай бастайды. Лентаның ортасындағы белгіге кім бұрын жетсе, сол жеңген болып есептеледі.	«Болашақ» «Айгөлек» тобының ***«КЕЗДЕСУ» ОЙЫНЫ*** Ойыншылар екі баладан жұп құрап, қолдарына шар не доп ұстап 6-8 м жерде бір-біріне қарама-қарсы тұрады. Мұғалім ойнауға белгі берілісімен әр жұп доптарын (шарларын) бір-біріне қарай домлатып тигізуге тырысады. Доптары тиген ойыншылар ұпай алады. Ойынның соңында қай жұптың ұпайы көп болса, сол жұп жеңіске жетеді	«Болашақ» тобының ***«Екі шеңбер ойыны»*** Ойыншылар сыртқы және ішкі деп аталатын екі шеңбер жасап тұрады. Ойын басталысымен екі шеңбер бойындағылар қарама-қарсы бағытта қол ұстапсып жүгіре бастайды. Тоқтауға белгі берген кезде сыртқы шеңбердің ойыншылары ішкі шеңбердегілер жүрелеп отырып үлгергенше оларға қол тигізулері керек. Ішкі шеңбердің қол тиген ойыншылары қашан таусылғанша сыртқы шеңберге келіп қосыла береді. Ойынды бірнеше рет қайталап ойнауға болады.

Денетәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру

процесінің циклограммасы
04.05.-08.05.2026ж

Дайындаған: Оразов Т.Д.
Тексерген:Ирзабекова Д

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек»тобы Тақырыбы: **Қимылды ойын: Аю** Ойын мақсаты: Балаларды ұйымшылдыққа, алғырлыққа баулу. Ойын шарты:Бір бала аю болып сайланады, Қалған балалар қоян болады. Қояндар орманда ойнап жүріп ұйықтап жатқан аюды оятып жібереді. Аю ашуланып қуа жөнеледі.Ойын 2-3рет қайталанып, аю жаңадан **Мақсаты** баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады. **Күтілетін нәтижелер:** өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді;	**«Болашақ»тобы** Тақырыбы: **Ойын «Құстың қауырсыны кімге барады.»** Балалар ойын алаңында еркін тұрады. Тәрбиеші құстың қауырсынын алып, үрлейді. Барлық бала жан — жаққа қаша жүгіреді, ойын жалғасады. **Мақсаты**:балалардың денесін үйлесімді дамыту, спорттық, қимылды ойындарға, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру; дене сапаларын: күш, жылдамдық, төзімділік, ептілік, икемділікті қалыптастыру; негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру; **Күтілетін нәтижелер:** өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және	**«Айгөлек» тобы** **Міндеті: :**Музыка ырғағына сәйкес түрліқарқындақимылдар жасау.Өздерінетаныс дене жаттығуларын музыкаәуенімен әсем де, ырғақты етіп орындау.Аяқты өкшеге кезектестіріп қойып,топылдату.Бірқыры ментізебүгеотырып жүру. Қарапайым музыкаырғағына сай қолды шапалақтау. Түзубағытташоқырақтапжүру.Жұптасып,шеңбербойымен қозғалу **Қолданылатын құрал-жабдықтар:**көлденеңілінгенарқан,кедергікеспекбөрене,доп. **Арнаулыжаттығулар:** -сапқатұрғызу -сәлемдесу	**«Болашақ»** **«Айгөлек»тобы** **Тақырыбы: Қимылды ойын: Доп** Мақсаты: Балаларды ұжымшылдыққа, адамгершілікке баулу. **Ойын шарты:** Балалар қатарға тұрады екі команда болып межеге допты қай команда бірінші апарады сол топ бірінші орынға, марапатқа ие болады. Ал ұтылған топ таппақ не өлең айтып өз өнерін көрсетеді **Мақсаты** баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады. **Күтілетін нәтижелер**: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен	**«Болашақ»тобы** **Тақырыбы: Қимылды ойын: Ақ қоян** Ойын шарты: Балалар дөңгеленіп қол ұстасып тұрады, ортада бір бала қоян болады. Балалар барлығы бірлесе қоянды оятуға тырысады. -Қояным,қояным ұйқыңнан тұршы Бет-қолыңды жушы, Айнаға қарашы, Шашыңды тарашы, Мәсіңді киші, Көлегіңді киші, Енді бізді қушы-деп балалар қаша жөнеледі. балалардың денесін үйлесімді дамыту, спорттық, қимылды ойындарға, спортпен айналысуға қызығушылықты арттыру; дене сапаларын: күш, жылдамдық, төзімділік, ептілік, икемділікті қалыптастыру; негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру;

жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді; сайланыпотырады	қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді	-оңға,солғабұрылу -жүрісжаттығулары (әртүрліқалыпта) **Әдіс-тәсілдері**:**Бадминтон**. Воландыракеткамен белгілі бір жаққа бағыттайотырыпқағып лақтыру;	алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;	**Күтілетін нәтижелер:** өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;

Дене тәрбие нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
11.05.-15.05.2026ж

Тексерген: Ирзабекова Д.О.
Толтырған: Оразов Т.Дж.

Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек»тобы **Тақырыбы: Қимылды ойын:Ұшақтар** Балаларды ойын алаңына еркін тұрғызып, тәрбиеші өзі ұшақ болып көрсетеді. Тәрбиеші «Ұшақтар	**«Болашақ» тобы** **Тақырыбы: Қимылды ойын: «Балық аулаймыз»** Мақсаты: Балалардың балықтың түрлері және тіршілігі жайлы білімдерін толықтыру. Сөздік қорларын	**МЕРЕКЕ КҮНІ**	**«Болашақ» «Айгөлек»тобы** **Тақырыбы: Қимылды ойын: Қоңырау қайдан естіледі**?Балалар қабырғаға беттерін беріп тұрады. Күтуші әйел бөлменің басқа бір шетіне тығылып тұрады	**«Болашақ» тобы** **Тақырыбы:Ойын**: **Күн мен жаңбыр** Балалар ашық алаңда еркін ойнап жүреді, гүл тереді, көбелек қуады, секіреді, жүгіреді.т.б. Тәрбиеші «Жаңбыр жауды!»

ұшады!» деген кезде барлық бала ұшақ болып ұшады. «Ұшақтар қона бастады!» дегенде барлық бала өз орындарына келіп қона бастайды. Тәрбиешінің бастауымен ойын жалғасады. Міндеттер:негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру; ойын барысында, спорт жабдықтарын қолдануда қауіпсіздікті сақтау Күтілетін нәтижелер: түрлі тапсырмаларды орындай отырып, шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіреді; табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектейді; гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, еңбектейді; гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелейді; алға ұмтылып, ұзындыққа қос аяқпен секіреді; доптарды домалатады, заттарды қашықтыққа	молайту. Балық аулауды үйрету. Шыдамдылыққа тәрбиелеу. Ойынның шарты: Ұл балалар қыздарға арнап, балық «аулап әкелеміз», -деп керекті құралдарын алып кетеді. Ал қыздар ұлдарды бақылап тұрады. Ұлдар суда қандай балық түрлері бар екенін, олардың тыныс тіршілігі жайлы айтады. Содан балық аулайды. Жақсы балықшыға қыздар мадақтап , алақандарын соғады **Мақсаты** баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады. **Күтілетін нәтижелер:** өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөренеңің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді;		да қоңырау соғады. Тәрбиеші балаларға: «Тыңдаңдар, қоңырау қайдан соғылып тұр, қоңырауды табыңдар», - дейді. Балалар қоңырауды тапқан кезде, тәрбиеші оларды мақтайды, одан кейін балаларға тағы да қабырғаға беттерін беріп тұруды ұсынады. Күтуші әйел басқа жерге тығылады да қайтадан қоңырау соғады **Мақсаты** баланың денсаулығын сақтау және нығайту, дене шынықтыруға қызығушылықты арттыру, денсаулық сақтау технологиясын қолдана отырып, қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, дене сапаларына және қимыл белсенділігіне қажеттілікті дамыту болып табылады. **Күтілетін нәтижелер**: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап жүреді; жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүреді; сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөренеңің бойымен тепе-теңдікті сақтап, жүреді; аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап,	дегенде балалар пана іздеп, үйшіктерге тығылады. Тәрбиеші «Күн шықты!» дегенде балалар қайта алаңға шығып ойындарын жалғастыра береді. **Міндеттер:**негізгі қимыл түрлерін: жүру мен жүгіруді, секіру мен лақтыруды, қағып алуды, еңбектеу мен өрмелеуді, жеке мәдени-гигиеналық дағдылары жетілдіру; дене шынықтыру жаттығуларын орындауға қызығушылықты ояту, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу; әртүрлі ұлттық қимылды ойындарға, жарыс сипатындағы ойындарға қызығушылыққа баулу; ойын барысында, спорт жабдықтарын қолдануда қауіпсіздікті сақтау **Күтілетін нәтижелер:** түрлі тапсырмаларды орындай отырып, шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіреді; табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектейді; гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, еңбектейді; гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелейді; алға ұмтылып, ұзындыққа қос

лақтырады, доптарды кедергілер арқылы лақтырады және қағып алады;	аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап, сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді; .		сапта бір-бірінің артынан, әртүрлі бағытта жүгіреді;	аяқпен секіреді; доптарды домалатады, заттарды қашықтыққа лақтырады, доптарды кедергілер арқылы лақтырады және қағып алады;

Дене нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
18.05. – 22.05.2026.жыл
ортаңғы топ және ересек топ

08.00-08.30 бөлме ауасын желдету 08.30 - 09.00 шығармашылық ҰІӘ дайындық 09.00- ҰІӘ басталуы				
Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек» ересек тобының **«ҚУАЛАСПАҚ»** Ойынды төменгі сынып оқушылары ойнайды. Ойыншылардың біреуін «қуғыншы» етіп тағайындайды. Ойыншылар белгіленген алаңның ішіне (шеңбер) орналасады. Ойын жүргізуші «мен қуғыншымын» деп айқайлайды да, ойыншыларды қуалай бастайды. Ұсталған ойыншы «қуғыншының» рөлін ойнайды. Ал бұрынғы «қуғыншы» басқа	«Болашақ» тобының ***«ТУННЕЛЬ» ОЙЫНЫ*** Екі бала су ішінде қол ұстасып туннель жасап тұрады.Басқалар туннельдің астымен бір-бірлеп сүңгіп өтіп шығуға тиіс.Ойыншылар түгел өтіп шыққан соң басқа екі бала туннель жасап, ойын әрі қарай жалғастырады.	«Айгөлек» тобы ***«ШАТАСПА» ОЙЫНЫ*** Тәрбиеші алдымен оқушыларға бірнеше қарапайым әрі жеңіл ойын жаттығуларды көрсетіп шығады. Сонан соң балалар оларды Тәрбиешіге алданбай дұрыс орындап шығулары керек. Тәрбиеші ойын-жаттығулардың шартын айтып береді: «Қолды тізіге қой, кеуденің алдында шапалақта,оң қолымен мұрныңды ұста, сол қолымен	«Болашақ» «Айгөлек» тобының ***«ЕКІ ШЕҢБЕР» ОЙЫНЫ*** Ойыншылар сыртқы және ішкі деп аталатын екі шеңбер жасап тұрады. Ойын басталысымен екі шеңбер бойындағылар қарама-қарсы бағытта қол ұстапсып жүгіре бастайды. Тоқтауға белгі берген кезде сыртқы шеңбердің ойыншылары ішкі шеңбердегілер жүрелеп отырып үлгергенше оларға	«Болашақ»» тобының ***«ҮШТЕН ЕКЕУ» ОЙЫНЫ*** Үш кеглиді қатар қойып, екі жағында екі бала теріс қарап тұрады. Олар жай тұрмай, қолды атқа немесе желкеге қойып билеу, бір орында тұрып жүгіру, секіру, жүрелеп отырып жүру, т.б. қимылдар жасап тұрады. «Тоқта!» деген дауыс естілгенде әр бала екі кеглиді алып үлгеруге тырысады. Кім бірінші болып екі кегли алып үлгерсе, сол жеңеді.

ойыншылармен қашып жүреді. Осылайша ойын жалғаса береді.		оң құлағынды ұста, содан кейін қол шапалақтап,сол қолыңмен мұрныңды ұста, оң қолымен сол құлағынды ұста» Жаттығуларды орындауды бірте –бірте тездетіп, бірнеше қайталау керек. Тек оқушылар шатаспай орындауға тиіс.	қол тигізулері керек. Ішкі шеңбердің қол тиген ойыншылары қашан таусылғанша сыртқы шеңберге келіп қосыла береді. Ойынды бірнеше рет қайталап ойнауға болады.	

Дене нұсқаушысының 2025-2026 оқу жылына арналған тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
25.02. – 29.05.2026 жыл

08.00-08.30 бөлме ауасын желдету 08.30 - 09.00 шығармашылық ҰІӘ дайындық 09.00- ҰІӘ басталуы				
Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
«Айгөлек»тобының ***«ШОРТАН» ОЙЫНЫ*** Бір ойыншы шортан деп белгіленіп,ол су ішінде теріс қарап тұрады.Ал қалған ойншылар судың ішінде өз	«Болашақ» тобы ***«ТУННЕЛЬ» ОЙЫНЫ*** Екі бала су ішінде қол ұстасып туннель жасап тұрады.Басқалар туннельдің астымен бір-бірлеп сүңгіп өтіп шығуға тиіс.Ойыншылар түгел өтіп	«Айгөлек» ***«МҰРЫН–ҚҰЛАҚ–МҰРЫН»ОЙЫНЫ*** Мұғалім сұқ саусағын мұрынына тигізіп, қатарынан үш рет	«Болашақ» «Айгөлек» тобының ***«ШАТАСПА» ОЙЫНЫ*** Мұғалім алдымен оқушыларға бірнеше қарапайым әрі жеңіл ойын	«Болашақ» тобының ***«ҰСТАТПАЙТЫН ЖІП» ОЙЫНЫ*** Ара қашықтығы 3-5 м жердегі екі орындықтың үстінде екі бала теріс қарап отырады. Екі орындықтың астымен өтіп

беттерімен балық болып жүзіп жүреді. Шортан «Шортан!» деп өзін атын атай дауыстап белгі бергенде балалар судан бастарын ғана шығарып отыра қалады. Кім отырып үлгірмесе, сол шортан болып, ойынды әрі қарай жалғастырады.	шыққан соң басқа екі бала туннель жасап, ойын әрі қарай жалғастырады.	«мұрын» дейді. Балалар оның істегені мен айтқанын қайталап отыруға тиіс. Келесі жолы мұғалім: «Мұрын – мұрын-мұрын-құлақ», - деп, сұқ саусағын иегіне тигізеді. Ал балалар мұғалімнің істегенін емес, айқанын ғана орындаулары керек.	жаттығуларды көрсетіп шығады. Сонан соң балалар оларды мұғалімге алданбай дұрыс орындап шығулары керек. Мұғалім ойын-жаттығулардың шартын айтып береді: «Қолды тізіге қой, кеуденің алдында шапалақта,оң қолымен мұрныңды ұста, сол қолымен оң құлағынды ұста, содан кейін қол шапалақтап,сол қолыңмен мұрныңды ұста, оң қолымен сол құлағынды ұста» Жаттығуларды орындауды бірте –бірте тездетіп, бірнеше қайталау керек. Тек оқушылар шатаспай орындауға тиіс.	ұзын жіп жатады. Ойынды бастау белгісі берілгенде ойыншылар тұра салып, орындықтарын үш рет айналып келіп қайта отыра қалып, еденде жатқан жіпті өзіне қарай тартып ала қоюға тырысады. Жіпті кім бұрын өзіне қарай тартып ала қойса, сол жеңген болып есептеледі.

11.10-11.30- бөлме ауасын желдетеді. Тазалық жұмыстары.

Дайындаған: Оразов Т. Тексерді: Ирзабекова Д.О.