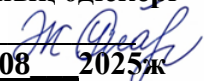


Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 29 » 08 2025ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2-жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 2-Қыркүйек 2025 жылы

Сейсенбі

Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары.

Мақсаты: Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға қызықтыру. Қарама-қарсы отырып, бір-біріне тура бағытта допты домалатуды және алға қарай жылжи отырып секіруді

үйрету. Допты домалату кезінде қолдың қозғау күшін, қимыл үйлесімділігін, ұсақ сезім мүшелерін дамыту.

ЖДЖ: Көзбен бағдарлай отырып, ауызша нұсқаулармен ойын түріндегі жаттығуларды (жануарлардың қозғалысына еліктеу) педагогпен бірге орындауға үйрету.

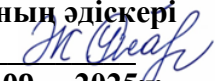
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Бір-біріне допты домалату.

2. 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру.

Ойын: Өз еріктерімен доптармен ойнау.

Қорытынды: «Не естіледі?» ойынын ойнау.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 08 » « 09 » 2025ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 9 қыркүйек 2025 жыл

Сейсенбі

Саппен жүру.

Мақсаты: Балаларды сапқа тұрғызу, бір тізбекте саппен жүру, жүгіруге жаттықтыру. Өртүрлі қалыпта допты лақтыру ептілігін дамыту. Еңіс тақтайдың үстімен еңбектеуді қайталап бекіту. Шағын топпен бір-біріне кедергі жасамай жүруге; саптан шықпай, бағытты сақтай жүру; аяқты тізеден сәл бүгіп, секіріп, аяқты алшақ, бірге ұстау дағдыларын бекіту. Музыканың басталуын сезініп, музыкаға сәйкес жүруге баулу.

ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденең) нысанаға (кеуде тұсынан, төменнен, жоғарыдан лақтыру.

Ойын: «Сылдырмақпен әуенді жалғастыр» ойынын ойнау.

Қорытынды: «Кім жоқ?» аз қимылды ойын

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 15 » 09 2025ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 16 қыркүйек 2025 жыл

Сейсенбі

Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары.

Мақсаты: Еденде жатқан жолдың бойымен тура бағытта топпен жүру. Нысанаға дейін тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2–3 м) жүру, ересектің көмегімен гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру, ересектің көмегімен модульге (биіктігі 10–15 см) шығуға және одан түсуге үйрету, еденде жатқан лентадан (арқаннан) аттап өту.

ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айкастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Еденде 10-20 см қашықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру.

Ойын: «Кім жақсы еңбектейді» ойынын ойнау.

Қорытынды: «Өз орныңды тап!»

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 22 » 09 2025ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 23 қыркүйек 2025 жыл

Сейсенбі

Топпен жүру.

Мақсаты: Балаларды барлық топпен жүруге, жүгіруге әрі қарай жалғастыру. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту жаттығуларын үйрету. Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыту.

ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.

Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.

Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 29 » _____ 09 2025ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 30 қыркүйек 2025 жыл

Сейсенбі

Негізгі қимылдар:

Жүру.

Мақсаты: Өртүрлі бағытта және берілген бағытта шеңбер бойымен, қолдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүру, шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру.

ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1.Допты қақпа арқылы домалату.

2.Қос аяқтап алға секіруді бекіту.

Ойын: «Көжектің үйі» ойыны.

Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
«_06_» __10__2025ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 07 қазан 2025 жыл

Сейсенбі

Топпен жүру.

Мақсаты: Балаларды барлық топпен жүруге, жүгіруге әрі қарай жалғастыру. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту жаттығуларын үйрету. Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыту.

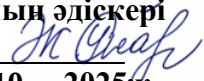
ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.

Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.

Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.

Келісіді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 13 » ____ 10 2025ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 14 қазан 2025 жыл

Сейсенбі

Шеңбер бойымен жүру.

Мақсаты: Шеңбер бойымен қол ұстасып жүру, қарқынды өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүгіруге ауысу, бағдар бойынша жүру (кілемнің бойы-мен, жіпке дейін), кедергілерден аттап жүру. Допты қақпа арқылы домалатуға үйрету. Көз мөлшерін дамыту және қол, иық, дене бұлшықеттерін нығайту.

ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1.Допты қақпа арқылы домалату.

2.Қос аяқтап алға секіруді бекіту.

Ойын: «Көжектің үйі» ойыны.

Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 20 » ____ 10 2025ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 21 қазан 2025 жыл

Сейсенбі

Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыту.

Мақсаты: Балаларды барлық топпен жүруге, жүгіруге әрі қарай жалғастыру. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту жаттығуларын үйрету. Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыту.

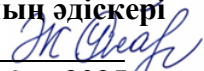
ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.

Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.

Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 24 » 10 2025ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 28 қазан 2025ж

Сейсенбі

Шеңбер бойымен жүру.

Мақсаты: Балалардың жүру, жүгіру дағдыларын қалыптас-тыру. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеуді қайталап, бекіту. Берілген белгіге көңіл аударуға жаттықтыру. Қос аяқтап алға қарай секіруді үйрету. Көз мөлшерін дамыту және табан бұлшықеттерін нығайту.

ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Қос аяқтап алға қарай секіру.

2.3-4 таяқшалардан аттап өту.

Ойын: «Аю мен қояндар» ойынын ойнау.

Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 03 » « 11 » 2025ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 04 қараша 2025ж

Сейсенбі

Домалату, лақтыру.

Мақсаты: Допты бір қолмен және екі қолмен ұстау, көлемдері әртүрлі доптар мен шарларды жинау, оларды өз бетінше себетке (жәшікке) салу, шарларды домалату, допты екі қолмен алға лақтыру, допты алға домалату (отырып, тұрып), допты (диаметрі 6–8 см) төменге, қашықтыққа лақтыру.

ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.

Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.

Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 10 » « 11 » 2025ж

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 11 қараша 2025 ж

Сейсенбі

Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.

Мақсаты: Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру.

Қимылды ойындар.

Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру.

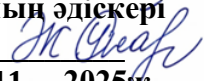
ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айкастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.

Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.

Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 17 » _____ 11 2025ж

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 18-қараша 2025ж

Сейсенбі

Шеңбермен жүру.

Мақсаты: Шеңбер бойымен қол ұстасып жүру, қарқынды өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүгіруге ауысу, бағдар бойынша жүру (кілемнің бойы-мен, жіпке дейін), кедергілерден аттап жүру. Допты қақпа арқылы домалатуға үйрету.

Көз мөлшерін дамыту және қол, иық, дене бұлшықеттерін нығайту.

ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Допты қақпа арқылы домалату.

2. Қос аяқтап алға секіруді бекіту.

Ойын: «Көжектің үйі» ойыны.

Қорытынды: «Допты үрлеу» тыныс алу жаттығуын жасау.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 24 » __ 11 2025ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 25- қараша 2025ж

Сейсенбі

Баланы күн тәртібіне біртіндеп үйрету.

Мақсаты: Тамақтану алдында және лас болған кезде қолын жуу, 1 жас 1ай - 1 жас 3 айда қою тамақты қасықпен өз бетінше жеуге, ал 1 жас 6 айда – сорпа тамақты ішуге үйрету (нанды сорпамен бірге ішу, тек өз тәрелкесіндегі тамақты ішу), ересектің көмегімен майлықты қолдану, тамақтан соң ересектерге ілтипат білдіру.

ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.

Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.

Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 01 » 12 2025ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 02- желтоқсан 2025ж

Сейсенбі

Тепе-тендік сақтау жаттығулары.

Мақсаты: Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру.

Қимылды ойындар.

Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру.

ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.

2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.

Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау.

Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 08 » _____ 12 _____ 2025ж

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 09-желтоқсан 2025 ж

Сейсенбі

Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.

Мақсаты: Шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру.

Қимылды ойындар.

Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру.

ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Қос аяқтап алға қарай секіру.

2.3-4 таяқшалардан аттап өту.

Ойын: «Аю мен қояндар» ойынын ойнау.

Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 22 » _____ 12 2025ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 23- желтоқсан 2025ж

Сейсенбі

Баланың дербестікке ұмтылысын қолдау, әрбір баланы күн тәртібіне біртіндеп үйрету.

Мақсаты: Тамақтану алдында және лас болған кезде қолын жуу, 1 жас 1ай - 1 жас 3 айда қою тамақты қасықпен өз бетінше жеуге, ал 1 жас 6 айда – сорпа тамақты ішуге үйрету (нанды сорпамен бірге ішу, тек өз тәрелкесіндегі тамақты ішу), ересектің көмегімен майлықты қолдану, тамақтан соң ересектерге ілтипат білдіру.

ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Қос аяқтап алға қарай секіру.

2.3-4 таяқшалардан аттап өту.

Ойын: «Аю мен қояндар» ойынын ойнау.

Қорытынды: «Құстар қанат қағады» тыныс алу жаттығуы.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 29 » _____ 12 _____ 2025ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 30 желтоқсан 2025ж

Сейсенбі

Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.

Мақсаты: Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру, заттарға шығу (гимнастикалық скамейкаға, жұмсақ модульге және т. б.): тұру.

Қимылды ойындар.

Қимылдарды үйлесімді орындауға, кейбір кейіпкерлердің қарапайым әрекеттерін жеткізе білуге үйрету.

ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айкастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.

Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.

Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 05 » « 01 » 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

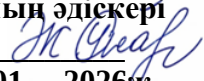
Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі **06- қаңтар 2026ж**

Сейсенбі
Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Еденнен бір шеті 15–20 см жоғары қойылған тақтайдың үстімен (ені 20 сантиметр, ұзындығы 1,5–2 метр), текшелердің, кегльдердің, құрсаулардың, таяқтардың арасымен топпен жүру; ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту. Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау. Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 12 » _____ 01 _____ 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы
Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы
Балалардың жасы 2 жас
Жоспардың құрылу кезеңі 13- қаңтар 2026ж

Сейсенбі

Домалату, лақтыру.

Мақсаты: Допты шағын төбешіктен домалату; допты тәрбиешіге, балаға домалату және лақтыру; допты алға, жоғары лақтыру, бала кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру.

Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.

ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.

2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.

Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау.

Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 19 » 01 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 20- қаңтар 2026 ж

Сейсенбі

Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.

Мақсаты: Қолдарын жоғары көтеру, түсу; заттардан (биіктігі 10-15см): құрсаудан құрсауға аттап өту; тақтайдың үстімен 20 см арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергілерден (ленталардан, текшелерден және тағы басқа) аттап жүру, орнында баяу айналу.

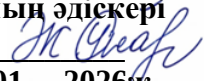
ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.

Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.

Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 26 » _____ 01 _____ 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 27- қаңтар 2026ж

Сейсенбі

Жалпы дамытушы жаттығулар:

Мақсаты: Қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру, қолды алға созу, қолды арқаға қою, бұгу және қайта жазу, қолдың білектерін сермеу, айналдыру, қолдың алақандарын жоғары, төмен қарту, саусақтарды жұмып, ашу, ұсақ заттарды саусақтарымен іліп алу, отырып және тұрып оңға, солға бұрылу, заттарды бір-біріне беру, алға еңкею және түзу тұру, таяныштан ұстап, жүрелеп отыру, секіру.

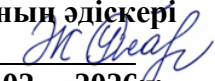
ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.

Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.

Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 02 » 02 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

2

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы жас

Жоспардың құрылу кезеңі 03- ақпан 2026ж

Сейсенбі

Орнында жүру.

Мақсаты: Бастапқы қалыпта тұрып, сол (оң) аяқтың тізесін (заттан ұстап) бүгу. Таяныштан ұстап отыру, аяқтың ұшымен тұрып, тартылу. Аяқтың өкшесін алға қою. Аяқтың бақайларын қимылдату (отырып).

ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.

Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.

Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 09 » _____ 02 2026ж

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 10- ақпан 2026ж

Сейсенбі

Тепе-теңдік сақтау жаттығулары.

Мақсаты: Қолдарын жоғары көтеру, түсу; заттардан (биіктігі 10-15см): құрсаудан құрсауға аттап өту; тақтайдың үстімен 20 см арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергілерден (ленталардан, текшелерден және тағы басқа) аттап жүру, орнында баяу айналу.

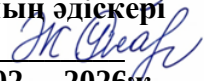
ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.
2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.

Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау.

Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 16 » « 02 » 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 17- ақпан 2026ж

Сейсенбі

Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.

Мақсаты: Жуыну кезінде қолдарын (алақандарын бір-біріне үйкелеу) және бетін алақанымен жуу, ересектердің көмегімен беті-қолдарын сүрту.

Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.

ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

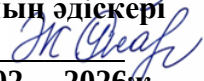
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.

2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.

Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау.

Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 23 » _____ 02 _____ 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 24- ақпан 2026ж

Сейсенбі

Жүгіру.

Мақсаты: Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап, бірінің соңынан бірі (20м дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіру; бағытты өзгертіп, шашырап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру, жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.

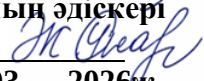
ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында аяқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.

Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.

Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 02 » _____ 03 _____ 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 03- наурыз 2026ж

Сейсенбі

Сауықтыру-шынықтыру шаралары.

Мақсаты: Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.

ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.

2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.

Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау.

Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У. 
« 06 » « 03 » 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы
Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы
Балалардың жасы 2 жас
Жоспардың құрылу кезеңі **10 наурыз 2026ж**

Сейсенбі

Жүгіру.

Мақсаты: Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап, бірінің соңынан бірі (20м дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіру; бағытты өзгертіп, шашырап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру, жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.

ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.

Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.

Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 16 » 03 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 17- наурыз 2026ж

Сейсенбі

Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.

Мақсаты: Жуыну кезінде қолдарын (алақандарын бір-біріне үйкелеу) және бетін алақанымен жуу, ересектердің көмегімен беті-қолдарын сүрту.

Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.

ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

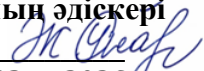
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.

2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.

Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау.

Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 30 » __03__ 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 31 наурыз -2-3 сәуір 2026ж

Сейсенбі

Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.

Мақсаты: Жуыну кезінде қолдарын (алақандарын бір-біріне үйкелеу) және бетін алақанымен жуу, ересектердің көмегімен беті-қолдарын сүрту.

Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.

ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.

2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.

Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау.

Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У. 
« 06 » « 04 » 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы
Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы
Балалардың жасы 2 жас
Жоспардың құрылу кезеңі 07- сәуір 2026ж

Сейсенбі

Жалпы дамытушы жаттығулар.

Мақсаты: Қолдың білектерін, иық белдеуінің бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар.

Қолды алға, жоғары, екі жаққа көтеру; қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жаққа жазу. Қолды артқа қою; оларды бүгіп, жазу, қолды шапалақтау, қолдарды алға-артқа сермеу, саусақтарды бүгу және ашу.

ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

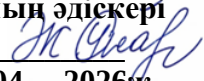
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.

2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.

Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау.

Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 13 » « 04 » 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы
Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы
Балалардың жасы 2 жас
Жоспардың құрылу кезеңі 14- сәуір 2026ж

Сейсенбі

Сауықтыру-шынықтыру шаралары.

Мақсаты: Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.

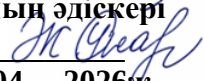
ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.
2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.

Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау.

Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 20 » _____ 04 _____ 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 21 сәуір 2026ж

Сейсенбі

Сауықтыру-шынықтыру шаралары.

Мақсаты: Сауықтыру-шынықтыру шараларын табиғи факторларды (ауа, күн, су) пайдаланып, жүргізу. Топ бөлмелерінде тұрақты ауа температурасын (+21-22°C) сақтау. Балаларға топта жеңіл киімдер кигізу.

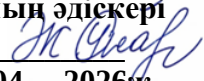
ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.

Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.

Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 27 » _____ 04 _____ 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 28 сәуір 2026ж

Сейсенбі

Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.

Мақсаты: Жуыну кезінде қолдарын (алақандарын бір-біріне үйкелеу) және бетін алақанымен жуу, ересектердің көмегімен беті-қолдарын сүрту.

Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.

ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

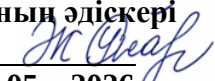
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.

2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.

Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау.

Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 04 » ____ 05 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 05 мамыр 2026ж

Сейсенбі

Сауықтыру-шынықтыру шаралары.

Мақсаты: Сауықтыру-шынықтыру шараларын табиғи факторларды (ауа, күн, су) пайдаланып, жүргізу. Топ бөлмелерінде тұрақты ауа температурасын (+21-22°C) сақтау. Балаларға топта жеңіл киімдер кигізу.

ЖДЖ: Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.

Ойын: «Ненің жүрісі?» ойынын ойнау.

Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 08 » « 05 » 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі 12- мамыр

Сейсенбі

Домалату, лақтыру.

Мақсаты: Допты шағын төбешіктен домалату; допты тәрбиешіге, балаға домалату және лақтыру; допты алға, жоғары лақтыру, бала кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру.

Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.

ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

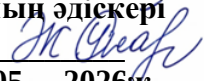
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.

2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.

Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау.

Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 18 » _____ 05 _____ 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы

Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі **19 мамыр**

Сейсенбі

Домалату, лақтыру.

Мақсаты: Допты шағын төбешіктен домалату; допты тәрбиешіге, балаға домалату және лақтыру; допты алға, жоғары лақтыру, бала кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру.

Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.

ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

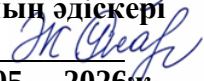
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.

2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.

Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау.

Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.

Келісілді
Ақтау қаласының
жекеменшік «Алма»
бөбекжайының әдіскері
Сналина У 
« 20 » _____ 05 _____ 2026ж

Дене шынықтыру бөлімінің білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: Жекеменшік «Алма» бөбекжай-балабақшасы
Топ : «Еркетай», «Балапан » кіші тобы
Балалардың жасы 2 жас
Жоспардың құрылу кезеңі 26- мамыр

Сейсенбі

Домалату, лақтыру.

Мақсаты: Допты шағын төбешіктен домалату; допты тәрбиешіге, балаға домалату және лақтыру; допты алға, жоғары лақтыру, бала кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру.

Достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.

ЖДЖ: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою.

Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Бірнеше доға астынан еңбектеу.

2. Допты қақпа арқылы домалатуды қайталау.

Ойын: «Апандағы аю» ойынын ойнау.

Қорытынды: «Денені еркін ұста» баяу әуен ырғағымен демалу.