

Заверяю

Методист

«Ясли - сад № 46 «Балбұлақ»

 Кобланова А. Р.

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год

Сентябрь (4.09 – 8.09. 2023 год)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Подскоки вверх на месте. Ходьба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 м). Учить находить свое место в колонне. Закреплять умение энергично отталкиваться от пола двумя ногами одновременно. Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры. 9.30–9.50 2. Старшая группа№12	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Подскоки вверх на месте. Ходьба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 м). Учить находить свое место в колонне. Закреплять умение энергично отталкиваться от пола двумя ногами одновременно. Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры. подвижная игра «Найди свою пару»	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Подскоки вверх на месте. Ходьба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 м). Учить находить свое место в колонне. Закреплять умение энергично отталкиваться от пола двумя ногами одновременно. Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры. подвижная игра «Найди свою пару»	9.00 – 9.20 Старшая группа№8 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Подскоки вверх на месте. Ходьба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 м). Учить находить свое место в колонне. Закреплять умение энергично отталкиваться от пола двумя ногами одновременно. Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры. подвижная игра «Найди свою пару» 9.30-9.50 2. Старшая группа№3	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшаягруппа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Максаты/ Цели: Учить находить свое место в колонне. Закреплять умение энергично отталкиваться от пола двумя ногами одновременно. Упражнять

	ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Подскоки вверх на месте. Ходьба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 м). Учить находить свое место в колонне. подвижная игра «Найди свою пару» 10.00–10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в перебрасывании мяча. 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в перебрасывании мяча.	9.30–9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Подскоки вверх на месте. Ходьба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 м). Учить находить свое место в колонне. подвижная игра «Найди свою пару» 10.00–10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в перебрасывании мяча. 10.30-10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в перебрасывании мяча.	9.30-9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Подскоки вверх на месте. Ходьба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 м). Учить находить свое место в колонне. Закреплять умение энергично отталкиваться от пола двумя ногами одновременно. Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры. подвижная игра «Найди свою пару» 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в перебрасывании мяча. 10.30–10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в перебрасывании мяча.	ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Подскоки вверх на месте. Ходьба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 м). Учить находить свое место в колонне. Закреплять умение энергично отталкиваться от пола двумя ногами одновременно. Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры. подвижная игра «Найди свою пару» 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в перебрасывании мяча. 10.30–10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в перебрасывании мяча.	в ходьбе по уменьшенной площади опоры. подвижная игра «Найди свою пару» 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в перебрасывании мяча.
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с новыми и малоактивными детьми по развитию основных движений.				

Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.30 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Работа с физкультурным оснащением (атрибуты, инвентарь)	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге враспынную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в перебрасывании мяча.
Организационные моменты	17.20 -17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю

Методист

«Ясли - сад № 46 «Балбұлақ»

 Кобланова А. Р.

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
Сентябрь (11.09-15.09)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -1115	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс №1 Максаты/Цель: Учить выполнять подскоки ноги вместе, ноги врозь. Закреплять умение шагать ритмично и изменять направление при ходьбе в колонне по сигналу педагога. Упражнять в ползании в разном направлении, не сталкиваясь друг с другом Основные движения:	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс №1 Максаты/Цель: Учить выполнять подскоки ноги вместе, ноги врозь. Закреплять умение шагать ритмично и изменять направление при ходьбе в колонне по сигналу педагога. Упражнять в ползании в разном направлении, не сталкиваясь друг с другом	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цель: Учить прокатывать мяч друг другу из исходного положения сед на пятки, сохраняя направление движения мяча. Закреплять умение прыжком ставить ноги врозь и вместе, слегка сгибая ноги в коленях. Упражнять в ходьбе по	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цель: Учить прокатывать мяч друг другу из исходного положения сед на пятки, сохраняя направление движениямяча..Закреплять умение прыжком ставить ноги врозь и вместе, слегка сгибая ноги в коленях. Упражнять в ходьбе по залу в разном направлении.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшаягруппа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Максаты/ Цель: Учить прокатывать мяч друг другу из исходного положения сед на пятки, сохраняя направление движения мяча.

	Подскоки ноги вместе, ноги врозь. Ходьба в колонне со сменой направления. Ползание на четвереньках в разных направлениях. Игра: «Подарки» Действовать соответственно игровому образу. 9.30 –9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс №1 Максаты/Цель: Учить выполнять подскоки ноги вместе, ноги врозь. Закреплять умение шагать ритмично и изменять направление при ходьбе в колонне по сигналу педагога. Упражнять в ползании в разном направлении, не сталкиваясь друг с другом Основные движения: Подскоки ноги вместе, ноги врозь. Ходьба в колонне со сменой направления. Ползание на четвереньках в разных направлениях. Игра: «Подарки» Действовать соответственно игровому образу. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 Максаты/ Цели: учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать	Основные движения: Подскоки ноги вместе, ноги врозь. Ходьба в колонне со сменой направления. Ползание на четвереньках в разных направлениях. Игра: «Подарки» Действовать соответственно игровому образу. 9.30 –9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс №1 Максаты/Цель: Учить выполнять подскоки ноги вместе, ноги врозь. Закреплять умение шагать ритмично и изменять направление при ходьбе в колонне по сигналу педагога. Упражнять в ползании в разном направлении, не сталкиваясь друг с другом Основные движения: Подскоки ноги вместе, ноги врозь. Ходьба в колонне со сменой направления. Ползание на четвереньках в разных направлениях. Игра: «Подарки» Действовать соответственно игровому образу. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №2 ОРУ комплекс №1	залу в разном направлении. Совершенствовать умение огибать предметы слева и справа. ОВД Прокатывание мячей друг другу из исходного положения сед на пятки, расстояние 2 метра. Подскоки ноги вместе, ноги врозь. Ходьба между предметами в произвольном направлении. Игра: «Орнынды тап». Развивать внимание, умение быстро находить свое место. 9.30-9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цель: Учить прокатывать мяч друг другу из исходного положения сед на пятки, сохраняя направление движения мяча. Закреплять умение прыжком ставить ноги . врозь и вместе, слегка сгибая ноги в коленях. Упражнять в ходьбе по залу в разном направлении. Совершенствовать умение огибать предметы слева и справа. ОВД Прокатывание мячей друг другу из исходного положения	Совершенствовать умение огибать предметы слева и справа. ОВД Прокатывание мячей друг другу из исходного положения сед на пятки, расстояние 2 метра. Подскоки ноги вместе, ноги врозь. Ходьба между предметами в произвольном направлении. Игра: «Орнынды тап». Развивать внимание, умение быстро находить свое место. 9.30-9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цель: Учить прокатывать мяч друг другу из исходного положения сед на пятки, сохраняя направление движения мяча. Закреплять умение прыжком ставить ноги . врозь и вместе, слегка сгибая ноги в коленях. Упражнять в ходьбе по залу в разном направлении. Совершенствовать умение огибать предметы слева и справа. ОВД Прокатывание мячей друг другу из исходного положения сед на пятки, расстояние 2	Закреплять умение прыжком ставить ноги врозь и вместе, слегка сгибая ноги в коленях.
--	--	--	--	---	---

	Закреплять в бросании мяча и ловля его после отскока. Развивать координацию движений. ОВД Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному, продолжительность до 1 минуты, темп бега умеренный; переход на ходьбу. Упражнения в прыжках. Игровые упражнения с мячом: бросание мяча вверх двумя руками, бросание об пол двумя руками. Подвижная игра «Балапандар» 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №11 Максаты/ Цели: учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать Закреплять в бросании мяча и ловля его после отскока. Развивать координацию движений. Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному, продолжительность до 1 минуты, темп бега умеренный; переход на ходьбу. Упражнения в прыжках. Игровые упражнения с мячом: бросание мяча вверх двумя руками, бросание об пол двумя руками. Подвижная	Максаты/ Цели: учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать Закреплять в бросании мяча и ловля его после отскока. Развивать координацию движений. ОВД Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному, продолжительность до 1 минуты, темп бега умеренный; переход на ходьбу. Упражнения в прыжках. Игровые упражнения с мячом: бросание мяча вверх двумя руками, бросание об пол двумя руками. Подвижная игра «Балапандар» 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать Закреплять в бросании мяча и ловля его после	сед на пятки, расстояние 2 метра. Подскоки ноги вместе, ноги врозь. Ходьба между предметами в произвольном направлении. Игра: «Орнынды тап». Развивать внимание, умение быстро находить свое место. 3. 10.00-10.25 4. Предшкольная группа №10 Комплекс №1 Максаты/ Цели: учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать Закреплять в бросании мяча и ловля его после отскока. Развивать координацию движений. ОВД Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному, продолжительность до 1 минуты, темп бега умеренный; переход на ходьбу. Упражнения в прыжках. Игровые упражнения с мячом: бросание мяча вверх двумя руками, бросание об пол двумя руками. Подвижная	метра. Подскоки ноги вместе, ноги врозь. Ходьба между предметами в произвольном направлении. Игра: «Орнынды тап». Развивать внимание, умение быстро находить свое место. 3. 10.00-10.25 4. Предшкольная группа №2 Комплекс №1 Максаты/ Цели: учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать Закреплять в бросании мяча и ловля его после отскока. Развивать координацию движений. ОВД Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному, продолжительность до 1 минуты, темп бега умеренный; переход на ходьбу. Упражнения в прыжках. Игровые упражнения с мячом: бросание мяча вверх двумя руками, бросание об пол двумя руками. Подвижная игра «Балапандар»	
--	---	---	---	---	--

	игра «Балапандар»	отскока. Развивать координацию движений. Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному, продолжительность до 1 минуты, темп бега умеренный; переход на ходьбу. Упражнения в прыжках. Игровые упражнения с мячом: бросание мяча вверх двумя руками, бросание об пол двумя руками. Подвижная игра «Балапандар»	игра «Балапандар» 10.30 –10.55 4. Предшкольная группа №11 4. Комплекс №1 Максаты/ Цели: учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать Закреплять в бросании мяча и ловля его после отскока. Развивать координацию движений. ОВД Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному, продолжительность до 1 минуты, темп бега умеренный; переход на ходьбу. Упражнения в прыжках. Игровые упражнения с мячом: бросание мяча вверх двумя руками, бросание об пол двумя руками. Подвижная игра «Балапандар»	10.30 –10.55 Предшкольная группа №9 4. Комплекс №1 Максаты/ Цели: учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать Закреплять в бросании мяча и ловля его после отскока. Развивать координацию движений. ОВД Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному, продолжительность до 1 минуты, темп бега умеренный; переход на ходьбу. Упражнения в прыжках. Игровые упражнения с мячом: бросание мяча вверх двумя руками, бросание об пол двумя руками. Подвижная игра «Балапандар»	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг деятельности детей.				

Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.30 -17.20 Обработка результатов диагностики.	15.30 -17.20 Обработка результатов диагностики.	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Результаты диагностики физической подготовленности детей. Пути её совершенствования (индивидуальные беседы с родителями).	15.30 -15.55 Группы дошкольной подготовки. № 2, № 9, 16.20 – 16.50 Группы дошкольной подготовки. №10, №11 Спортивное развлечение «Веселый старт» Цель; повысить интерес к физической культуре и здоровому образу жизни. Воспитание любви и интереса к родному городу, расширение кругозора. - Активизировать двигательную деятельность детей, развивать быстроту, ловкость, координацию движений, ориентировку в пространстве - Прививать любовь к спорту и физической культуре; - Развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах; - Создать радостное эмоциональное настроение.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю

Методист

«Ясли - сад № 46 «Балбұлақ»

 Кобланова А. Р.

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год

сентябрь (18.09-22.09)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40 - 9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цели: Учить выполнять подскоки одна нога вперед, другая назад. Закреплять умение бегать легко и ритмично с естественными движениями рук, не выходя из колонны. Основные движения: Подскоки на двух ногах (одна нога вперед, другая	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цели: Учить выполнять подскоки одна нога вперед, другая назад. Закреплять умение бегать легко и ритмично с естественными движениями рук, не выходя из колонны. Основные движения: Подскоки на двух ногах (одна нога вперед, другая	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цель: Учить энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча. Закреплять умение последовательно менять положение ног в подскоке. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной	9.00 – 9.20 1. Старшая группа№8 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цель: Учить энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча. Закреплять умение последовательно менять положение ног в подскоке. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Максаты/ Цель: Учить энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча. Закреплять умение

назад) Бег в колонне по одному. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени в прямом направлении на расстояние 6 метров Игра: «Ворота» Действовать соответственно игровому образу. 9.30 –9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цели: Учить выполнять подскоки одна нога вперед, другая назад. Закреплять умение бегать легко и ритмично с естественными движениями рук, не выходя из колонны. Основные движения: Подскоки на двух ногах (одна нога вперед, другая назад) Бег в колонне по одному. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени в прямом направлении на расстояние 6 метров Игра: «Ворота» Действовать соответственно игровому образу. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цели: учить выполнять разные движения в разном темпе в	назад) Бег в колонне по одному. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени в прямом направлении на расстояние 6 метров Игра: «Ворота» Действовать соответственно игровому образу.. 9.30 –9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цели: Учить выполнять подскоки одна нога вперед, другая назад. Закреплять умение бегать легко и ритмично с естественными движениями рук, не выходя из колонны. Основные движения: Подскоки на двух ногах (одна нога вперед, другая назад) Бег в колонне по одному. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени в прямом направлении на расстояние 6 метров Игра: «Ворота» Действовать соответственно игровому образу. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №2 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цели: учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать	площади опоры Основные движения: Катание мяча в ворота (расстояние 2 м) Подскоки на двух ногах (одна нога вперед, другая назад) Ходьба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 метра). . Игра: « Проползи в тоннель» 9.30-9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цель: Учить энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча. Закреплять умение последовательно менять положение ног в подскоке. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры Основные движения: Катание мяча в ворота (расстояние 2 м) Подскоки на двух ногах (одна нога вперед, другая назад) Ходьба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 метра). . Игра: « Проползи в тоннель» 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс №2(с мячом) Максаты/ Цели: разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу	уменьшенной площади опоры Основные движения: Катание мяча в ворота (расстояние 2 м) Подскоки на двух ногах (одна нога вперед, другая назад) Ходьба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 метра). . Игра: « Проползи в тоннель» 9.30-9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цель: Учить энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча. Закреплять умение последовательно менять положение ног в подскоке. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры Основные движения: Катание мяча в ворота (расстояние 2 м) Подскоки на двух ногах (одна нога вперед, другая назад) Ходьба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 метра). . Игра: «Проползи в тоннель» 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №2	последовательно менять положение ног в подскоке. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа №2 Максаты/ Цели: разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.
--	--	--	--	---

	соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать Закреплять в бросании мяча и ловля его после отскока. Развивать координацию движений. Ходьба в колонне по одному. По сигналу переход на ходьбу в медленном темпе. Ходьба в различном темпе в чередовании с обычной ходьбой. ОВД Бросание мяча вверх, о стену и ловля. Перебрасывание мячей друг другу. Упражнения в ползании по скамейке и равновесии. П/И «Мы веселые ребята». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цели: учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать Закреплять в бросании мяча и ловля его после отскока. Развивать координацию движений. Ходьба в колонне по одному. По сигналу переход на ходьбу в медленном	Закреплять в бросании мяча и ловля его после отскока. Развивать координацию движений. Ходьба в колонне по одному. По сигналу переход на ходьбу в медленном темпе. Ходьба в различном темпе в чередовании с обычной ходьбой. ОВД Бросание мяча вверх, о стену и ловля. Перебрасывание мячей друг другу. Упражнения в ползании по скамейке и равновесии. П/И «Мы веселые ребята». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цели: учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать Закреплять в бросании мяча и ловля его после отскока. Развивать координацию движений. Ходьба в колонне по одному. По сигналу переход на ходьбу в медленном темпе. Ходьба в различном темпе в чередовании с обычной ходьбой. ОВД Бросание мяча вверх, о стену и ловля. Перебрасывание мячей друг другу.	воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках. ОВД • пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край, в плотной группировке; • равновесие – ходьба, перешагивая через препятствие – бруски или кубики, сохраняя правильную осанку; • прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (дистанция 4 м). П/и «Ловишки» 10.30 –10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс №2(с мячом) Максаты/ Цели: разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках. ОВД • пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край, в плотной группировке; • равновесие – ходьба, перешагивая через препятствие – бруски или кубики, сохраняя правильную осанку; • прыжки на двух ногах,	ОРУ комплекс №2(с мячом) Максаты/ Цели: разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках. ОВД • пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край, в плотной группировке; • равновесие – ходьба, перешагивая через препятствие – бруски или кубики, сохраняя правильную осанку; • прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (дистанция 4 м). П/и «Ловишки» 10.30 –10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс №2(с мячом) Максаты/ Цели: разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках. ОВД • пролезание в обруч боком, не задевая за	
--	--	---	--	--	--

	темпе. Ходьба в различном темпе в чередовании с обычной ходьбой. ОВД Бросание мяча вверх, о стену и ловля. Перебрасывание мячей друг другу. Упражнения в ползании по скамейке и равновесии. П/И «Мы веселые ребята».	Упражнения в ползании по скамейке и равновесии. П/И «Мы веселые ребята».	продвигаясь вперед (дистанция 4 м). П/и «Ловишки»	верхний край, в плотной группировке; •равновесие – ходьба, перешагивая через препятствие – бруски или кубики, сохраняя правильную осанку; • прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (дистанция 4 м). П/и «Ловишки»	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.30 -17.20 Обработка результатов диагностики.	15.30 -17.20 Обработка результатов диагностики.	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Результаты диагностики физической подготовленности детей. Пути её совершенствования (индивидуальные беседы с родителями).	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/ Цели: разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю

Методист

«Ясли - сад № 46 «Балбулак»

 Кобланова А. Р.

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год

Сентябрь (25.09-29.09)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цели: Учить ползать на четвереньках под верёвку, не касаясь ее головой. Закреплять умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, развивать глазомер. Основные движения: Ползание под верёвку, высота 40 см. Катание мяча в ворота (расстояние 2,5 м.)	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цели: ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цели: Учить ползать на четвереньках под верёвку, не касаясь ее головой. Закреплять умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, развивать глазомер. Основные движения: Ползание под верёвку, закреплённую на высоте 40 см. Катание мяча в ворота (расстояние	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цель: Учить ходить по шнуру , положенному прямо, сохраняя равновесие; закреплять умение согласовывать движения рук и ног Основные движения: Ходьба на носках, на пятках; ходьба и бег в колонне друг за другом 1.Ходьба по шнуру, положенному прямо 2.Подскоки на двух ногах (ноги	9.00 – 9.20 1. Старшая группа№8 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цель: Учить ходить по шнуру , положенному прямо, сохраняя равновесие; закреплять умение согласовывать движения рук и ног Основные движения: Ходьба на носках, на пятках; ходьба и бег в колонне друг за другом 1.Ходьба по шнуру, положенному прямо 2.Подскоки на двух ногах (ноги	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Максаты/ Цели: Учить ползать на четвереньках под верёвку, не касаясь ее головой. Закреплять умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения

	Игра: «Куыспак» Упражнения в равновесии. Умение быстро находить место на повышенной площади опоры 9.30 –9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цели: Учить ползать на четвереньках под верёвку, не касаясь ее головой. Закреплять умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, развивать глазомер. Основные движения: Ползание под верёвку, высота 40 см. Катание мяча в ворота (расстояние 2,5 м.) Игра: «Куыспак» Упражнения в равновесии. Умение быстро находить место на повышенной площади опоры 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цель: Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге; продолжать учить пролезанию в обруч боком, не задевая за его край; развивать умение ориентироваться в пространстве ОВД Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному (продолжительность до 1 минуты; темп бега умеренный) переход на ходьбу. • пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край, в плотной группировке; • равновесие – ходьба,	2,5 м.) Игра: «Куыспак» Упражнения в равновесии. Умение быстро находить место на повышенной площади опоры 9.30 –9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цели: Учить ползать на четвереньках под верёвку, не касаясь ее головой. Закреплять умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, развивать глазомер. Основные движения: Ползание под верёвку, Закрепленную на высоте 40 см. Катание мяча в ворота (расстояние 2,5 м.) Игра: «Куыспак» Упражнения в равновесии. Умение быстро находить место на повышенной площади опоры 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №2 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цели Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге; продолжать учить пролезанию в обруч боком, не задевая за его край; развивать умение ориентироваться в пространстве ОВД Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному (продолжительность до 1 минуты; темп бега умеренный) переход на ходьбу. • пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край, в плотной группировке; • равновесие – ходьба, перешагивая	вместе, ноги врозь) с хлопками над головой. Игра: «Подарки» Действовать соответственно игровому образу 9.30-9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цель: Учить ходить по шнуру , положенному прямо, сохраняя равновесие; закреплять умение согласовывать движения рук и ног Основные движения: Ходьба на носках, на пятках; ходьба и бег в колонне друг за другом 1. Ходьба по шнуру, положенному прямо 2. Подскоки на двух ногах (ноги вместе, ноги врозь) с хлопками над головой. Игра: «Подарки» Действовать соответственно игровому образу 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс №2(с мячом) Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать умение владением мячом ОВД Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному (продолжительность до 1 минуты; темп бега умеренный) переход на ходьбу. • ползание по гимнастической	вместе, ноги врозь) с хлопками над головой. Игра: «Подарки» Действовать соответственно игровому образу 9.30-9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цель: Учить ходить по шнуру , положенному прямо, сохраняя равновесие; закреплять умение согласовывать движения рук и ног Основные движения: Ходьба на носках, на пятках; ходьба и бег в колонне друг за другом 1. Ходьба по шнуру, положенному прямо 2. Подскоки на двух ногах (ноги вместе, ноги врозь) с хлопками над головой. Игра: «Подарки» Действовать соответственно игровому образу 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №2 ОРУ комплекс №2(с мячом) Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать умение владением мячом ОВД Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному (продолжительность до 1 минуты; темп бега умеренный) переход на ходьбу. • ползание по гимнастической	мяча, развивать глазомер. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Максаты/ Цели Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге; продолжать учить пролезанию в обруч боком, не задевая за его край; развивать умение ориентироваться в пространстве
--	--	---	--	--	---

	перешагивая через препятствие – бруски или кубики, сохраняя правильную осанку; • прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен (дистанция 3–4 м). П/и «Найди свою пару» 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цели Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге; продолжать учить пролезанию в обруч боком, не задевая за его край; развивать умение ориентироваться в пространстве ОВД Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному (продолжительность до 1 минуты; темп бега умеренный) переход на ходьбу. • пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край, в плотной группировке; • равновесие – ходьба, перешагивая через препятствие – бруски или кубики, сохраняя правильную осанку; • прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен (дистанция 3–4 м). П/и «Найди свою пару»	через препятствие – бруски или кубики, сохраняя правильную осанку; • прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен (дистанция 3–4 м). П/и «Найди свою пару» 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс №2 Максаты/ Цели Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге; продолжать учить пролезанию в обруч боком, не задевая за его край; развивать умение ориентироваться в пространстве ОВД Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному (продолжительность до 1 мин; темп бега умеренный) переход на ходьбу. • пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край, в плотной группировке; • равновесие – ходьба, перешагивая через препятствие – бруски или кубики, сохраняя правильную осанку; • прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен (дистанция 3–4 м). П/и «Найди свою пару»	скамейке с опорой на ладони и колени; • равновесие – ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом, руки на пояс, голову и спину держать прямо; • броски мяча вверх двумя руками и ловля его, броски мяча вверх и ловля его двумя руками 10.30 –10.55 4 Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс №2(с мячом) Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать умение владением мячом ОВД Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному (продолжительность до 1 минуты; темп бега умеренный) переход на ходьбу. • ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; • равновесие – ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом, руки на пояс, голову и спину держать прямо; • броски мяча вверх двумя руками и ловля его, броски мяча вверх и ловля его двумя руками	скамейке с опорой на ладони и колени; • равновесие – ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом, руки на пояс, голову и спину держать прямо; • броски мяча вверх двумя руками и ловля его, броски мяча вверх и ловля его двумя руками 10.30 –10.55 4 Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс №2(с мячом) Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать умение владением мячом ОВД Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному (продолжительность до 1 минуты; темп бега умеренный) переход на ходьбу. • ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; • равновесие – ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом, руки на пояс, голову и спину держать прямо; • броски мяча вверх двумя руками и ловля его, броски мяча вверх и ловля его двумя руками	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				

Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.30 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Работа с физкультурным оснащением (атрибуты, инвентарь)	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/ Цели Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге; продолжать учить пролезанию в обруч боком, не задевая за его край; развивать умение ориентироваться в пространстве .
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю

Методист

«Ясли - сад № 46 «Балбұлақ»

 Кобланова А. Р.

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2022 -2023 учебный год

Октябрь (02.10 - 06.10 2022г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс №3 Мақсаты/ Цель: Учить ходить по шнуру, положенному по кругу, сохраняя равновесие. Закреплять умение не задевать веревку при подлезании. Развивать координацию работы рук и ног при ползании на четвереньках. ОВД Ходьба по шнуру, положенному по кругу. Ползание на четвереньках на расстояние 6 метров, в	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс №3 Мақсаты/ Цель: Учить ходить по шнуру, положенному по кругу, сохраняя равновесие. Закреплять умение не задевать веревку при подлезании. Развивать координацию работы рук и ног при ползании на четвереньках. ОВД Ходьба по шнуру, положенному по кругу. Ползание на четвереньках на расстояние 6 метров, в сочетании с	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс №4 Мақсаты/ Цель: Учить ритмично ходить и бегать в колонне, сохраняя строй, согласовывая свои действия с действиями других. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру. Упражнять в катании мячей друг другу, развивать глазомер ОВД Ходьба по шнуру, положенному по кругу.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс №4 Мақсаты/ Цель: Учить ритмично ходить и бегать в колонне, сохраняя строй, согласовывая свои действия с действиями других. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру. Упражнять в катании мячей друг другу, развивать глазомер ОВД Ходьба по шнуру,	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа №12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Учить ходить по шнуру, положенному по

сочетании с ползанием под верёвку, поднятую на высоту 40 см. Игра: «Бабочки, лягушки» Умение действовать в соответствии с игровым образом. 9.30 –9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс №3 Мақсаты/ Цель: Учить ходить по шнуру, положенному по кругу, сохраняя равновесие. Закреплять умение не задевать веревку при подлезании. Развивать координацию работы рук и ног при ползании на четвереньках. ОВД Ходьба по шнуру, положенному по кругу. Ползание на четвереньках на расстояние 6 метров, в сочетании с ползанием под верёвку, поднятую на высоту 40 см. Игра: «Бабочки, лягушки» Умение действовать в соответствии с игровым образом. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс №3 Мақсаты/ Цель: Упражнять детей в беге; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча. ОВД	ползанием под верёвку, поднятую на высоту 40 см. Игра: «Бабочки, лягушки» Умение действовать в соответствии с игровым образом.. 9.30-9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс №3 Мақсаты/ Цель: Учить ходить по шнуру, положенному по кругу, сохраняя равновесие. Закреплять умение не задевать веревку при подлезании. Развивать координацию работы рук и ног при ползании на четвереньках. ОВД Ходьба по шнуру, положенному по кругу. Ползание на четвереньках на расстояние 6 метров, в сочетании с ползанием под верёвку, поднятую на высоту 40 см. Игра: «Бабочки, лягушки» Умение действовать в соответствии с игровым образом. 10.00-10.25 3. Предшкольная группа №2 ОРУ комплекс №3 Мақсаты/ Цель: Упражнять детей в беге; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча. ОВД •ходьба по гимнастической скамейке боком приставным	Катание мячей друг другу из исходного положения сед на пятки, (расстояние 2 метра) Игра: «Соқыр теке». Развивать внимание, быстроту реакции 9.30-9.50 ОРУ комплекс №4 Мақсаты/ Цель: Учить ритмично ходить и бегать в колонне, сохраняя строй, согласовывая свои действия с действиями других. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру. Упражнять в катании мячей друг другу, развивать глазомер ОВД Ходьба по шнуру, положенному по кругу. Катание мячей друг другу из исходного положения сед на пятки, (расстояние 2 метра) Игра: «Соқыр теке». Развивать внимание, быстроту реакции 10.00-10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс №4 Мақсаты/ Цель: Упражнять детей в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча, развивать глазомер ОВД •ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через	положенному по кругу. Катание мячей друг другу из исходного положения сед на пятки, (расстояние 2 метра) Игра: «Соқыр теке». Развивать внимание, быстроту реакции 9.30-9.50 2. Старшая группа №8 ОРУ комплекс №4 Мақсаты/ Цель: Учить ритмично ходить и бегать в колонне, сохраняя строй, согласовывая свои действия с действиями других. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру. Упражнять в катании мячей друг другу, развивать глазомер ОВД Ходьба по шнуру, положенному по кругу. Катание мячей друг другу из исходного положения сед на пятки, (расстояние 2 метра) Игра: «Соқыр теке». Развивать внимание, быстроту реакции 10.00-10.25 3. Предшкольная группа №2 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Упражнять детей в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча, развивать глазомер	кругу, сохраняя равновесие. Закреплять умение не задевать веревку при подлезании. Развивать координацию работы рук и ног при ползании на четвереньках. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Мақсаты/ Цель: Упражнять детей в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча, развивать глазомер
---	---	---	---	--

	•ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на пояс; • прыжки на двух ногах через короткие шнуры, положенные на расстоянии 50 см один от другого (4–5 шнуров); • броски мяча двумя руками от груди, стоя в шеренгах (расстояние 2,5 м). III часть. Игра малой подвижности «Найди и промолчи». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс №3 Мақсаты/ Цель: Упражнять детей в беге; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча. ОВД •ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на пояс; • прыжки на двух ногах через короткие шнуры, положенные на расстоянии 50 см один от другого (4–5 шнуров); • броски мяча двумя руками от груди, стоя в шеренгах (расстояние 2,5 м). III часть. Игра малой подвижности «Найди и промолчи».	шагом, руки на пояс; • прыжки на двух ногах через короткие шнуры, положенные на расстоянии 50 см один от другого (4–5 шнуров); • броски мяча двумя руками от груди, стоя в шеренгах (расстояние 2,5 м). III часть. Игра малой подвижности «Найди и промолчи». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цели Упражнять детей в беге; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча. ОВД •ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на пояс; • прыжки на двух ногах через короткие шнуры, положенные на расстоянии 50 см один от другого (4–5 шнуров); • броски мяча двумя руками от груди, стоя в шеренгах (расстояние 2,5 м). III часть. Игра малой подвижности «Найди и промолчи».	набивные мячи (расстояние между мячами 2–3 шага); • прыжки на двух ногах через шнуры (канат) справа и слева, продвигаясь вперед; • передача мяча двумя руками от груди. П/и «Аншылар мен қояндар» («Охотники») 10.00 –10.20 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс №4 Мақсаты/ Цель: Упражнять детей в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча, развивать глазомер ОВД •ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи (расстояние между мячами 2–3 шага); • прыжки на двух ногах через шнуры (канат) справа и слева, продвигаясь вперед; • передача мяча двумя руками от груди. П/и «Аншылар мен қояндар» («Охотники»)	ОВД •ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи (расстояние между мячами 2–3 шага); • прыжки на двух ногах через шнуры (канат) справа и слева, продвигаясь вперед; • передача мяча двумя руками от груди. П/и «Аншылар мен қояндар» («Охотники») 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс №4 Мақсаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча, развивать глазомер ОВД •ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи (расстояние между мячами 2–3 шага); • прыжки на двух ногах через шнуры (канат) справа и слева, продвигаясь вперед; • передача мяча двумя руками от груди. П/и «Аншылар мен қояндар» («Охотники»)	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				

Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг деятельности детей.				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.30 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Работа с физкультурным оснащением (атрибуты, инвентарь) Организация предметно-развивающей среды, консультации для родителей	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Мақсаты/ Цель: Упражнять детей в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча, развивать глазомер
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год

Октябрь (9.10 - 13.10. 2023 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание между занятиями .и влажная уборка)	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать достаточно высоко, чтоб повернуться в сторону. Закреплять умение чередовать ходьбу и бег в колонне, соблюдая одинаковый темп движения. Упражнять в ползании на четвереньках последовательно под 3 дугами. ОВД Ходьба и бег в колонне по одному. Прыжки на месте с поворотами направо, налево.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать достаточно высоко, чтоб повернуться в сторону. Закреплять умение чередовать ходьбу и бег в колонне, соблюдая одинаковый темп движения. Упражнять в ползании на четвереньках последовательно под 3 дугами. ОВД Ходьба и бег в колонне по одному. Прыжки на месте с поворотами направо, налево.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: Учить менять направление мяча при катании между предметами. Закреплять умение отталкиваться двумя ногами одновременно, выполняя повороты налево, направо, вокруг себя. ОВД Катание мяча между 5 предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 1м один от	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: Учить менять направление мяча при катании между предметами. Закреплять умение отталкиваться двумя ногами одновременно выполняя повороты налево, направо, вокруг себя. ОВД Катание мяча между 5 предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 1м один от	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: продолжать учить прыгать достаточно высоко, чтоб повернуться в сторону. Закреплять умение чередовать ходьбу и бег в колонне, соблюдая одинаковый темп движения. Упражнять в ползании на

Ползание под 3 дуги (высота 40см) Игра: «Сбей кеглю». Навыки катания мяча, ловкость, глазомер. 9.30–9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: : Учить прыгать достаточно высоко, чтоб повернуться в сторону. Закреплять умение чередовать ходьбу и бег в колонне, соблюдая одинаковый темп движения. Упражнять в ползании на четвереньках последовательно под 3 дугами. ОВД Ходьба и бег в колонне по одному. Прыжки на месте с поворотами направо, налево. Ползание под 3 дуги (высота 40см) Игра: «Сбей кеглю». Навыки катания мяча, ловкость, глазомер. 10.00 –10.20 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.	Ползание под 3 дуги (высота 40см) Игра: «Сбей кеглю». Навыки катания мяча, ловкость, глазомер. 9.30 - 9.55 .2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать достаточно высоко, чтоб повернуться в сторону. Закреплять умение чередовать ходьбу и бег в колонне, соблюдая одинаковый темп движения. Упражнять в ползании на четвереньках последовательно под 3 дугами. ОВД Ходьба и бег в колонне по одному. Прыжки на месте с поворотами направо, налево. Ползание под 3 дуги (высота 40см) Игра: «Сбей кеглю». Навыки катания мяча, ловкость, глазомер. 10.00-10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.	другого. Прыжки на месте с поворотами направо, налево, поворачиваясь вокруг себя. Игра: «Догони голубя» Ловкость, координация движений, умение бегать по сигналу. 9.30-9.55 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: Учить менять направление мяча при катании между предметами. Закреплять умение отталкиваться двумя ногами одновременно, выполняя повороты налево, направо, вокруг себя. ОВД Катание мяча между 5 предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 1м один от другого. Прыжки на месте с поворотами направо, налево, поворачиваясь вокруг себя. Игра: «Догони голубя» Ловкость, координация движений, умение бегать по сигналу. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 3	другого. Прыжки на месте с поворотами направо, налево, поворачиваясь вокруг себя. Игра: «Догони голубя» Ловкость, координация движений, умение бегать по сигналу. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: Учить менять направление мяча при катании между предметами. Закреплять умение отталкиваться двумя ногами одновременно выполняя повороты налево, направо, вокруг себя. ОВД Катание мяча между 5 предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 1м один от другого. Прыжки на месте с поворотами направо, налево, поворачиваясь вокруг себя. Игра: «Догони голубя» Ловкость, координация движений, умение бегать по сигналу. 9.30-9.55 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 3	четвереньках последовательно под 3 дугами. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Мақсаты/ Цель: Разучивать поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.
--	---	--	---	--

	ОВД Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Поворот!» поворот кругом, ходьба. Бег с перешагиванием через бруски (расстояние между брусками 70–80 см). • прыжки со скамейки на полусогнутые ноги; • броски мяча (большой диаметр) друг другу двумя руками из-за головы; • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. • Подвижная игра «Не оставайся на полу». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель:Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча. ОВД Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Поворот!» поворот кругом, ходьба. Бег с перешагиванием через бруски (расстояние между брусками 70–80 см). • прыжки со скамейки на полусогнутые ноги; • броски мяча (большой диаметр) друг другу двумя руками из-за головы;	ОВД Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Поворот!» поворот кругом, ходьба. Бег с перешагиванием через бруски (расстояние между брусками 70–80 см). • прыжки со скамейки на полусогнутые ноги; • броски мяча (большой диаметр) друг другу двумя руками из-за головы; • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. • Подвижная игра «Не оставайся на полу». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча. ОВД Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Поворот!» поворот кругом, ходьба. Бег с перешагиванием через бруски (расстояние между брусками 70–80 см). • прыжки со скамейки на полусогнутые ноги; • броски мяча (большой диаметр) друг другу двумя руками из-за головы;	Мақсаты/ Цель: Упражнять в прыжках с высоты; в ползании на четвереньках с переползанием через препятствия; развивать координацию движений при перебрасывании мяча. ОВД • прыжки со скамейки на полусогнутые ноги; •перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди (расстояние 2,5 м); • ползание на четвереньках с переползанием через препятствие (скамейка). Игра малой подвижности «У кого мяч?» 10.25 –10.45 4.Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: Упражнять в прыжках с высоты; в ползании на четвереньках с переползанием через препятствия; развивать координацию движений при перебрасывании мяча. ОВД • прыжки со скамейки на полусогнутые ноги; •перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди	Мақсаты/ Цель: Упражнять в прыжках с высоты; в ползании на четвереньках с переползанием через препятствия; развивать координацию движений при перебрасывании мяча. ОВД • прыжки со скамейки на полусогнутые ноги; •перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди (расстояние 2,5 м); • ползание на четвереньках с переползанием через препятствие (скамейка). Игра малой подвижности «У кого мяч?» 10.30-10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: Упражнять в прыжках с высоты; в ползании на четвереньках с переползанием через препятствия; развивать координацию движений при перебрасывании мяча. ОВД • прыжки со скамейки на полусогнутые ноги; •перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди	
--	--	---	--	---	--

	• ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. • Подвижная игра «Не оставайся на полу».	• ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. • Подвижная игра «Не оставайся на полу».	(расстояние 2,5 м); • ползание на четвереньках с переползанием через препятствие (скамейка). Игра малой подвижности «У кого мяч?»	(расстояние 2,5 м); • ползание на четвереньках с переползанием через препятствие (скамейка). Игра малой подвижности «У кого мяч?»	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.30 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/ Цель: Разучивать поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлак»
 Кобланова А. Р.

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год

Октябрь (16.10 - 20.10 20223)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастике	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени, учитывать высоту поднятого предмета при ползании под него. Закреплять умение легко подталкивать мяч пальцами рук и менять направление мяча при катании между предметами. ОВД Ходьба на носках, пятках и бег в колонне по одному. Ползание на четвереньках на расстояние 8 метров, в сочетании с ползанием под палку (высота 40 см)	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени, учитывать высоту поднятого предмета при ползании под него. Закреплять умение легко подталкивать мяч пальцами рук и менять направление мяча при катании между предметами. ОВД Ходьба на носках, пятках и бег в колонне по одному. Ползание на четвереньках на расстояние 8 метров, в сочетании с ползанием под палку (высота 40 см)	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель : Учить ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя равновесие (профилактика нарушения осанки). Закреплять умение координировать работу рук и ног при ползании, не касаться палки при ползании под ней. Упражнять в энергичном подпрыгивании с поворотами направо и налево ОВД Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове (вес 400 грамм). Ползание на четвереньках на расстояние 8 метров, в сочетании с	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Учить ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя равновесие (профилактика нарушения осанки). Закреплять умение координировать работу рук и ног при ползании, не касаться палки при ползании под ней. Упражнять в энергичном подпрыгивании с поворотами направо и налево ОВД Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове (вес 400 грамм). Ползание на четвереньках на расстояние 8 метров, в сочетании с	9.00 – 11.00 9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшаягруппа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени, учитывать высоту поднятого предмета при ползании под него. Закреплять умение легко подталкивать мяч пальцами рук и менять направление мяча при катании между

палку (высота 40 см) Катание мяча между 5 предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 1м один от другого. Игра: «Ёшты, ушты» Внимание, умение действовать по правилам. 9.30–9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени, учитывать высоту поднятого предмета при ползании под него. Закреплять умение легко подталкивать мяч пальцами рук и менять направление мяча при катании между предметами. ОВД Ходьба на носках, пятках и бег в колонне по одному. Ползание на четвереньках на расстояние 8 метров, в сочетании с ползанием под палку, (высота 40 см) Катание мяча между 5 предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 1м Игра: «Ёшты, ушты» Внимание, умение действовать по правилам. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии. ОВД	Катание мяча между 5 предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 1м один от другого. Игра: «Ёшты, ушты» Внимание, умение действовать по правилам. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени, учитывать высоту поднятого предмета при ползании под него. Закреплять умение легко подталкивать мяч пальцами рук и менять направление мяча при катании между предметами. ОВД Ходьба на носках, пятках и бег в колонне по одному. Ползание на четвереньках на расстояние 8 метров, в сочетании с ползанием под палку (высота 40 см) Катание мяча между 5 предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 1м один от другого. Игра: «Ёшты, ушты» Внимание, умение действовать по правилам. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии. ОВД	Ползание на четвереньках (расстояние 8 м), в сочетании с ползанием под палку (высота 40 см). Прыжки на месте с поворотами направо, налево. Игра: «Шарики и столбики» Развитие глазомера 9.30-9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель : Учить ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя равновесие (профилактика нарушения осанки). Закреплять умение координировать работу рук и ног при ползании, не касаться палки при ползании под ней. Упражнять в энергичном подпрыгивании с поворотами направо и налево ОВД Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове (вес 400 грамм). Ползание на четвереньках (расстояние 8 м), в сочетании с ползанием под палку (высота 40 см). Прыжки на месте с поворотами направо, налево. Игра: «Шарики и столбики» Развитие глазомера 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии. ОВД • метание мяча в	ползанием под палку (высота 40 см). Прыжки на месте с поворотами направо, налево. Игра: «Шарики и столбики» 9.30-9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Учить ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя равновесие (профилактика нарушения осанки). Закреплять умение координировать работу рук и ног при ползании, не касаться палки при ползании под ней. Упражнять в энергичном подпрыгивании с поворотами направо и налево ОВД Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове (вес 400 грамм). Ползание на четвереньках на расстояние 8 метров, в сочетании с ползанием под палку (высота 40 см). Прыжки на месте с поворотами направо, налево. Игра: «Шарики и столбики» Развитие глазомера 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии. ОВД • метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2,5 м; • ползание на четвереньках между предметами (расстояние между предметами 1 м) (змейкой); • ходьба по гимнастической	предметами. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Мақсаты/ Цель: Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.
--	---	---	---	---

	Ходьба в медленном темпе, широким свободным шагом; по сигналу ходьба быстрым шагом, коротким, семенящим. Бег враспынную. • метание мяча в горизонтальную цель правой (левой) рукой, (2 м); • лазанье – подлезание под дугу прямо и боком в группировке, не касаясь руками пола; • равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс. Подвижная игра «Удочка». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии. ОВД Ходьба в медленном темпе, широким свободным шагом; по сигналу ходьба быстрым шагом, коротким, семенящим. Бег враспынную. • метание мяча в горизонтальную цель правой (левой) рукой (2 м); • лазанье – подлезание под дугу прямо и боком в группировке, не касаясь руками пола; • равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс. Подвижная игра «Удочка».	Ходьба в медленном темпе, широким свободным шагом; по сигналу ходьба быстрым шагом, коротким, семенящим. Бег враспынную. • метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2 м; • лазанье – подлезание под дугу прямо и боком в группировке, не касаясь руками пола; • равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс. Подвижная игра «Удочка». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии. ОВД Ходьба в медленном темпе, широким свободным шагом; по сигналу ходьба быстрым шагом, коротким, семенящим. Бег враспынную. • метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2 м; • лазанье – подлезание под дугу прямо и боком в группировке, не касаясь руками пола; • равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс. Подвижная игра «Удочка».	горизонтальную цель правой (левой) рукой (2,5 м); • ползание на четвереньках между предметами (расстояние между предметами 1 м) (змейкой); • ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Игра с бегом: «Мысық пен торғайлар» 10.30–10.55 4. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии. ОВД • метание мяча в горизонтальную цель правой (левой) рукой (2,5 м); • ползание на четвереньках между предметами (расстояние между предметами 1 м) (змейкой); • ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Игра с бегом: «Мысық пен торғайлар»	скамейке боком приставным шагом. Игра с бегом: «Мысық пен торғайлар» 10.30-10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии. ОВД • метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2,5 м; • ползание на четвереньках между предметами (расстояние между предметами 1 м) (змейкой); • ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Игра с бегом: «Мысық пен торғайлар»	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				

Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.30 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Мақсаты/ Цель: Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии
Организационные моменты	17.00-17.10 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год

Октябрь (23-24.10, 26-27.10 2023г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.00 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать. Закреплять умение ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя правильное положение головы. Совершенствовать умение прыгать достаточно высоко, чтобы повернуться. ОВД Ходьба и бег под музыку Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове (вес 400 грамм). Прыжки на месте с поворотами вокруг себя.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать. Закреплять умение ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя правильное положение головы. Совершенствовать умение прыгать достаточно высоко, чтобы повернуться. ОВД Ходьба и бег под музыку Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове (вес 400 грамм). Прыжки на месте с поворотами вокруг себя.		9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать. Закреплять умение ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя правильное положение головы. Совершенствовать умение прыгать достаточно высоко, чтобы повернуться. ОВД Ходьба и бег под музыку Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове (вес 400 грамм). Прыжки на месте с поворотами вокруг себя. Игра: «Великаны и карлики»	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшаягруппа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать. Закреплять умение ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя правильное положение головы. Совершенствовать умение прыгать достаточно высоко, чтобы повернуться. 10.50 -11.15

	Игра: «Великаны и карлики» Внимание, умение ходить широким шагом и на носках. 9.30 –9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать. Закреплять умение ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя правильное положение головы. Совершенствовать умение прыгать достаточно высоко, чтобы повернуться. ОВД Ходьба и бег под музыку Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком на голове (вес 400 грамм). Прыжки на месте с поворотами вокруг себя. Игра: «Великаны и карлики» Внимание, умение ходить широким шагом и на носках. 10.00–10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках. ОВД Ходьба в колонне по два, по команде поворот через левое плечо, ходьба. Бег врассыпную; ходьба и бег в колонне по одному. • ползание – пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола, в группировке. Подряд через три обруча, поставленные на расстоянии 1 м один от другого;	Игра: «Великаны и карлики» Внимание, умение ходить широким шагом и на носках. 9.30 –9.50 2. Старшая группа №2 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать. Закреплять умение ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя правильное положение головы. Совершенствовать умение прыгать достаточно высоко, чтобы повернуться. ОВД Ходьба и бег под музыку Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком на голове (вес 400 грамм). Прыжки на месте с поворотами вокруг себя. Игра: «Великаны и карлики» Внимание, умение ходить широким шагом и на носках. 10.00–10.30 3. Предшкольная группа №2 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках. ОВД Ходьба в колонне по два, по команде поворот через левое плечо, ходьба. Бег врассыпную; ходьба и бег в колонне по одному. • ползание – пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола, в группировке. Подряд через три обруча, поставленные на расстоянии 1 м один от другого;		Внимание, умение ходить широким шагом и на носках. 9.25-9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать. Закреплять умение ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя правильное положение головы. Совершенствовать умение прыгать достаточно высоко, чтобы повернуться. ОВД Ходьба и бег под музыку Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове (вес 400 грамм). Прыжки на месте с поворотами вокруг себя. Игра: «Великаны и карлики» Внимание, умение ходить широким шагом и на носках. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках. ОВД Ходьба в колонне по два, по команде поворот через левое плечо, ходьба. Бег врассыпную; ходьба и бег в колонне по одному. • ползание – пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола, в группировке. Подряд через три обруча, поставленные на расстоянии 1 м один от другого; • ходьба по гимнастической скамейке, на середине перешагнуть через предмет и пройти дальше; • прыжки на двух ногах на препятствие	5. Предшкольная группа № 2 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.
--	---	---	--	---	--

	• ходьба по гимнастической скамейке, на середине перешагнуть через предмет и пройти дальше; • прыжки на двух ногах на препятствие (мат) высотой 20 см. Подвижная игра «Гуси-лебеди». III часть. Игра малой подвижности «Летает – не летает». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках. ОВД Ходьба в колонне по два, по команде поворот через левое плечо, ходьба. Бег врассыпную; ходьба и бег в колонне по одному. • ползание – пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола, в группировке. Подряд через три обруча, поставленные на расстоянии 1 м один от другого; • ходьба по гимнастической скамейке, на середине перешагнуть через предмет и пройти дальше; • прыжки на двух ногах на препятствие (мат) высотой 20 см. Подвижная игра «Гуси-лебеди». III часть. Игра малой подвижности «Летает – не летает».	• ходьба по гимнастической скамейке, на середине перешагнуть через предмет и пройти дальше; • прыжки на двух ногах на препятствие (мат) высотой 20 см. Подвижная игра «Гуси-лебеди». III часть. Игра малой подвижности «Летает – не летает». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках. ОВД Ходьба в колонне по два, по команде поворот через левое плечо, ходьба. Бег врассыпную; ходьба и бег в колонне по одному. • ползание – пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола, в группировке. Подряд через три обруча, поставленные на расстоянии 1 м один от другого; • ходьба по гимнастической скамейке, на середине перешагнуть через предмет и пройти дальше; • прыжки на двух ногах на препятствие (мат) высотой 20 см. Подвижная игра «Гуси-лебеди». III часть. Игра малой подвижности «Летает – не летает».		(мат) высотой 20 см. Подвижная игра «Гуси-лебеди». III часть. Игра малой подвижности «Летает – не летает». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках. ОВД Ходьба в колонне по два, по команде поворот через левое плечо, ходьба. Бег врассыпную; ходьба и бег в колонне по одному. • ползание – пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола, в группировке. Подряд через три обруча, поставленные на расстоянии 1 м один от другого; • ходьба по гимнастической скамейке, на середине перешагнуть через предмет и пройти дальше; • прыжки на двух ногах на препятствие (мат) высотой 20 см. Подвижная игра «Гуси-лебеди». III часть. Игра малой подвижности «Летает – не летает».	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				

Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.		14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.30 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,		15.30 -17.20 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 Кобланова А. Р.

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023-2024 учебный год

Октябрь (30.10- 31.10) Ноябрь (1.11 – 3.11. 2023г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №7 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель :Учить выполнять невысокие прыжки, отталкиваясь носками обеих ног. Закреплять умение согласовывать шаг с естественными движениями рук, не выходить за пределы линий. Упражнять в ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни, развивать выносливость. ОВД	9.00 – 9.20 1.Старшая группа № 8 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять невысокие прыжки, отталкиваясь носками обеих ног. Закреплять умение согласовывать шаг с естественными движениями рук, не выходить за пределы линий. Упражнять в ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни, развивать выносливость. ОВД Подскоки на месте 20 раз (повторить 2 раза с перерывом). Ходьба между двумя	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №7 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить подбрасывать мяч вперед-вверх , и ловить его двумя руками. Закреплять умение ритмично выполнять невысокие прыжки с незначительным сгибанием ног в коленях. Упражнять в ходьбе по шнуру с мешочком на голове. ОВД Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Подскоки на месте 20 раз	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №8 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить подбрасывать мяч вперед-вверх , и ловить его двумя руками. Закреплять умение ритмично выполнять невысокие прыжки с незначительным сгибанием ног в коленях. Упражнять в ходьбе по шнуру с мешочком на голове. ОВД Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа №8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа №12 10.25-10.45 4.Старшая группа №3 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять невысокие прыжки, отталкиваясь носками обеих ног. Закреплять умение согласовывать шаг с естественными движениями рук, не выходить за пределы

Подскоки на месте 20 раз (повторить 2 раза с перерывом). Ходьба между двумя параллельными линиями (ширина 15 см, длина 3 метра). Ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни в прямом направлении на расстояние 6 метров. Игра: «Кетп, кетп орамал» Развитие быстроты реакции, мелкой моторики. 9.30 –9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять невысокие прыжки, отталкиваясь носками обеих ног. Закреплять умение согласовывать шаг с естественными движениями рук, не выходить за пределы линий. Упражнять в ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни, развивать выносливость. ОВД Подскоки на месте 20 раз (повторить 2 раза с перерывом). Ходьба между двумя параллельными линиями (ширина 15 см, длина 3 метра). Ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни в прямом направлении на расстояние 6 метров. Игра: «Кетп, кетп орамал» Развитие быстроты реакции,	параллельными линиями (ширина 15 см, длина 3 метра). Ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни в прямом направлении на расстояние 6 метров. Игра: «Кетп, кетп орамал» Развитие быстроты реакции, мелкой моторики. 9.30-9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель :Учить выполнять невысокие прыжки, отталкиваясь носками обеих ног. Закреплять умение согласовывать шаг с естественными движениями рук, не выходить за пределы линий. Упражнять в ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни, развивать выносливость. ОВД Подскоки на месте 20 раз (повторить 2 раза с перерывом). Ходьба между двумя параллельными линиями (ширина 15 см, длина 3 метра). Ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни в прямом направлении на расстояние 6 метров. Игра: «Кетп, кетп орамал» Развитие быстроты реакции, мелкой моторики. 10.00-10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Повторить	(повторить 3 раза с перерывом). Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове (вес 400 грамм), руки в стороны. Игра: «Етек, етек». Двигаться в колонне цепочкой. Быстро находить свое место. 9.30-9.50 Старшая группа №12 2. ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить подбрасывать мяч вперед-вверх , и ловить его двумя руками. Закреплять умение ритмично выполнять невысокие поскоки с незначительным сгибанием ног в коленях. Упражнять в ходьбе по шнуру с мешочком на голове. ОВД Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Подскоки на месте 20 раз (повторить 3 раза с перерывом). Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове (вес 400 грамм), руки в стороны. Игра: «Етек, етек». Двигаться в колонне цепочкой. Быстро находить свое место. 10.00 –10.25 3 Предшкольная группа № 10	Подскоки на месте 20 раз (повторить 3 раза с перерывом). Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове (вес 400 грамм), руки в стороны. Игра: «Етек, етек». Двигаться в колонне цепочкой. Быстро находить свое место. 9.25-9.50 2. Старшая группа №8 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить подбрасывать мяч вперед-вверх , и ловить его двумя руками. Закреплять умение ритмично выполнять невысокие поскоки с незначительным сгибанием ног в коленях. Упражнять в ходьбе по шнуру с мешочком на голове. ОВД Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Подскоки на месте 20 раз (повторить 3 раза с перерывом). Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове (вес 400 грамм), руки в стороны. Игра: «Етек, етек». Двигаться в колонне цепочкой. Быстро находить	линий. Упражнять в ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни, развивать выносливость. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Мақсаты/ Цель: Упражнять в равновесии, развивая координацию движений, в прыжках; учить перебрасывать мячи в шеренгах.
--	--	---	---	---

	мелкой моторики. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах. ОВД Ходьба в колонне по одному, по команде переход на ходьбу с высоким подниманием колен, бег врассыпную бег между предметами, поставленными в одну линию (расстояние между предметами 40 см); ходьба в колонне по одному. •равновесие – ходьба по гимнастической скамейке на каждый шаг вперед передавая малый мяч перед собой и за спиной; • прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед по прямой, вначале на правой, затем на левой ноге (расстояние 3–4 м); • переброска мяча двумя руками снизу, стоя в шеренга: (расстояние 2–2,5 м). Подвижная игра «Ловишки». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №14 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в	ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах. ОВД Ходьба в колонне по одному, по команде переход на ходьбу с высоким подниманием колен, бег врассыпную бег между предметами, поставленными в одну линию (расстояние между предметами 40 см); ходьба в колонне по одному. •равновесие – ходьба по гимнастической скамейке на каждый шаг вперед передавая малый мяч перед собой и за спиной; • прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед по прямой, вначале на правой, затем на левой ноге (расстояние 3–4 м); • переброска мяча двумя руками снизу, стоя в шеренга: (расстояние 2–2,5 м). Подвижная игра «Ловишки». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах. ОВД Ходьба в колонне по одному, по команде переход на ходьбу с высоким подниманием колен, бег	ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Упражнять в равновесии, развивая координацию движений, в прыжках; учить перебрасывать мячи в шеренгах. ОВД равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перекладывая мяч из одной руки в другую перед собой и за спиной на каждый шаг; • прыжки по прямой (расстояние 2 м) – два прыжка на правой и два на левой ноге попеременно, и так до конца дистанции; • перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах (расстояние 3 м) .Игра с бегом: Мы веселые ребята» 10.30 –10.55 4. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Упражнять в равновесии, развивая координацию движений, в прыжках; учить перебрасывать мячи в шеренгах. ОВД равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перекладывая мяч из одной руки в другую перед собой и за спиной на каждый шаг; • прыжки по прямой	свое место. 10.00-10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Упражнять в равновесии, развивая координацию движений, в прыжках; учить перебрасывать мячи в шеренгах. ОВД равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перекладывая мяч из одной руки в другую перед собой и за спиной на каждый шаг; • прыжки по прямой (расстояние 2 м) – два прыжка на правой и два на левой ноге попеременно, и так до конца дистанции; • перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах (расстояние 3 м) .Игра с бегом: Мы веселые ребята» 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Упражнять в равновесии, развивая координацию движений, в прыжках; учить перебрасывать мячи в шеренгах. ОВД	
--	---	---	--	--	--

	равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах. ОВД Ходьба в колонне по одному, по команде переход на ходьбу с высоким подниманием колен, бег врассыпную бег между предметами, поставленными в одну линию (расстояние между предметами 40 см); ходьба в колонне по одному. • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке на каждый шаг вперед передавая малый мяч перед собой и за спиной; • прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед по прямой, вначале на правой, затем на левой ноге (расстояние 3–4 м); • переброска мяча двумя руками снизу, стоя в шеренге: (расстояние 2–2,5 м). Подвижная игра «Ловишки».	врассыпную бег между предметами, поставленными в одну линию (расстояние между предметами 40 см); ходьба в колонне по одному. • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке на каждый шаг вперед передавая малый мяч перед собой и за спиной; • прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед по прямой, вначале на правой, затем на левой ноге (расстояние 3–4 м); • переброска мяча двумя руками снизу, стоя в шеренге: (расстояние 2–2,5 м). Подвижная игра «Ловишки».	(расстояние 2 м) – два прыжка на правой и два на левой ноге попеременно, и так до конца дистанции; • перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах (расстояние 3 м) .Игра с бегом: Мы веселые ребята»	равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, переключая мяч из одной руки в другую перед собой и за спиной на каждый шаг; • прыжки по прямой (расстояние 2 м) – два прыжка на правой и два на левой ноге попеременно, и так до конца дистанции; • перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах (расстояние 3 м) .Игра с бегом: Мы веселые ребята»	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов

	15.30 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Работа с физкультурным оснащением (атрибуты, инвентарь)	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Мақсаты/ Цель: Упражнять в равновесии, развивая координацию движений, в прыжках; учить перебрасывать мячи в шеренгах.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год

Ноябрь (6.11 – 10.11. 2023г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить правильно группироваться и выпрямляться при подлезании под веревку правым и левым боком. Закреплять умение подбрасывать мяч вперед-вверх, не забрасывая его за голову, и ловить его двумя руками. ОВД Подлезание под веревку боком (высота 40 см) Бросание мяча вверх и ловля	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№ 8 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить правильно группироваться и выпрямляться при подлезании под веревку правым и левым боком. Закреплять умение подбрасывать мяч вперед-вверх, не забрасывая его за голову, и ловить его двумя руками. ОВД Подлезание под веревку боком (высота 40 см)	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить ходить на носочках по ограниченной площади, сохраняя правильное положение тела (профилактика плоскостопия). Закреплять умение координировать движения рук и ног, последовательно выполняя приставной шаг.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить ходить на носочках по ограниченной площади, сохраняя правильное положение тела (профилактика плоскостопия). Закреплять умение координировать движения рук и ног, последовательно выполняя приставной шаг.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Учить правильно группироваться и выпрямляться при подлезании под веревку правым и левым боком. Закреплять умение подбрасывать мяч

его двумя руками. Игра: «Птички и кошка». Развитие координационных способностей и быстроты. 9.30 –9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить правильно группироваться и выпрямляться при подлезании под веревку правым и левым боком. Закреплять умение подбрасывать мяч вперед-вверх , не забрасывая его за голову, и ловить его двумя руками. ОВД Подлезание под веревку боком (высота 40 см) Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Игра: «Птички и кошка». Развитие координационных способностей и быстроты 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/Цель: Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках, подталкивая мяч головой, и ведении мяча в ходьбе. ОВД Ходьба в колонне по одному, по сигналу изменить направление движения к окну, к флажку, к гимнастической стенке.	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Игра: «Птички и кошка». Развитие координационных способностей и быстроты 9.30-9.50 2 Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить правильно группироваться и выпрямляться при подлезании под веревку правым и левым боком. Закреплять умение подбрасывать мяч вперед-вверх ,не забрасывая его за голову, и ловить его двумя руками. ОВД Подлезание под веревку боком (высота 40 см) Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Игра: «Птички и кошка». Развитие координационных способностей и быстроты. 10.00-10.25 3. Предшкольная группа №2 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках, подталкивая мяч головой, и ведении мяча в ходьбе. ОВД Ходьба в колонне по одному, по сигналу изменить	ОВД Ходьба на носках по доске, положенной на пол (ширина 15см, длина 2 метра), руки на поясе. Подлезание под веревку боком (высота 40 см). Игра: «Поезд». Умение выполнять согласованные действия в колонне. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить ходить на носочках по ограниченной площади, сохраняя правильное положение тела (профилактика плоскостопия). Закреплять умение координировать движения рук и ног, последовательно выполняя приставной шаг. ОВД Ходьба на носках по доске, положенной на пол (ширина 15см, длина 2 метра), руки на поясе. Подлезание под веревку боком (высота 40 см). Игра: «Поезд». Умение выполнять согласованные действия в колонне.	ОВД Ходьба на носках по доске, положенной на пол (ширина 15см, длина 2 метра), руки на поясе. Подлезание под веревку боком (высота 40 см). Игра: «Поезд». Умение выполнять согласованные действия в колонне. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить ходить на носочках по ограниченной площади, сохраняя правильное положение тела (профилактика плоскостопия). Закреплять умение координировать движения рук и ног, последовательно выполняя приставной шаг. ОВД Ходьба на носках по доске, положенной на пол (ширина 15см, длина 2 метра), руки на поясе. Подлезание под веревку боком (высота 40 см). Игра: «Поезд». Умение выполнять согласованные действия в колонне. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа	вперед-вверх, не забрасывая его за голову, и ловить его двумя руками 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа №2 Мақсаты/ Цель: Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках, подталкивая мяч головой, и ведении мяча в ходьбе.
---	--	--	---	---

	Бег между кубиками (кеглями, мячами), поставленными в линию. • прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге попеременно (дистанция 4–5 м); • переползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков); • ведение мяча, продвигаясь вперед шагом (расстояние 4–5 м). Подвижная игра «Не оставайся на полу». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/Цель: Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках, подталкивая мяч головой, и ведении мяча в ходьбе. ОВД Ходьба в колонне по одному, по сигналу изменить направление движения к окну, к флажку, к гимнастической стенке. Бег между кубиками (кеглями, мячами), поставленными в линию. • прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге попеременно (дистанция 4–5 м); • переползание на животе по	направление движения к окну, к флажку, к гимнастической стенке. Бег между кубиками (кеглями, мячами), поставленными в линию. • прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге попеременно (дистанция 4–5 м); • переползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков); • ведение мяча, продвигаясь вперед шагом (расстояние 4–5 м). Подвижная игра «Не оставайся на полу» 10.30-10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках, подталкивая мяч головой, и ведении мяча в ходьбе. ОВД Ходьба в колонне по одному, по сигналу изменить направление движения к окну, к флажку, к гимнастической стенке. Бег между кубиками (кеглями, мячами), поставленными в линию. • прыжки с продвижением	10.00 –10.25 3.Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках, подталкивая мяч головой и ведении мяча в ходьбе. ОВД • прыжки на правой и левой ноге попеременно (расстояние 4 м); •ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой (вес мяча 0,5 кг); • ведение мяча в ходьбе Игра: «Мяч водящему» 10.25 –10.55 4. Предшкольная группа № 8 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках, подталкивая мяч головой и ведении мяча в ходьбе. ОВД • прыжки на правой и левой ноге попеременно (расстояние 4 м);	№ 2 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках, подталкивая мяч головой и ведении мяча в ходьбе. ОВД • прыжки на правой и левой ноге попеременно (расстояние 4 м); •ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой (вес мяча 0,5 кг); • ведение мяча в ходьбе Игра: «Мяч водящему» 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках, подталкивая мяч головой и ведении мяча в ходьбе. ОВД • прыжки на правой и левой ноге попеременно (расстояние 4 м); •ползание на четвереньках,	
--	--	---	---	---	--

	гимнастической скамейке, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков); • ведение мяча, продвигаясь вперед шагом (расстояние 4-5 м). Подвижная игра «Не оставайся на полу».	вперед на правой и левой ноге попеременно (дистанция 4–5 м); • переползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков); • ведение мяча, продвигаясь вперед шагом (4-5 м). Подвижная игра «Не оставайся на полу»	• ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой (вес мяча 0,5 кг); • ведение мяча в ходьбе Игра: «Мяч водящему»	подталкивая мяч головой (вес мяча 0,5 кг); • ведение мяча в ходьбе Игра: «Мяч водящему»	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.30 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Организация предметно-развивающей среды, консультации для родителей	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/ Цель: Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках, подталкивая мяч головой, и ведении мяча в ходьбе.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год

Ноябрь (13.11 – 17.11. 2023г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить бегать "змейкой" между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильном положении головы при выполнении задания на повышенной опоре. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его согнутыми пальцами, не прижимая к себе. ОВД Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м).	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить бегать "змейкой" между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильном положении головы при выполнении задания на повышенной опоре. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его согнутыми пальцами, не прижимая к себе. ОВД Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать на двух ногах , продвигаясь вперед, энергично отталкиваясь двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног. Закреплять умение обегать предметы, не задевая их (профилактика плоскостопия - укрепление свода стоп). Упражнять в катании мячей друг другу, развивать глазомер. ОВД Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2м Бег "змейкой", обегая	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать на двух ногах , продвигаясь вперед, энергично отталкиваясь двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног. Закреплять умение обегать предметы, не задевая их (профилактика плоскостопия - укрепление свода стоп). Упражнять в катании мячей друг другу, развивать глазомер. ОВД Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2м Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Учить бегать "змейкой" между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильном положении головы при выполнении задания на повышенной опоре. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед-

	Ходьба по гимнастической скамейке. руки на поясе, на середине присесть- руки в стороны. (высота скамейки 35см, ширина 20см). Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Игра: «Стань первым» Умении ходить в колонне по одному, становиться ведущим. 9.30 –9.50 2. Старшая группа№12 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить бегать "змейкой" между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильном положении головы при выполнении задания на повышенной опоре. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его согнутыми пальцами, не прижимая к себе. ОВД Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м). Ходьба по гимнастической скамейке. руки на поясе, на середине присесть- руки в стороны. (высота скамейки 35см, ширина 20см). Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Игра: «Стань первым» Умение ходить в колонне по одному, становиться ведущим. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10	(расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м). Ходьба по гимнастической скамейке. руки на поясе, на середине присесть- руки в стороны. (высота скамейки 35см, ширина 20см). Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Игра: «Стань первым» Умении ходить в колонне по одному, становиться ведущим. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа№3 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить бегать "змейкой" между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильном положении головы при выполнении задания на повышенной опоре. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его согнутыми пальцами, не прижимая к себе. ОВД Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м). Ходьба по гимнастической скамейке. руки на поясе, на середине присесть- руки в стороны. (высота скамейки 35см, ширина 20см).	поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м), на носках, руки на поясе. Катание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние 2,5 м) Игра: «Мыши в кладовой» Согласовывать действия всей группы. 9.30 - 9.55 2.Старшая группа№12 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать на двух ногах , продвигаясь вперед, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног. Закреплять умение обегать предметы, не задевая их (профилактика плоскостопия - укрепление свода стоп). Упражнять в катании мячей друг другу, развивать глазомер. ОВД Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2м Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м), на носках, руки на поясе. Катание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние 2,5 м) Игра: «Мыши в кладовой» Согласовывать действия всей группы. 10.00 – 10.25 3.Предшкольная группа № 10	1м, длина ряда 6м), на носках, руки на поясе. Катание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние 2,5 м) Игра: «Мыши в кладовой» Согласовывать действия всей группы. 9.30 - 9.55 2. Старшая группа№3 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать на двух ногах , продвигаясь вперед, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног. Закреплять умение обегать предметы, не задевая их (профилактика плоскостопия - укрепление свода стоп). Упражнять в катании мячей друг другу, развивать глазомер. ОВД Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2м Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м), на носках, руки на поясе. Катание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние 2,5 м) Игра: «Мыши в кладовой» Согласовывать действия всей группы. 10.00-10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе, в равновесии; повторить упражнения с мячом.. ОВД	вверх, ловить его согнутыми пальцами, не прижимая к себе. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.
--	--	---	---	--	--

	ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом. ОВД Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в линию. • ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м); •пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Игра «Удочка». 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в равновесии; повторить упражнения с мячом. ОВД Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в линию. • ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м); •пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Игра «Удочка».	Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Игра: «Стань первым» Умении ходить в колонне по одному, становиться ведущим. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель : Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в линию. • ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м); •пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Игра «Удочка». 10.30 -10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в линию. • ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м); •пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Игра «Удочка».	ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе, в равновесии; повторить упражнения с мячом.. ОВД ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстояние 6 м; • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на предплечья и колени; Игра: «Үшінші артық» («Третий лишний») 10.00 –10.20 4.Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе, в равновесии; повторить упражнения с мячом.. ОВД ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстояние 6 м; • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на предплечья и колени; • ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами. Игра: «Үшінші артық» («Третий лишний»)	ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстояние 6 м; • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на предплечья и колени; • ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами. Игра: «Үшінші артық» («Третий лишний») 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе, в равновесии; повторить упражнения с мячом.. ОВД ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстояние 6 м; • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на предплечья и колени; • ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами. Игра: «Үшінші артық» («Третий лишний»)	
--	--	---	--	---	--

Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.30 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Работа с физкультурным оснащением (атрибуты, инвентарь)	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 Кобланова А. Р.

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год

Ноябрь (20.11 – 24.11. 2022г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить ползать между предметами, меняя направление и не задевая предметы. Закреплять умение ловить мяч после отскока одновременным хватом с двух сторон свободными и не напряженными движениями кистей рук. ОВД Ползание на ладонях и коленях между предметами, поставленными в ряд	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить ползать между предметами, меняя направление и не задевая предметы. Закреплять умение ловить мяч после отскока одновременным хватом с двух сторон свободными и не напряженными движениями кистей рук. ОВД Ползание на ладонях и коленях между предметами, поставленными в ряд	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания, сохраняя устойчивое равновесие. Закреплять умение ползать на ладонях и ступнях между предметами, согласовывать движения рук и ног и не задевать предметы. ОВД Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе (высота скамейки 35см,	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания, сохраняя устойчивое равновесие. Закреплять умение ползать на ладонях и ступнях между предметами, согласовывать движения рук и ног и не задевать предметы. ОВД Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшаягруппа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить ползать между предметами, меняя направление и не задевая предметы. Закреплять умение ловить мяч после отскока одновременным хватом с двух сторон свободными и

	(расстояние между предметами 1м, расстояние ряда 6м). Бросание мяча о пол и ловля. Игра: «Мы веселые ребята» Умение ходить по кругу, быстро находить свое место. 9.30 –9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить ползать между предметами, меняя направление и не задевая предметы. Закреплять умение ловить мяч после отскока одновременным хватом с двух сторон свободными и не напряженными движениями кистей рук. ОВД Ползание на ладонях и коленях между предметами, поставленными в ряд (расстояние между предметами 1м, расстояние ряда 6м). Бросание мяча о пол и ловля. Игра: «Мы веселые ребята» Умение ходить по кругу, быстро находить свое место. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу	(расстояние между предметами 1м, расстояние ряда 6м). Бросание мяча о пол и ловля. Игра: «Мы веселые ребята» Умение ходить по кругу, быстро находить свое место. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить ползать между предметами, меняя направление и не задевая предметы. Закреплять умение ловить мяч после отскока одновременным хватом с двух сторон свободными и не напряженными движениями кистей рук. ОВД Ползание на ладонях и коленях между предметами, поставленными в ряд (расстояние между предметами 1м, расстояние ряда 6м). Бросание мяча о пол и ловля. Игра: «Мы веселые ребята» Умение ходить по кругу, быстро находить свое место. 10.00 -10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель : Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках. ОВД Ходьба, по команде «Фигуры!» остановиться и изобразить кого-	ширина 20см). Ползание на ладонях и ступнях между предметами, поставленными в ряд(расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м). Игра: «Балапандар» Быстрота движений. Согласование своих действия с действиями других детей 9.30 - 9.50 2 Старшая группа№12 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания, сохраняя устойчивое равновесие. Закреплять умение ползать на ладонях и ступнях между предметами, согласовывать движения рук и ног и не задевать предметы. ОВД Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе (высота скамейки 35см, ширина 20см). Ползание на ладонях и ступнях между предметами, поставленными в ряд(расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м). Игра: «Балапандар» Быстрота движений. Согласование своих	(высота скамейки 35см, ширина 20см). Ползание на ладонях и ступнях между предметами, поставленными в ряд(расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м). Игра: «Балапандар» Быстрота движений. Согласование своих действия с действиями 9.30 - 9.50 2. Старшая группа№3 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания, сохраняя устойчивое равновесие. Закреплять умение ползать на ладонях и ступнях между предметами, согласовывать движения рук и ног и не задевать предметы. ОВД Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе (высота скамейки 35см, ширина 20см). Ползание на ладонях и ступнях между предметами, поставленными в ряд(расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м). Игра: «Балапандар»	не напряженными движениями кистей рук. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Мақсаты/ Цель: Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках.
--	--	---	--	--	---

	воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках. ОВД Ходьба, по команде «Фигуры!» остановиться и изобразить кого-либо. Ходьба врассыпную, бег врассыпную. •лазание – подлезание под шнур (высота 40 см) боком, не касаясь руками пола; •равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс; • прыжки на правой и левой ноге до предмета (расстояние 5 м). Подвижная игра «Пожарные на учении». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках. ОВД Ходьба, по команде «Фигуры!» остановиться и изобразить кого-либо. Ходьба врассыпную, бег врассыпную. •лазание – подлезание под шнур (высота 40 см) боком, не касаясь руками пола; •равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с	либо. Ходьба врассыпную, бег врассыпную. •лазание – подлезание под шнур (высота 40 см) боком, не касаясь руками пола; •равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс; • прыжки на правой и левой ноге до предмета (расстояние 5 м). Подвижная игра «Пожарные на учении». 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках. ОВД Ходьба, по команде «Фигуры!» остановиться и изобразить кого-либо. Ходьба врассыпную, бег врассыпную. •лазание – подлезание под шнур (высота 40 см) боком, не касаясь руками пола; •равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс; • прыжки на правой и левой ноге до предмета (расстояние 5 м). Подвижная игра «Пожарные на учении».	действия с действиями других детей 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Упражнять в подлезании под шнур, в прыжках, в ходьбе между предметами на носках. ОВД подлезание под шнур прямо и боком (2–3 раза); •прыжки на правой и левой ноге попеременно (по 2 прыжка); • ходьба между предметами на носках, руки за головой. Игра: «Ловишки-перебежки». 10.30 –10.55 4. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Упражнять в подлезании под шнур, в прыжках, в ходьбе между предметами на носках. ОВД подлезание под шнур прямо и боком (2–3 раза); •прыжки на правой и левой ноге попеременно (по 2 прыжка); • ходьба между предметами на носках, руки за головой. Игра: «Ловишки-перебежки».	Быстрота движений. Согласование своих действия с действиями 10.00 -10.25 3.Предшкольная группа № 3 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Упражнять в подлезании под шнур, в прыжках, в ходьбе между предметами на носках. ОВД подлезание под шнур прямо и боком (2–3 раза); •прыжки на правой и левой ноге попеременно (по 2 прыжка); • ходьба между предметами на носках, руки за головой. Игра: «Ловишки-перебежки». 10.30 -10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Упражнять в подлезании под шнур, в прыжках, в ходьбе между предметами на носках. ОВД подлезание под шнур прямо и боком (2–3 раза); •прыжки на правой и левой ноге попеременно (по 2 прыжка); • ходьба между предметами на носках, руки за головой. Игра: «Ловишки-	
--	--	---	---	--	--

	мешочком на голове, руки на пояс; • прыжки на правой и левой ноге до предмета (расстояние 5 м). Подвижная игра «Пожарные на учении».			перебежки».	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.30 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Работа с физкультурным оснащением (атрибуты, инвентарь)	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/ Цель: Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год

(27.11 – 1.12. 2023г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Учить бегать "змейкой" между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильном положении головы при выполнении задания на повышенной опоре. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его согнутыми пальцами, не прижимая к себе. ОВД Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м,	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Учить бегать "змейкой" между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильном положении головы при выполнении задания на повышенной опоре. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его согнутыми пальцами, не прижимая к себе. ОВД Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать на двух ногах , продвигаясь вперед, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног. Закреплять умение обегать предметы, не задевая их (профилактика плоскостопия - укрепление свода стоп). Упражнять в катании мячей друг другу, развивать глазомер. ОВД Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2м	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать на двух ногах , продвигаясь вперед, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног. Закреплять умение обегать предметы, не задевая их (профилактика плоскостопия - укрепление свода стоп). Упражнять в катании мячей друг другу, развивать глазомер. ОВД Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2м	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшаягруппа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить прыгать на двух ногах , продвигаясь вперед, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног. Закреплять умение обегать предметы, не задевая их (профилактика плоскостопия - укрепление свода стоп). Упражнять в

длина ряда 6м). Ходьба по гимнастической скамейке. руки на поясе, на середине присесть- руки в стороны. (высота скамейки 35см, ширина 20см). Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Игра: «Стань первым» Умение ходить в колонне по одному, становится ведущим. 9.30 –9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Учить бегать "змейкой" между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильном положении головы при выполнении задания на повышенной опоре. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его согнутыми пальцами, не прижимая к себе. ОВД Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м). Ходьба по гимнастической скамейке. руки на поясе, на середине присесть- руки в стороны. (высота скамейки 35см, ширина 20см). Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Игра: «Стань первым» Умение ходить в колонне по одному, становится ведущим. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 7	1м, длина ряда 6м). Ходьба по гимнастической скамейке. руки на поясе, на середине присесть- руки в стороны. (высота скамейки 35см, ширина 20см). Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Игра: «Стань первым» Умении ходить в колонне по одному, становится ведущим. 9.30-9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Учить бегать "змейкой" между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильном положении головы при выполнении задания на повышенной опоре. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его согнутыми пальцами, не прижимая к себе. ОВД Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м). Ходьба по гимнастической скамейке. руки на поясе, на середине присесть- руки в стороны. (высота скамейки 35см, ширина 20см). Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Игра: «Стань первым» Умение ходить в колонне по одному, становится ведущим. 10.00-10.25 3. Предшкольная группа № 2	Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м), на носках, руки на поясе. Катание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние 2,5 м) Игра: «Мыши в кладовой» Согласовывать действия всей группы. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель : Учить прыгать на двух ногах , продвигаясь вперед, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног. Закреплять умение обегать предметы, не задевая их (профилактика плоскостопия - укрепление свода стоп). Упражнять в катании мячей друг другу, развивать глазомер. ОВД Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2м Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м), на носках, руки на поясе. Катание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние 2,5 м) Игра: «Мыши в кладовой» Согласовывать действия всей группы. 10.00 –10.25	Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м), на носках, руки на поясе. Катание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние 2,5 м) Игра: «Мыши в кладовой» Согласовывать действия всей группы. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать на двух ногах , продвигаясь вперед, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног. Закреплять умение обегать предметы, не задевая их (профилактика плоскостопия - укрепление свода стоп). Упражнять в катании мячей друг другу, развивать глазомер. ОВД Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2м Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м), на носках, руки на поясе. Катание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние 2,5 м) Игра: «Мыши в кладовой» Согласовывать действия всей группы. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2	катании мячей друг другу, развивать глазомер. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.
--	--	---	--	--

	Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом. ОВД Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в линию. • ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м); • пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Игра «Удочка». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом. ОВД Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в линию. • ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м); • пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Игра «Удочка».	ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель : Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в линию. • ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м); • пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Игра «Удочка». 10.40-11.05 4. Предшкольная группа № 13 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в линию. • ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м); • пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Игра «Удочка».	3.Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе, в равновесии; повторить упражнения с мячом.. ОВД ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстоянии 6 м; • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на предплечья и колени; • ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами. Игра: «Үшінші артық» («Третий лишний») 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе, в равновесии; повторить упражнения с мячом.. ОВД ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстоянии 6 м; • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на предплечья и колени; • ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами. Игра: «Үшінші артық» («Третий лишний»)	ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе, в равновесии; повторить упражнения с мячом.. ОВД ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстоянии 6 м; • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на предплечья и колени; • ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами. Игра: «Үшінші артық» («Третий лишний») 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа №13 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе, в равновесии; повторить упражнения с мячом.. ОВД ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстоянии 6 м; • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на предплечья и колени; • ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами. Игра: «Үшінші артық» («Третий лишний»)	
--	--	---	---	---	--

Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.30 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
(4.12 – 8.12. 2023 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить бегать "змейкой" между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильном положении головы при выполнении задания на повышенной опоре. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его согнутыми пальцами, не прижимая к себе.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить бегать "змейкой" между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильном положении головы при выполнении задания на повышенной опоре. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его согнутыми пальцами, не прижимая к себе.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать на двух ногах , продвигаясь вперед, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног. Закреплять умение обегать предметы, не задевая их (профилактика плоскостопия - укрепление свода стоп). Упражнять в катании мячей друг другу, развивать глазомер.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать на двух ногах , продвигаясь вперед, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног. Закреплять умение обегать предметы, не задевая их (профилактика плоскостопия - укрепление свода стоп). Упражнять в катании мячей друг другу, развивать глазомер.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшаягруппа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить бегать "змейкой" между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов. Упражнять в

	ОВД Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м). Ходьба по гимнастической скамейке. руки на поясе, на середине присесть- руки в стороны. (высота скамейки 35см, ширина 20см). Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Игра: «Стань первым» Умении ходить в колонне по одному, становиться ведущим. 9.30 –9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 7 Максаты/ Цель: Продолжать учить бегать "змейкой" между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильном положении головы при выполнении задания на повышенной опоре. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его согнутыми пальцами, не прижимая к себе. ОВД Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м). Ходьба по гимнастической скамейке. руки на поясе, на середине присесть- руки в	ОВД Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м). Ходьба по гимнастической скамейке. руки на поясе, на середине присесть- руки в стороны. (высота скамейки 35см, ширина 20см). Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Игра: «Стань первым» Умении ходить в колонне по одному, становиться ведущим. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 7 Максаты/ Цель: Продолжать учить бегать "змейкой" между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильном положении головы при выполнении задания на повышенной опоре. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его согнутыми пальцами, не прижимая к себе. ОВД Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м). Ходьба по гимнастической скамейке. руки на поясе, на середине присесть- руки в	ОВД Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2м Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м), на носках, руки на поясе. Катание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние 2,5 м) Игра: «Мыши в кладовой» Согласовывать действия всей группы. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 7 Максаты/ Цель: Учить прыгать на двух ногах , продвигаясь вперед, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног. Закреплять умение обегать предметы, не задевая их (профилактика плоскостопия - укрепление свода стоп). Упражнять в катании мячей друг другу, развивать глазомер. ОВД Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2м Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние	ОВД Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2м Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м), на носках, руки на поясе. Катание мячей друг другу стоя в шеренгах (расстояние 2,5 м) Игра: «Мыши в кладовой» Согласовывать действия 9.25-9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 7 Максаты/ Цель: Учить прыгать на двух ногах , продвигаясь вперед, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног. Закреплять умение обегать предметы, не задевая их (профилактика плоскостопия - укрепление свода стоп). Упражнять в катании мячей друг другу, ОВД Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2м Бег "змейкой", обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м), на носках,	сохранении устойчивого равновесия и правильном положении головы при выполнении задания на повышенной опоре. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его согнутыми пальцами, не прижимая к себе. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Максаты/ Цель : Упражнять детей в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.
--	--	---	--	--	--

	стороны. (высота скамейки 35см, ширина 20см). Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Игра: «Стань первым» Умении ходить в колонне по одному, становиться ведущим. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/Цель: Упражнять детей в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча. ОВД Ходьба в колонне; бег в колонне по одному между предметами. • равновесие – ходьба по наклонной доске боком, руки в стороны, свободно балансируют; переход на гимнастическую скамейку, ходьба боком, приставным шагом, руки на пояс; • прыжки на двух ногах через бруски (расстояние между брусками 50 см); • броски мяча друг другу двумя руками из-за головы, стоя в двух шеренгах (расстояние 2,5 м). Подвижная игра: «Ловишки с ленточками». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 7	стороны. (высота скамейки 35см, ширина 20см). Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Игра: «Стань первым» Умении ходить в колонне по одному, становиться ведущим. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель : Упражнять детей в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча. ОВД Ходьба в колонне; бег в колонне по одному между предметами. • равновесие – ходьба по наклонной доске боком, руки в стороны, свободно балансируют; переход на гимнастическую скамейку, ходьба боком, приставным шагом, руки на пояс; • прыжки на двух ногах через бруски (расстояние между брусками 50 см); • броски мяча друг другу двумя руками из-за головы, стоя в двух шеренгах (расстояние 2,5 м). Подвижная игра: «Ловишки с ленточками». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа № 9	между предметами 1м, длина ряда 6м), на носках, руки на пояс. Катание мячей друг другу , стоя в шеренгах (расстояние 2,5 м) Игра: «Мыши в кладовой» Согласовывать действия 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить перебрасывание мяча. ОВД •ходьба по наклонной доске, прямо, руки в стороны, переход на гимнастическую скамейку. Ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи (расстояние между мячами 2 шага ребенка); • прыжки на двух ногах между набивными мячами (дистанция 4 м); • перебрасывание мячей (диаметр 20-25 см) друг другу в парах произвольным способом. Игра «Сделай фигуру». 10.30 –10.55 4.Предшкольная группа № 11	руки на поясе. Катание мячей друг другу стоя в шеренгах (расстояние 2,5 м) Игра: «Мыши в кладовой» Согласовывать действия 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить перебрасывание мяча. ОВД •ходьба по наклонной доске, прямо, руки в стороны, переход на гимнастическую скамейку. Ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи (расстояние между мячами 2 шага ребенка); • прыжки на двух ногах между набивными мячами (дистанция 4 м); • перебрасывание мячей (диаметр 20-25 см) друг другу в парах произвольным способом. Игра «Сделай фигуру». 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель:	
--	---	---	--	---	--

	Мақсаты/Цель: Упражнять детей в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча. ОВД Ходьба в колонне; бег в колонне по одному между предметами. • равновесие – ходьба по наклонной доске боком, руки в стороны, свободно балансируют; переход на гимнастическую скамейку, ходьба боком, приставным шагом, руки на пояс; • прыжки на двух ногах через бруски (расстояние между брусками 50 см); • броски мяча друг другу двумя руками из-за головы, стоя в двух шеренгах (расстояние 2,5 м). Подвижная игра: «Ловишки с ленточками».	ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Упражнять детей в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча. ОВД Ходьба в колонне; бег в колонне по одному между предметами. • равновесие – ходьба по наклонной доске боком, руки в стороны, свободно балансируют; переход на гимнастическую скамейку, ходьба боком, приставным шагом, руки на пояс; • прыжки на двух ногах через бруски (расстояние между брусками 50 см); • броски мяча друг другу двумя руками из-за головы, стоя в двух шеренгах (расстояние 2,5 м). Подвижная игра: «Ловишки с ленточками».	ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить перебрасывание мяча. ОВД • ходьба по наклонной доске, прямо, руки в стороны, переход на гимнастическую скамейку. Ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи (расстояние между мячами 2 шага ребенка); • прыжки на двух ногах между набивными мячами (дистанция 4 м); • перебрасывание мячей (диаметр 20-25 см) друг другу в парах произвольным способом. Игра «Сделай фигуру».	Разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить перебрасывание мяча. ОВД • ходьба по наклонной доске, прямо, руки в стороны, переход на гимнастическую скамейку. Ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи (расстояние между мячами 2 шага ребенка); • прыжки на двух ногах между набивными мячами (дистанция 4 м); • перебрасывание мячей (диаметр 20-25 см) друг другу в парах произвольным способом. Игра «Сделай фигуру».	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				

Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.30 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/ Цель : Упражнять детей в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
(11.12 – 15.12. 2023 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Учить бросать мяч вертикально вниз о пол и ловить его двумя руками после отскока. Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног при продвижении вперед прыжками. Формировать умение дышать свободно, не задерживать дыхание. ОВД Бросание мяча друг другу и	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Учить бросать мяч вертикально вниз о пол и ловить его двумя руками после отскока. Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног при продвижении вперед прыжками. Формировать умение дышать свободно, не задерживать дыхание. ОВД Бросание мяча друг другу и	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Учить ползать по гимнастической скамейке на животе, держась за края скамейки и подтягиваясь руками. Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу, ловить его одновременным хватом с двух сторон свободными движениями кистей рук. Упражнять в ходьбе на носках, руки к плечам, сохранять равновесие, не выходить за пределы линий.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Учить ползать по гимнастической скамейке на животе, держась за края скамейки и подтягиваясь руками. Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу, ловить его одновременным хватом с двух сторон свободными движениями кистей рук. Упражнять в ходьбе на носках, руки к плечам, сохранять равновесие, не	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Учить бросать мяч вертикально вниз о пол и ловить его двумя руками после отскока. Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног при продвижении вперед прыжками.

ловля его двумя руками (способ двумя руками из-за головы, расстояние между парами 1,5 м) Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 3 м Игра: «Қасқыр мен лактар» Ловкость, умение действовать по сигналу 9.30 –9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Учить бросать мяч вертикально вниз о пол и ловить его двумя руками после отскока. Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног при продвижении вперед прыжками. Формировать умение дышать свободно, не задерживать дыхание. ОВД Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способ двумя руками из-за головы, расстояние между парами 1,5 м) Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 3 м Игра: Қасқыр мен лактар» Ловкость, умение действовать по сигналу 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки	ловля его двумя руками (способ двумя руками из-за головы, расстояние между парами 1,5 м) Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 3 м Игра: Қасқыр мен лактар» Ловкость, умение действовать по сигналу 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Учить бросать мяч вертикально вниз о пол и ловить его двумя руками после отскока. Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног при продвижении вперед прыжками. Формировать умение дышать свободно, не задерживать дыхание. ОВД Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способ двумя руками из-за головы, расстояние между парами 1,5 м) Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 3 м Игра: Қасқыр мен лактар» Ловкость, умение действовать по сигналу 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель : Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в	ОВД Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (высота скамейки 35 см, ширина 20) Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способ двумя руками из-за головы, расстояние между парами 2 метра) Ходьба между двумя параллельными линиями (ширина 15см, длина 3 метра). Игра: «Тулпар» Бег в разном темпе. 9.30 -9.50 10.00 –10.20 2.Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Учить ползать по гимнастической скамейке на животе, держась за края скамейки и подтягиваясь руками. Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу, ловить его одновременным хватом с двух сторон свободными движениями кистей рук. Упражнять в ходьбе на носках, руки к плечам, сохранять равновесие, не выходить за пределы линий. ОВД Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (высота скамейки 35 см, ширина 20) Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способ двумя руками из-за головы, расстояние между парами 2 метра) Ходьба между двумя	выходить за пределы линий. ОВД Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (высота скамейки 35 см, ширина 20) Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способ двумя руками из-за головы, расстояние между парами 2 метра) Ходьба между двумя параллельными линиями (ширина 15см, длина 3 метра). Игра: «Тулпар» Бег в разном темпе. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Учить ползать по гимнастической скамейке на животе, держась за края скамейки и подтягиваясь руками. Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу, ловить его одновременным хватом с двух сторон свободными движениями кистей рук. Упражнять в ходьбе на носках, руки к плечам, сохранять равновесие, не выходить за пределы линий. ОВД Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (высота скамейки 35 см, ширина 20) Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способ двумя руками из-за головы, расстояние между парами 2 метра)	Формировать умение дышать свободно, не задерживать дыхание. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Мақсаты/ Цель : Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча.
--	--	---	--	---

	попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча. ОВД Ходьба по кругу. По сигналу остановка, поворот в другую сторону и бег по кругу. • прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на правой и левой ноге (расстояние 5 м); • броски мяча вверх и ловля его двумя руками; • ползание на четвереньках между предметами. Игра «Не оставайся на полу». III часть. Игра малой подвижности «У кого мяч?». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 8 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча. ОВД Ходьба по кругу. По сигналу остановка, поворот в другую сторону и бег по кругу. • прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на правой и левой ноге (расстояние 5 м); • броски мяча вверх и ловля его двумя руками; • ползание на четвереньках между предметами. Игра «Не оставайся на полу». III часть. Игра малой подвижности «У кого мяч?».	другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча. ОВД Ходьба по кругу. По сигналу остановка, поворот в другую сторону и бег по кругу. • прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на правой и левой ноге (расстояние 5 м); • броски мяча вверх и ловля его двумя руками; • ползание на четвереньках между предметами. Игра «Не оставайся на полу». III часть. Игра малой подвижности «У кого мяч?» 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 8 Максаты/ Цель :Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча. ОВД Ходьба по кругу. По сигналу остановка, поворот в другую сторону и бег по кругу. • прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на правой и левой ноге (расстояние 5 м); • броски мяча вверх и ловля его двумя руками; • ползание на четвереньках между предметами. Игра «Не оставайся на полу». III часть. Игра малой подвижности «У кого мяч?»	параллельными линиями (ширина 15см, длина 3 метра). Игра: «Тулпар» Бег в разном темпе. 10.00 – 10.253. 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 8 Максаты/ Цель: Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и прокатывание мяча. • прыжки попеременно на правой и левой ноге (дистанция 5 м); • ползание по прямой, подталкивая мяч головой (дистанция 3–4 м); • прокатывание набивного мяча Игра «Мороз Красный нос» 10.25 –10.45 4. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 7 Максаты/ Цель: Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и прокатывание мяча. • прыжки попеременно на правой и левой ноге (дистанция 5 м); • ползание по прямой, подталкивая мяч головой (дистанция 3–4 м); • прокатывание набивного мяча Игра «Мороз Красный нос»	Ходьба между двумя параллельными линиями (ширина 15см, длина 3 метра). Игра: «Тулпар» Бег в разном темпе. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 8 Максаты/ Цель: Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и прокатывание мяча. • прыжки попеременно на правой и левой ноге (дистанция 5 м); • ползание по прямой, подталкивая мяч головой (дистанция 3–4 м); • прокатывание набивного мяча Игра «Мороз Красный нос». 10.30- 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 8 Максаты/ Цель: Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и прокатывание мяча. • прыжки попеременно на правой и левой ноге (дистанция 5 м); • ползание по прямой, подталкивая мяч головой (дистанция 3–4 м); • прокатывание набивного мяча Игра «Мороз Красный нос».	
--	---	---	--	---	--

Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.30 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/ Цель : Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
декабрь (19.12 – 22.12. 2023 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .		9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить сохранять правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре. Закреплять умение принимать правильное положение тела и подтягивать его энергичными движениями рук. ОВД Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, руки на поясе (высота скамейки 35см, ширина 20). Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (высота скамейки 35 см, ширина 20).	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить строиться в колонну по одному, ориентироваться в пространстве при ходьба врассыпную и быстро находить свое место в колонне. Закреплять умение перешагивать через предметы, сохраняя равновесие и правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре. Упражнять в бросании мяча вертикально вниз о пол и ловле его двумя руками после отскока. ОВД Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, руки на поясе (высота	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить строиться в колонну по одному, ориентироваться в пространстве при ходьба врассыпную и быстро находить свое место в колонне. Закреплять умение перешагивать через предметы, сохраняя равновесие и правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре. Упражнять в бросании мяч вертикально вниз о пол и ловле его двумя руками после отскока. ОВД Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, руки на поясе (высота	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшаягруппа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить строиться в колонну по одному, ориентироваться в пространстве при ходьба врассыпную и быстро находить свое место в колонне. Закреплять умение перешагивать через предметы, сохраняя равновесие и правильное положение осанки при

		Игра: «Не боюсь» Координационные способности, быстрота 9.30 -9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 8 Максаты/ Цель: Продолжать учить сохранять правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре. Закреплять умение принимать правильное положение тела и подтягивать его энергичными движениями рук. ОВД Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, руки на поясе (высота скамейки 35см, ширина 20). Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (высота скамейки 35 см, ширина 20). Игра: «Не боюсь» Координационные способности, быстрота 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 8 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия. ОВД Ходьба враспынную, по команде остановка и выполнение задания (изобразить кого-либо); бег враспынную. • перебрасывание мяча большого диаметра, стоя в шеренгах (двумя	скамейки 35см, ширина 20). Бросание мяча о пол и ловля. Игра: «Вороны» Выносливость, умение согласовывать действия со стихотворением. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 8 Максаты/ Цель: Продолжать учить строиться в колонну по одному, ориентироваться в пространстве при ходьбе враспынную и быстро находить свое место в колонне. Закреплять умение перешагивать через предметы, сохраняя равновесие и правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре. Упражнять в бросании мяч вертикально вниз о пол и ловле его двумя руками после отскока ОВД Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, руки на поясе (высота скамейки 35см, ширина 20). Бросание мяча о пол и ловля. Игра: «Вороны» Выносливость, умение согласовывать действия со стихотворением 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 8 Максаты/ Цель: Закреплять умение ловить мяч; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия. ОВД перебрасывание мячей (большой	скамейки 35см, ширина 20). Бросание мяча о пол и ловля. Игра: «Вороны» Выносливость, умение согласовывать действия с текстом 9.25-9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 8 Максаты/ Цель: Продолжать учить строиться в колонну по одному, ориентироваться в пространстве при ходьбе враспынную и быстро находить свое место в колонне. Закреплять умение перешагивать через предметы, сохраняя равновесие и правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре. Упражнять в бросании мяч вертикально вниз о пол и ловле его двумя руками после отскока. ОВД Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, руки на поясе (высота скамейки 35см, ширина 20). Бросание мяча о пол и ловля. Игра: «Вороны» Выносливость, умение согласовывать действия с текстом 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 8 Максаты/ Цель: Закреплять умение ловить мяч; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия. ОВД перебрасывание мячей (большой диаметр) друг другу двумя руками снизу и ловля с хлопком в ладоши;	ходьбе на повышенной опоре. Упражнять в бросании мяча вертикально вниз о пол и ловле его двумя руками после отскока. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Максаты/ Цель: Закреплять умение ловить мяч; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.
--	--	--	--	--	--

	руками снизу) (расстояние 2,5 м); • ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками за края скамейки (хват рук с боков); • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны (или на пояс). Игра: «Охотники и зайцы». подвижности «У кого мяч 10.30- 10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 8 Максаты/ Цель : Упражнять в ходьбе и беге врасыпную; закреплять умение ловить мяч; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия. ОВД Ходьба врасыпную, по команде остановка и выполнение задания (изобразить кого-либо); бег врасыпную. • перебрасывание мяча большого диаметра, стоя в шеренгах (двумя руками снизу) (расстояние 2,5 м); • ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками за края скамейки (хват рук с боков); • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны (или на пояс). Игра: «Охотники и зайцы».	диаметр) друг другу двумя руками снизу и ловля с хлопком в ладоши; • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине, темп средний; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, с мешочком на голове. Игра: «Смелые воробышки» 10.30 – 10.55 4.Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 8 Максаты/ Цель: Закреплять умение ловить мяч; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия ОВД перебрасывание мячей (большой диаметр) друг другу двумя руками снизу и ловля с хлопком в ладоши; • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине, темп средний; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, с мешочком на голове. Игра: «Смелые воробышки»	• ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине, темп средний; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, с мешочком на голове. Игра: «Смелые воробышки» 10.30 - 10.55 4.Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 8 Максаты/ Цель: Закреплять умение ловить мяч; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия. ОВД перебрасывание мячей (большой диаметр) друг другу двумя руками снизу и ловля с хлопком в ладоши; • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине, темп средний; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, с мешочком на голове. Игра: «Смелые воробышки»	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.			

Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.30 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Мақсаты/ Цель: Закреплять умение ловить мяч; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год

Декабрь (25.12 – 29.12. 2023 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 9 Мақсаты/ Цель: Учить принимать правильное исходное положение при выполнении прыжков в длину с места, согласовывать движения рук вниз-вперед с толчком ног. Закреплять умение быстро находить свое место в шеренге, использовать все пространство зала, не мешать друг другу во время ходьбы. Совершенствовать умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, развивать	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 9 Мақсаты/ Цель: Учить принимать правильное исходное положение при выполнении прыжков в длину с места, согласовывать движения рук вниз-вперед с толчком ног. Закреплять умение быстро находить свое место в шеренге, использовать все пространство зала, не мешать друг другу во время ходьбы. Совершенствовать умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 9 Мақсаты/ Цель: Учить перебрасывать мяч друг другу, стоя в двух шеренгах на расстоянии 1.5 м, способом двумя руками из-за головы, соотносить силу броска с расстоянием между шеренгами. Закреплять умение выполнять резкие движения руками вниз-вперед, энергичный вынос обеих ног в прыжках в	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 9 Мақсаты/ Цель: Учить перебрасывать мяч друг другу, стоя в двух шеренгах на расстоянии 1.5 м, способом двумя руками из-за головы, соотносить силу броска с расстоянием между шеренгами. Закреплять умение выполнять резкие движения руками вниз-вперед, энергичный вынос обеих ног в прыжках в длину с места,	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Учить принимать правильное исходное положение при выполнении прыжков в длину с места, согласовывать движения рук вниз-вперед с толчком ног. Закреплять умение быстро находить свое место в

	глазомер ОВД Ходьба враспынную, ходьба с нахождением своего места в колонне. Прыжки в длину с места. Прокатывание мяча с попаданием в предмет Игра: «Кара кулак» Быстрота, умение увертываться от ловишки. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 9 Максаты/ Цел: Учить принимать правильное исходное положение при выполнении прыжков в длину с места, согласовывать движения рук вниз-вперед с толчком ног. Закреплять умение быстро находить свое место в шеренге, использовать все пространство зала, не мешать друг другу во время ходьбы. Совершенствовать умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, развивать глазомер ОВД Ходьба враспынную, ходьба с нахождением своего места в колонне. Прыжки в длину с места. Прокатывание мяча с попаданием в предмет Игра: «Кара кулак» Быстрота, умение увертываться от ловишки.	движения мяча, развивать глазомер ОВД Ходьба враспынную, ходьба с нахождением своего места в колонне. Прыжки в длину с места. Прокатывание мяча с попаданием в предмет Игра: «Кара кулак» Быстрота, умение увертываться от ловишки. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 9 Максаты/ Цель: Учить принимать правильное исходное положение при выполнении прыжков в длину с места, согласовывать движения рук вниз-вперед с толчком ног. Закреплять умение быстро находить свое место в шеренге, использовать все пространство зала, не мешать друг другу во время ходьбы. Совершенствовать умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, развивать глазомер ОВД Ходьба враспынную, ходьба с нахождением своего места в колонне. Прыжки в длину с места. Прокатывание мяча с попаданием в предмет Игра: «Кара кулак»	длину с места, приземление на полусогнутые ноги. ОВД Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способ двумя руками из-за головы, расстояние между шеренгами 1,5 м) Прыжки в длину с места. Игра: «Мыши в кладовой» Бег на носках, согласованные движение по сигналу. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс №9 Максаты/ Цель: Учить перебрасывать мяч друг другу, стоя в двух шеренгах на расстоянии 1.5 м, способом двумя руками из-за головы, соотносить силу броска с расстоянием между шеренгами. Закреплять умение выполнять резкие движения руками вниз-вперед, энергичный вынос обеих ног в прыжках в длину с места, приземление на полусогнутые ноги. ОВД Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способ двумя руками из-за головы, расстояние между шеренгами 1,5 м)	приземление на полусогнутые ноги. ОВД Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способ двумя руками из-за головы, расстояние между шеренгами 1,5 м) Прыжки в длину с места. Игра: «Мыши в кладовой» Бег на носках , согласованные движение по сигналу. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 9 Максаты/ Цель: Учить перебрасывать мяч друг другу, стоя в двух шеренгах на расстоянии 1.5 м, способом двумя руками из-за головы, соотносить силу броска с расстоянием между шеренгами. Закреплять умение выполнять резкие движения руками вниз-вперед, энергичный вынос обеих ног в прыжках в длину с места, приземление на полусогнутые ноги. ОВД Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способ двумя руками из-за головы, расстояние между шеренгами 1,5 м) Прыжки в длину с места.	шеренге, использовать все пространство зала, не мешать друг другу во время ходьбы. Совершенствовать умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, развивать глазомер 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.
--	---	---	---	--	---

	10.00 –10.25 3.Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 9 Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках. ОВД Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. По сигналу выполнение поворотов вправо и влево по ходу движения. Ходьба и бег враспынную. • лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы; • прыжки на двух ногах между предметами (расстояние между предметами 40 см). Игра: «Хитрая лиса». 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 9 Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках. ОВД Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. По сигналу выполнение поворотов вправо и влево по ходу движения. Ходьба и бег враспынную. • лазанье на гимнастическую	Быстрота, умение увертываться от ловишки. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 9 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках. ОВД Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. По сигналу выполнение поворотов вправо и влево по ходу движения. Ходьба и бег враспынную. • лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы; • прыжки на двух ногах между предметами (расстояние между предметами 40 см). Игра: «Хитрая лиса». 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 9 Мақсаты/ Цель : Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках. ОВД Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. По сигналу выполнение поворотов вправо	Прыжки в длину с места. Игра: «Мыши в кладовой» Бег на носках, согласованные движение по сигналу. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках. ОВД лазанье до верха гимнастической стенки разноименным способом, не пропуская реек; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове; • прыжки на двух ногах между кеглями с мешочком, зажатым между колен. Игра: «Мы веселые ребята» 10.30 –10.55 4. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках. ОВД лазанье до верха гимнастической стенки разноименным способом,	Игра: «Мыши в кладовой» Бег на носках , согласованные движение по сигналу. 10.00-10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 9 Мақсаты/ Цель: Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках. ОВД лазанье до верха гимнастической стенки разноименным способом, не пропуская реек; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове; • прыжки на двух ногах между кеглями с мешочком, зажатым между колен. Игра: «Мы веселые ребята» 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа 9 ОРУ комплекс № 9 Мақсаты/ Цель: Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках. ОВД лазанье до верха гимнастической стенки разноименным способом, не пропуская реек; • равновесие – ходьба по	
--	---	--	--	--	--

	стенку, не пропуская реек; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы; • прыжки на двух ногах между предметами (расстояние между предметами 40 см). Игра: «Хитрая лиса».	и влево по ходу движения. Ходьба и бег враспынную. • лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы; • прыжки на двух ногах между предметами (расстояние между предметами 40 см). Игра: «Хитрая лиса».	не пропуская реек; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове; • прыжки на двух ногах между кеглями с мешочком, зажатым между колен. Игра: «Мы веселые ребята»	гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове; • прыжки на двух ногах между кеглями с мешочком, зажатым между колен. Игра: «Мы веселые ребята»	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.30 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Работа с физкультурным оснащением (атрибуты, инвентарь)	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год

Январь (3.01 – 5.01. 2024 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .			9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 9 Мақсаты/ Цель: Учить координировать работу рук и ног при ползании по гимнастической скамейке на четвереньках. Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу с расстояния 2м, следить за направлением полета мяча и встречать летящий мяч, мягкими движением согнутых рук. ОВД Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способ двумя	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 9 Мақсаты/ Цель: Учить координировать работу рук и ног при ползании по гимнастической скамейке на четвереньках. Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу с расстояния 2м, следить за направлением полета мяча и встречать летящий мяч, мягкими движением согнутых рук. ОВД Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способ двумя	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Учить координировать работу рук и ног при ползании по гимнастической скамейке на четвереньках. Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу с расстояния 2м, следить за направлением полета мяча и

			руками из-за головы, расстояние между шеренгами 2 м) Игра: «Каскыр мен лактар» Бег с одной стороны площадки на другую. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 9 Максаты/ Цель: Учить координировать работу рук и ног при ползании по гимнастической скамейке на четвереньках. Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу с расстояния 2м, следить за направлением полета мяча и встречать летящий мяч, мягкими движением согнутых рук. ОВД Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способ двумя руками из-за головы, расстояние между шеренгами 2 м) Игра: «Каскыр мен лактар» Бег с одной стороны площадки на другую. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 9 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо. Ходьба и бег между кубиками, расположенными в шахматном	руками из-за головы, расстояние между шеренгами 2 м) Игра: «Каскыр мен лактар» Бег с одной стороны площадки на другую. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 9 Максаты/ Цель: Учить координировать работу рук и ног при ползании по гимнастической скамейке на четвереньках. Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу с расстояния 2м, следить за направлением полета мяча и встречать летящий мяч, мягкими движением согнутых рук. ОВД Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способ двумя руками из-за головы, расстояние между шеренгами 2 м) Игра: «Каскыр мен лактар» Бег с одной стороны площадки на другую. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 9 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо. Ходьба и бег между кубиками, расположенными в шахматном порядке.	встречать летящий мяч, мягкими движением согнутых рук 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо.
--	--	--	--	---	--

			порядке. ОВД • равновесие – ходьба и бег по наклонной доске (высота 40 см, ширина 20 см); • прыжки на правой и левой ноге между кубиками (расстояние 5 м); • метание – броски мяча в баскетбольное кольцо Игра: «Медведи и пчелы» 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 9 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо. ОВД Ходьба и бег между кубиками, расположенными в шахматном порядке. • равновесие – ходьба и бег по наклонной доске (высота 40 см, ширина 20 см); • прыжки на правой и левой ноге между кубиками (расстояние 5 м); • метание – броски мяча в баскетбольное кольцо Игра: «Медведи и пчелы»	ОВД • равновесие – ходьба и бег по наклонной доске (высота 40 см, ширина 20 см); • прыжки на правой и левой ноге между кубиками (расстояние 5 м); • метание – броски мяча в баскетбольное кольцо Игра: «Медведи и пчелы» 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 9 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо. ОВД Ходьба и бег между кубиками, расположенными в шахматном порядке. • равновесие – ходьба и бег по наклонной доске (высота 40 см, ширина 20 см); • прыжки на правой и левой ноге между кубиками (расстояние 5 м); • метание – броски мяча в баскетбольное кольцо Игра: «Медведи и пчелы»
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.			

Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию			14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
			15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Работа с физкультурным оснащением (атрибуты, инвентарь)	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
 Методист
 «Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 Кобланова А. Р.

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год

Январь (8.01– 12.01. 2024 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: кружиться вокруг себя, легко и ритмично подпрыгивать. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие и правильное положение осанки при ходьбе по повышенной	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: кружиться вокруг себя, легко и ритмично подпрыгивать. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие и правильное положение осанки при ходьбе по повышенной	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цель: Учить последовательно перепрыгивать через несколько линий, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно, приземляться на носки, не наклоня корпус вперед. Закреплять умение выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением; ходить ритмично с высоким	9.00 – 9.20 1. Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цель: Учить последовательно перепрыгивать через несколько линий, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно, приземляться на носки, не наклоня корпус вперед. Закреплять умение выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением; ходить	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.50 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшаягруппа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением; закреплять умение сохранять устойчивое

площади опоры, легко сходить с нее на носках. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед ОВД Музыкально-ритмические движения (кружение, поскоки на месте) Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен, руки на поясе, (высота скамейки 35 см, ширина 20). Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2метра Игра: «Шарики и столбики» Прокатывание мячей в прямом направлении до линии. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цел: Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: кружиться вокруг себя, легко и ритмично подпрыгивать. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие и правильное положение осанки при ходьбе по повышенной площади опоры, легко сходить с нее на носках.	площади опоры, легко сходить с нее на носках. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед ОВД Музыкально-ритмические движения (кружение, поскоки на месте) Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен, руки на поясе, (высота скамейки 35 см, ширина 20). Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2метра Игра: «Шарики и столбики» Прокатывание мячей в прямом направлении до линии. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цел: Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: кружиться вокруг себя, легко и ритмично подпрыгивать. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие и правильное положение осанки при ходьбе по повышенной площади опоры, легко сходить с нее на носках.	подниманием колен, выполнять плавные приседания. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу способом двумя руками из-за головы ОВД Прыжки на двух ногах через линии (4 линии на расстоянии 1м друг от друга). Музыкально-ритмические движения (ходьба, приседания) Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способ двумя руками из-за головы, расстояние между шеренгами 2 м) Игра: « Ловля волков» Действовать совместно, ориентироваться в пространстве 9.25-9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цель: Учить последовательно перепрыгивать через несколько линий, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно, приземляться на носки, не наклоня корпус вперед. Закреплять умение выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением; ходить, ритмично с высоким подниманием колен, выполнять плавные приседания. Упражнять в перебрасывании	ритмично с высоким подниманием колен, выполнять плавные приседания. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу способом двумя руками из-за головы ОВД Прыжки на двух ногах через линии(4 линии на расстоянии 1м друг от друга). Музыкально-ритмические движения (ходьба, приседания) Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способ двумя руками из-за головы, расстояние между шеренгами 2 м) Игра: « Ловля волков» Действовать совместно, ориентироваться в пространстве 9.25-9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цель: Учить последовательно перепрыгивать через несколько линий, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно, приземляться на носки, не наклоня корпус вперед. Закреплять умение выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением; ходить ритмично с высоким	равновесие и правильное положение осанки при ходьбе по повышенной площади опоры, легко сходить с нее на носках. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2. Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу; продолжать учить прыжку в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой. Закреплять умение подбрасывать мяч вверх двумя руками.
---	--	--	--	---

Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед ОВД Музыкально-ритмические движения (кружение, поскоки на месте) Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен, руки на поясе, (высота скамейки 35 см, ширина 20). Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2метра Игра: «Шарики и столбики» Прокатывание мячей в прямом направлении до линии. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу; продолжать учить прыжку в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой. Закреплять умение подбрасывать мяч вверх двумя руками. ОВД Ходьба и бег по кругу. • прыжки в длину с места (расстояние 40 см); • проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч;	Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед ОВД Музыкально-ритмические движения (кружение, поскоки на месте) Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен, руки на поясе, (высота скамейки 35 см, ширина 20). Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 2метра Игра: «Шарики и столбики» Прокатывание мячей в прямом направлении до линии. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа №2 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу; продолжать учить прыжку в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой. Закреплять умение подбрасывать мяч вверх двумя руками. ОВД Ходьба и бег по кругу. • прыжки в длину с места (расстояние 40 см); • проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч;	мяча друг другу способом двумя руками из-за головы ОВД Прыжки на двух ногах через линии (4 линии на расстоянии 1м друг от друга). Музыкально-ритмические движения (ходьба, приседания) Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способ двумя руками из-за головы, расстояние между шеренгами 2 м) Игра: « Ловля волков» Действовать совместно, ориентироваться в пространстве 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цель: Закреплять прыжок в длину с места; упражнять в переползании через предметы и подлезании под дугу, в перебрасывании мячей друг другу. ОВД • прыжки в длину с места (расстояние 50 см); •переползание через предметы (гимнастическая скамейка) и подлезание под дугу в группировке; • перебрасывание мячей (большой диаметр) друг другу, двумя руками снизу (расстояние 2,5 м). Игра: «Ловишки парами»	подниманием колен, выполнять плавные приседания. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу способом двумя руками из-за головы ОВД Прыжки на двух ногах через линии (4 линии на расстоянии 1м друг от друга). Музыкально-ритмические движения (ходьба, приседания) Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способ двумя руками из-за головы, расстояние между шеренгами 2 м) Игра: « Ловля волков» Действовать совместно, ориентироваться в пространстве 10.00 –10.25 3.Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цель: Закреплять прыжок в длину с места; упражнять в переползании через предметы и подлезании под дугу, в перебрасывании мячей друг другу. ОВД • прыжки в длину с места (расстояние 50 см); •переползание через предметы (гимнастическая скамейка) и подлезание под дугу в группировке;	
--	--	--	--	--

	• броски мяча вверх двумя руками Игра «Совушка». 10.15-10.40 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу; продолжать учить прыжку в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой. Закреплять умение подбрасывать мяч вверх двумя руками. ОВД Ходьба и бег по кругу. • прыжки в длину с места (расстояние 40 см); • проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч; • броски мяча вверх двумя руками Игра «Совушка».	• броски мяча вверх двумя руками Игра «Совушка». 10.15-10.40 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу; продолжать учить прыжку в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой. Закреплять умение подбрасывать мяч вверх двумя руками. ОВД Ходьба и бег по кругу. • прыжки в длину с места (расстояние 40 см); • проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч; • броски мяча вверх двумя руками Игра «Совушка».	10.30-10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цель: Закреплять прыжок в длину с места; упражнять в переползании через предметы и подлезании под дугу, в перебрасывании мячей друг другу. ОВД • прыжки в длину с места (расстояние 50 см); • переползание через предметы (гимнастическая скамейка) и подлезание под дугу в группировке; • перебрасывание мячей (большой диаметр) друг другу, двумя руками снизу (расстояние 2,5 м). Игра: «Ловишки парами»	• перебрасывание мячей (большой диаметр) друг другу, двумя руками снизу (расстояние 2,5 м). Игра: «Ловишки парами» 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цель: Закреплять прыжок в длину с места; упражнять в переползании через предметы и подлезании под дугу, в перебрасывании мячей друг другу. ОВД • прыжки в длину с места (расстояние 50 см); • переползание через предметы (гимнастическая скамейка) и подлезание под дугу в группировке; • перебрасывание мячей (большой диаметр) друг другу, двумя руками снизу (расстояние 2,5 м). Игра: «Ловишки парами»	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов предшкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов

	15.30 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Работа с физкультурным оснащением (атрибуты, инвентарь)	Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу; продолжать учить прыжку в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой. Закреплять умение подбрасывать мяч вверх двумя руками. 15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год

Январь (15.01– 19.01. 2024 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цель: Учить бежать ритмично, делая короткие шаги, не ускоряя и не замедляя темп, с согнутыми в локтях руками. Закреплять умение последовательно перепрыгивать через 5 шнуров , энергично отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляться на носочки, выпрямляться стоя на всей стопе. Упражнять в ползании на четвереньках с переползанием через предметы. ОВД Прыжки на двух ногах через шнуры (5 шнуров на расстоянии 1м друг от друга). Перелезание через модули Игра: « Карлыгаш»	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цель: Учить бежать ритмично, делая короткие шаги, не ускоряя и не замедляя темп, с согнутыми в локтях руками. Закреплять умение последовательно перепрыгивать через 5 шнуров , энергично отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляться на носочки, выпрямляться стоя на всей стопе. Упражнять в ползании на четвереньках с переползанием через предметы. ОВД Прыжки на двух ногах через шнуры (5 шнуров на расстоянии 1м друг от друга). Перелезание через модули Игра: « Карлыгаш»	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цель: Учить бросать мяч вдаль из-за головы в положении стоя, придавать силу броску энергичным выпрямлением согнутых рук. Закреплять умение выдерживать темп движения, ставить ногу с пятки на носок, со спокойными движениями рук, с расслабленными плечами. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове, сохраняя осанку. ОВД Бег в медленном темпе 1минута. Бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя Ходьба по гимнастической	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №8 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цель: Учить бросать мяч вдаль из-за головы в положении стоя, придавать силу броску энергичным выпрямлением согнутых рук. Закреплять умение выдерживать темп движения, ставить ногу с пятки на носок, со спокойными движениями рук, с расслабленными плечами. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове, сохраняя осанку. ОВД Бег в медленном темпе 1минута. Бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя Ходьба по гимнастической	9.00 – 9.30 Старшие группы № 3,7 9.40 – 10.10 Старшие группы № 8, 12 День здоровья «Мы-спортсмены!» Мақсаты/ Цель: совершенствовать двигательную активность детей, координацию движений и глазомер; развивать физическое и психическое здоровье, умение действовать сообща, соблюдать правила; Воспитывать уверенность в своих силах, командные чувства, дружеские

	Развивать ловкость и быстроту 9.30 –9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 10 Максаты/ Цель: Учить бежать ритмично, делая короткие шаги, не ускоряя и не замедляя темп, с согнутыми в локтях руками. Закреплять умение последовательно перепрыгивать через 5 шнуров , энергично отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляться на носочки, выпрямляться стоя на всей стопе. Упражнять в ползании на четвереньках с переползанием через предметы. ОВД Прыжки на двух ногах через шнуры (5 шнуров на расстоянии 1м друг от друга). Перелезание через модули Игра: « Карлыгаш» Развивать ловкость и быстроту 10.00 –10.25 3 Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 10 Максаты/Цель: Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии. ОВД Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по команде; ходьба между предметами змейкой, бег врассыпную. II часть • перебрасывание мячей друг другу (двумя руками от груди) в шеренгах (расстояние 3 м); • пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода, в	Развивать ловкость и быстроту 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 10 Максаты/ Цель: Учить бежать ритмично, делая короткие шаги, не ускоряя и не замедляя темп, с согнутыми в локтях руками. Закреплять умение последовательно перепрыгивать через 5 шнуров , энергично отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляться на носочки, выпрямляться стоя на всей стопе. Упражнять в ползании на четвереньках с переползанием через предметы. ОВД Прыжки на двух ногах через шнуры (5 шнуров на расстоянии 1м друг от друга). Перелезание через модули Игра: « Карлыгаш» Развивать ловкость и быстроту 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 10 Максаты/ Цель: Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии. ОВД Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по команде; ходьба между предметами змейкой, бег врассыпную. II часть • перебрасывание мячей друг другу (двумя руками от груди) в шеренгах (расстояние 3 м); • пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода, в группировке;	скамейке с мешочком на голове, руки на пояс (высота скамейки 35см, ширина 20). Прыжки на двух ногах по доске, положенной на пол. Игра: «У медведя в бору» Бег с ловлей и увертыванием 9.25-9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 10 Максаты/ Цель: Учить бросать мяч вдаль из-за головы в положении стоя, придавать силу броску энергичным выпрямлением согнутых рук. Закреплять умение выдерживать темп движения, ставить ногу с пятки на носок, со спокойными движениями рук, с расслабленными плечами. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове, сохраняя осанку. ОВД Бег в медленном темпе 1минута. Бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс (высота скамейки 35см, ширина 20). Прыжки на двух ногах по доске, положенной на пол. Игра: «У медведя в бору» Бег с ловлей и увертыванием 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 10 Максаты/ Цель: Упражнять в перебрасывании мяча друг другу; в пролезании в обруч; в ходьбе с перешагиванием через набивные мячи.	скамейке с мешочком на голове, руки на пояс (высота скамейки 35см, ширина 20). Прыжки на двух ногах по доске, положенной на пол. Игра: «У медведя в бору» Бег с ловлей и увертыванием 9.30 - 9.50 2 Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 10 Максаты/ Цель: Учить бросать мяч вдаль из-за головы в положении стоя, придавать силу броску энергичным выпрямлением согнутых рук. Закреплять умение выдерживать темп движения, ставить ногу с пятки на носок, со спокойными движениями рук, с расслабленными плечами. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове, сохраняя осанку. ОВД Бег в медленном темпе 1минута. Бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс (высота скамейки 35см, ширина 20). Прыжки на двух ногах по доске, положенной на пол. Игра: «У медведя в бору» Бег с ловлей и увертыванием 10.00-10.25 3. Предшкольная группа № 3 ОРУ комплекс № 10 Максаты/ Цель: Упражнять в перебрасывании мяча друг другу; в пролезании в обруч; в ходьбе с перешагиванием через набивные мячи. ОВД	отношения, желание заниматься спортом. 10.20-11.00 Предшкольная группа № 2, №9 День здоровья «Мы-спортсмены!» Максаты/ Цель: совершенствовать двигательную активность детей, координацию движений и глазомер; развивать физическое и психическое здоровье, умение действовать сообща, соблюдать правила; Воспитывать уверенность в своих силах, командные чувства, дружеские отношения, желание заниматься спортом.
--	--	---	--	--	--

	группировке; • ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс. Подвижная игра «Не оставайся на полу». 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии. ОВД Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по команде; ходьба между предметами змейкой, бег врассыпную. II часть • перебрасывание мячей друг другу (двумя руками от груди) в шеренгах (расстояние 3 м); • пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода, в группировке; • ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс. Подвижная игра «Не оставайся на полу».	• ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс. Подвижная игра «Не оставайся на полу». 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цель: Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии. ОВД Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по команде; ходьба между предметами змейкой, бег врассыпную. II часть • перебрасывание мячей друг другу (двумя руками от груди) в шеренгах (расстояние 3 м); • пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода, в группировке; • ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс. Подвижная игра «Не оставайся на полу».	ОВД • перебрасывание мячей (диаметр 10–12 см) друг другу и ловля их после отскока о пол; • пролезание в обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола; • ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны Игра: «Мороз Красный нос» 10.30 – 10.55 Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цель: Упражнять в перебрасывании мяча друг другу; в пролезании в обруч; в ходьбе с перешагиванием через набивные мячи. ОВД • перебрасывание мячей (диаметр 10–12 см) друг другу и ловля их после отскока о пол; • пролезание в обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола; • ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны Игра: «Мороз Красный нос»	• перебрасывание мячей (диаметр 10–12 см) друг другу и ловля их после отскока о пол; • пролезание в обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола; • ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны Игра: «Мороз Красный нос» 10.40-11.05 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 10 Мақсаты/ Цель: Упражнять в перебрасывании мяча друг другу; в пролезании в обруч; в ходьбе с перешагиванием через набивные мячи. ОВД • перебрасывание мячей (диаметр 10–12 см) друг другу и ловля их после отскока о пол; • пролезание в обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола; • ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны Игра: «Мороз Красный нос»	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов предшкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов

	15.30 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Работа с физкультурным оснащением (атрибуты, инвентарь)	16.20 -17.00 Предшкольная группа № 10, №11 День здоровья «Мы-спортсмены!» Максаты/ Цель: совершенствовать двигательную активность детей, координацию движений и глазомер; развивать физическое и психическое здоровье, умение действовать сообща, соблюдать правила; Воспитывать уверенность в своих силах, командные чувства, дружеские отношения, желание заниматься спо
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год

Январь (22.01– 26.01. 2024 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 11 Мақсаты/ Цель: Учить ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу, координировать работу рук и ног. Закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед- вверх энергичным выпрямлением согнутых рук. ОВД Ползание между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу. Бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя Игра: «Совушка» Ловкость и быстрота, статистическое равновесие	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 11 Мақсаты/ Цель: Учить ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу, координировать работу рук и ног. Закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед- вверх энергичным выпрямлением согнутых рук. ОВД Ползание между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу. Бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя Игра: «Совушка» Ловкость и быстрота, статистическое равновесие	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 11 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять перекат ступни с пятки на носок, сохранять равновесие при ходьбе по ребристой доске (профилактика плоскостопия). Закреплять умение ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу, не задевая их, быстро менять направление влево-вправо во время ползания. Упражнять в прыжках на двух ногах по ограниченной площади. ОВД Ходьба по ребристой доске, положенной на пол (ширина 15см, длина 2).	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №8 ОРУ комплекс № 11 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять перекат ступни с пятки на носок, сохранять равновесие при ходьбе по ребристой доске (профилактика плоскостопия). Закреплять умение ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу, не задевая их, быстро менять направление влево-вправо во время ползания. Упражнять в прыжках на двух ногах по ограниченной площади. ОВД Ходьба по ребристой доске, положенной на пол (ширина 15см, длина 2).	.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшаягруппа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 10.50 -11.15 Мақсаты/ Цель: Учить ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу, координировать работу рук и ног. Закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед- вверх

	9.30 –9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 11 Максаты/ Цель: Учить ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу, координировать работу рук и ног. Закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед- вверх энергичным выпрямлением согнутых рук. ОВД Ползание между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу. Бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя Игра: «Совушка» Ловкость и быстрота, статистическое равновесие 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 11 Максаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, затем в круг; ходьба и бег по кругу с поворотом в одну и другую сторону. ОВД •лазанье на гимнастическую стенку, спуск, не пропуская реек; • ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки свободно балансируют; • прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед прыжком ноги врозь, затем прыжком ноги вместе	9.30 –9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 11 Максаты/ Цель: Учить ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу, координировать работу рук и ног. Закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед- вверх энергичным выпрямлением согнутых рук. ОВД Ползание между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу. Бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя Игра: «Совушка» Ловкость и быстрота, статистическое равновесие 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №2 ОРУ комплекс № 11 Максаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, затем в круг; ходьба и бег по кругу с поворотом в одну и другую сторону. ОВД •лазанье на гимнастическую стенку, спуск, не пропуская реек; • ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки свободно балансируют; • прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед прыжком ноги врозь, затем прыжком ноги вместе и так до конца дистанции	Ползание между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу. Прыжки на двух ногах по доске, положенной на пол. Игра: «Орныцды тап» Находить свое место, не сталкиваться во время игры. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс № 11 Максаты/ Цель: Учить выполнять перекаат ступни с пятки на носок, сохранять равновесие при ходьбе по ребристой доске (профилактика плоскостопия). Закреплять умение ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу, не задевая их, быстро менять направление влево-вправо во время ползания. Упражнять в прыжках на двух ногах по ограниченной площади. ОВД Ходьба по ребристой доске, положенной на пол (ширина 15см, длина 2). Ползание между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу. Прыжки на двух ногах по доске, положенной на пол. Игра: «Орныцды тап» Находить свое место, не сталкиваться во время игры. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 11 Максаты/ Цель: Упражнять в равновесии и прыжках; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.	Ползание между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу. Прыжки на двух ногах по доске, положенной на пол. Игра: «Орныцды тап» Находить свое место, не сталкиваться во время игры. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 11 Максаты/ Цель: Учить выполнять перекаат ступни с пятки на носок, сохранять равновесие при ходьбе по ребристой доске (профилактика плоскостопия). Закреплять умение ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу, не задевая их, быстро менять направление влево-вправо во время ползания. Упражнять в прыжках на двух ногах по ограниченной площади. ОВД Ходьба по ребристой доске, положенной на пол (ширина 15см, длина 2). Ползание между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу. Прыжки на двух ногах по доске, положенной на пол. Игра: «Орныцды тап» Находить свое место, не сталкиваться во время игры. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 11 Максаты/ Цель: Упражнять в равновесии и прыжках; в лазанье на гимнастическую стенку, не	энергичным выпрямлением согнутых рук. 5. Предшкольная группа № 2 Максаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, затем в круг; ходьба и бег по кругу с поворотом в одну и другую сторону.
--	---	--	---	---	---

	и так до конца дистанции (расстояние 6 м); • ведение мяча в прямом направлении. Игра: «Хитрая лиса». 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 11 Максаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, затем в круг; ходьба и бег по кругу с поворотом в одну и другую сторону. ОВД •лазанье на гимнастическую стенку, спуск, не пропуская реек; • ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки свободно балансируют; • прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед прыжком ноги врозь, затем прыжком ноги вместе и так до конца дистанции (расстояние 6 м); • ведение мяча в прямом направлении. Игра: «Хитрая лиса».	(расстояние 6 м); • ведение мяча в прямом направлении. Игра: «Хитрая лиса». 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 11 Максаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, затем в круг; ходьба и бег по кругу с поворотом в одну и другую сторону. ОВД •лазанье на гимнастическую стенку, спуск, не пропуская реек; • ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки свободно балансируют; • прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед прыжком ноги врозь, затем прыжком ноги вместе и так до конца дистанции (расстояние 6 м); • ведение мяча в прямом направлении. Игра: «Хитрая лиса».	ОВД •лазанье на гимнастическую стенку и ходьба по четвертой рейке стенки, спуск вниз; • ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой; • прыжки через шнуры на двух ногах без паузы (расстояние между шнурами 50 см); • ведение мяча до обозначенного места. Игра: «Мороз Красный нос» 10.30 – 10.55 4.Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 11 Максаты/ Цель: Упражнять в равновесии и прыжках; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. ОВД •лазанье на гимнастическую стенку и ходьба по четвертой рейке стенки, спуск вниз; • ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой; • прыжки через шнуры на двух ногах без паузы (расстояние между шнурами 50 см); • ведение мяча до обозначенного места. Игра: «Мороз Красный нос»	пропуская реек. ОВД •лазанье на гимнастическую стенку и ходьба по четвертой рейке стенки, спуск вниз; • ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой; • прыжки через шнуры на двух ногах без паузы (расстояние между шнурами 50 см); • ведение мяча до обозначенного места. Игра: «Мороз Красный нос» 10.40-11.05 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 11 Максаты/ Цель: Упражнять в равновесии и прыжках; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. ОВД •лазанье на гимнастическую стенку и ходьба по четвертой рейке стенки, спуск вниз; • ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой; • прыжки через шнуры на двух ногах без паузы (расстояние между шнурами 50 см); • ведение мяча до обозначенного места. Игра: «Мороз Красный нос»	
Прогулка	11.10-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				

Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.20 -17.00 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Работа с физкультурным оснащением (атрибуты, инвентарь)	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, затем в круг; ходьба и бег по кругу с поворотом в одну и другую сторону.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
 Методист
 «Ясли- сад № 46 «Балбұлак»
 Кобланова А. Р.

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
январь-февраль (29.01– 2.02. 2024 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 11 Мақсаты/ Цель: Учить бегать в быстром темпе, делая широкие шаги, сочетать движения рук с тактом беговых шагов. Закреплять умение выполнять перекат ступни с пятки на носок, сохранять устойчивое равновесие (профилактика плоскостопия, укрепление свода стопы). Упражнять в катании обруча, развивать ловкость. ОВД Бег в быстром темпе (расстояние15м) Ходьба по ребристой доске, положенной на пол (ширина 15 см, длина 2); Катание обруча в прямом	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 11 Мақсаты/ Цель: Учить бегать в быстром темпе, делая широкие шаги, сочетать движения рук с тактом беговых шагов. Закреплять умение выполнять перекат ступни с пятки на носок, сохранять устойчивое равновесие (профилактика плоскостопия, укрепление свода стопы). Упражнять в катании обруча, развивать ловкость. ОВД Бег в быстром темпе (расстояние15м) Ходьба по ребристой доске, положенной на пол (ширина 15 см, длина 2); Катание обруча в прямом	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 11 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать на двух ногах из обруча в обруч, согласовывать движение рук вниз-вперед с энергичным толчком ног, учить мягко приземляться на носки полусогнутых ног. Закреплять умение правильно держать корпус при беге в быстром темпе: слегка наклонять туловище по ходу движения, не напрягать плечи, смотреть вперед, чередовать бег и ходьбу. Упражнять в бросании мяча вдаль, совершенствовать умение придавать полету мяча правильную траекторию (вперед-вверх) энергичным выпрямлением согнутых рук.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №8 ОРУ комплекс № 11 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать на двух ногах из обруча в обруч, согласовывать движение рук вниз-вперед с энергичным толчком ног, учить мягко приземляться на носки полусогнутых ног. Закреплять умение, правильно держать корпус при беге в быстром темпе: слегка наклонять туловище по ходу движения, не напрягать плечи, смотреть вперед, чередовать бег и ходьбу. Упражнять в бросании мяча вдаль, совершенствовать умение придавать полету мяча правильную траекторию (вперед-вверх) энергичным	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Учить бегать в быстром темпе, делая широкие шаги, сочетать движения рук с тактом беговых шагов. Закреплять умение выполнять перекат ступни с пятки на носок, сохранять устойчивое равновесие (профилактика плоскостопия, укрепление свода

	направлении. Игра: «Перелёт птиц» Развивать ловкость, умение не сталкиваться при беге в разном направлении. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 11 Максаты/ Цель: Учить бегать в быстром темпе, делая широкие шаги, сочетать движения рук с тактом беговых шагов. Закреплять умение выполнять перекат ступни с пятки на носок, сохранять устойчивое равновесие (профилактика плоскостопия, укрепление свода стопы). Упражнять в катании обруча, развивать ловкость. ОВД Бег в быстром темпе (расстояние 15м) Ходьба по ребристой доске, положенной на пол (ширина 15 см, длина 2); Катание обруча в прямом направлении. Игра: «Перелёт птиц» Развивать ловкость, умение не сталкиваться при беге в разном направлении. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 11 Максаты/Цель: Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; в беге; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. ОВД Ходьба в колонне по одному, по сигналу ходьба и бег врассыпную;	направлении. Игра: «Перелёт птиц» Развивать ловкость, умение не сталкиваться при беге в разном направлении. 9.30 - 9.50 2 Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 11 Максаты/ Цель: Учить бегать в быстром темпе, делая широкие шаги, сочетать движения рук с тактом беговых шагов. Закреплять умение выполнять перекат ступни с пятки на носок, сохранять устойчивое равновесие (профилактика плоскостопия, укрепление свода стопы). Упражнять в катании обруча, развивать ловкость. ОВД Бег в быстром темпе (расстояние 15м) Ходьба по ребристой доске, положенной на пол (ширина 15 см, длина 2); Катание обруча в прямом направлении. Игра: «Перелёт птиц» Развивать ловкость, умение не сталкиваться при беге в разном направлении. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 11 Максаты/ Цель: Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; в беге; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. ОВД Ходьба в колонне по одному, по сигналу ходьба и бег врассыпную;	ОВД Прыжки из круга в круг. Бег в быстром темпе (расстояние 20м) в чередовании с ходьбой с высоким подниманием колен. Бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя. Игра: «Слушай сигнал» Внимание, умение выполнять движения по сигналу. 9.30 -9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 11 Максаты/ Цель: Учить прыгать на двух ногах из обруча в обруч, согласовывать движение рук вниз-вперед с энергичным толчком ног, учить мягко приземляться на носки полусогнутых ног. Закреплять умение, правильно держать корпус при беге в быстром темпе: слегка наклонять туловище по ходу движения, не напрягать плечи, смотреть вперед, чередовать бег и ходьбу. Упражнять в бросании мяча вдаль, совершенствовать умение придавать полету мяча правильную траекторию (вперед-вверх) энергичным выпрямлением согнутых рук. ОВД Прыжки из круга в круг. Бег в быстром темпе (расстояние 20м) в чередовании с ходьбой с высоким подниманием колен. Бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя. Игра: «Слушай сигнал» Внимание, умение выполнять движения по сигналу. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 11	выпрямлением согнутых рук. ОВД Прыжки из круга в круг. Бег в быстром темпе (расстояние 20м) в чередовании с ходьбой с высоким подниманием колен. Бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя. Игра: «Слушай сигнал» Внимание, умение выполнять движения по сигналу. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 11 Максаты/ Цель: Учить прыгать на двух ногах из обруча в обруч, согласовывать движение рук вниз-вперед с энергичным толчком ног, учить мягко приземляться на носки полусогнутых ног. Закреплять умение, правильно держать корпус при беге в быстром темпе: слегка наклонять туловище по ходу движения, не напрягать плечи, смотреть вперед, чередовать бег и ходьбу. Упражнять в бросании мяча вдаль, совершенствовать умение придавать полету мяча правильную траекторию (вперед-вверх) энергичным выпрямлением согнутых рук. ОВД Прыжки из круга в круг. Бег в быстром темпе (расстояние 20м) в чередовании с ходьбой с высоким подниманием колен. Бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя. Игра: «Слушай сигнал» Внимание, умение выполнять движения по сигналу. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2	стопы). Упражнять в катании обруча, развивать ловкость. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Максаты/ Цель: Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; в беге; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину
--	--	--	---	--	--

	бег (продолжительность до 1 минуты) в умеренном темпе, с изменением направления; ходьба в колонне по одному. • ходьба по гимнастической скамейке (ширина 20 см, высота 30 см), руки в стороны; • прыжки через бруски (6–8 шт., высота бруса до 10 см); • бросание мячей в корзину (кольцо) с расстояния 2 м двумя руками из-за головы; • Игра «Охотники и зайцы». 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа №14 ОРУ комплекс № 11 Максаты/Цель: Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; в беге; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. ОВД Ходьба в колонне по одному, по сигналу ходьба и бег врассыпную; бег (продолжительность до 1 минуты) в умеренном темпе, с изменением направления; ходьба в колонне по одному. • ходьба по гимнастической скамейке (ширина 20 см, высота 30 см), руки в стороны; • прыжки через бруски (6–8 шт., высота бруса до 10 см); • бросание мячей в корзину (кольцо) с расстояния 2 м двумя руками из-за головы; • Игра «Охотники и зайцы».	бег (продолжительность до 1 минуты) в умеренном темпе, с изменением направления; ходьба в колонне по одному. • ходьба по гимнастической скамейке (ширина 20 см, высота 30 см), руки в стороны; • прыжки через бруски (6–8 шт., высота бруса до 10 см); • бросание мячей в корзину (кольцо) с расстояния 2 м двумя руками из-за головы; • Игра «Охотники и зайцы». 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 11 Максаты/ Цель: Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; в беге; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. ОВД Ходьба в колонне по одному, по сигналу ходьба и бег врассыпную; бег (продолжительность до 1 минуты) в умеренном темпе, с изменением направления; ходьба в колонне по одному. • ходьба по гимнастической скамейке (ширина 20 см, высота 30 см), руки в стороны; • прыжки через бруски (6–8 шт., высота бруса до 10 см); • бросание мячей в корзину (кольцо) с расстояния 2 м двумя руками из-за головы; • Игра «Охотники и зайцы».	Максаты/ Цель: Упражнять детей в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. ОВД • равновесие – бег по гимнастической скамейке; • прыжки через бруски правым и левым боком; • забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди (баскетбольный вариант). Игра: «Орамал» 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 11 Максаты/ Цель: Упражнять детей в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. ОВД • равновесие – бег по гимнастической скамейке; • прыжки через бруски правым и левым боком; • забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди (баскетбольный вариант). Игра: «Орамал»	ОРУ комплекс № 11 Максаты/ Цель: Упражнять детей в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. ОВД • равновесие – бег по гимнастической скамейке; • прыжки через бруски правым и левым боком; • забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди (баскетбольный вариант). Игра: «Орамал» 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 11 Максаты/ Цель: Упражнять детей в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. ОВД • равновесие – бег по гимнастической скамейке; • прыжки через бруски правым и левым боком; • забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди (баскетбольный вариант). Игра: «Орамал»	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				

Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп
	15.20 -17.00 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Работа с физкультурным оснащением (атрибуты, инвентарь)	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/ Цель: Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; в беге; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
 Методист
 «Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 Кобланова А. Р.

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
 февраль (5.02. – 9.02. 2024 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 12 Мақсаты/ Цель: Учить бросать мяч вдаль из-за головы в положении сидя, придавать силу броску энергичным выпрямлением согнутых рук. Закреплять умение последовательно перепрыгивать из обруча в обруч, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно, приземляться на носки, не наклоня корпус вперед. ОВД Бросание мяча из-за головы в положении сидя. Прыжки из обруча в обруч. Игра: «Орамал тастамак»	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 12 Мақсаты/ Цель: Учить бросать мяч вдаль из-за головы в положении сидя, придавать силу броску энергичным выпрямлением согнутых рук. Закреплять умение последовательно перепрыгивать из обруча в обруч, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно, приземляться на носки, не наклоня корпус вперед. ОВД Бросание мяча из-за головы в положении сидя. Прыжки из обруча в обруч. Игра: «Орамал тастамак»	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 12 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить выполнять правильный хват рейки (4пальца сверху, 1снизу), лазать по гимнастической стенке вверх чередующимся шагом, согласовывать движения рук и ног. Закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед-вверх энергичным выпрямлением согнутых рук. ОВД Лазание по гимнастической	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №8 ОРУ комплекс № 12 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить выполнять правильный хват рейки (4пальца сверху, 1снизу), лазать по гимнастической стенке вверх чередующимся шагом, согласовывать движения рук и ног. Закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед-вверх энергичным выпрямлением согнутых рук. ОВД	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Учить бросать мяч вдаль из-за головы в положении сидя, придавать силу броску энергичным выпрямлением согнутых рук. Закреплять умение последовательно перепрыгивать из обруча в обруч,

	Развивать внимательность, ловкость, координацию 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 12 Максаты/ Цель: Учить бросать мяч вдаль из-за головы в положении сидя, придавать силу броску энергичным выпрямлением согнутых рук. Закреплять умение последовательно перепрыгивать из обруча в обруч, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно, приземляться на носки, не наклоня корпус вперед. ОВД Бросание мяча из-за головы в положении сидя. Прыжки из обруча в обруч. Игра: «Орамал тастамак» Развивать внимательность, ловкость, координацию 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 12 Максаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю. ОВД Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу. • прыжки в длину с места (расстояние 50 см); • отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом (рас-ние 6 м); • лазанье – подлезание под дугу	Развивать внимательность, ловкость, координацию 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 12 Максаты/ Цель: Учить бросать мяч вдаль из-за головы в положении сидя, придавать силу броску энергичным выпрямлением согнутых рук. Закреплять умение последовательно перепрыгивать из обруча в обруч, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно, приземляться на носки, не наклоня корпус вперед. ОВД Бросание мяча из-за головы в положении сидя. Прыжки из обруча в обруч. Игра: «Орамал тастамак» Развивать внимательность, ловкость, координацию 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа №2 ОРУ комплекс № 12 Максаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю. ОВД Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу. • прыжки в длину с места (расстояние 50 см); • отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом (рас-ние 6 м); • лазанье – подлезание под дугу	стенке. Бросание мяча из-за головы в положении сидя.. Игра: «Зайцы» Прыжки с продвижением вперед, умение прыгать по всему залу 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс № 12 Максаты/ Цель: Продолжать учить выполнять правильный хват рейки (4пальца сверху, 1снизу), лазать по гимнастической стенке вверх чередующимся шагом, согласовывать движения рук и ног. Закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед- вверх энергичным выпрямлением согнутых рук. ОВД Лазание по гимнастической стенке. Бросание мяча из-за головы в положении сидя.. Игра :«Зайцы» Прыжки с продвижением вперед, умение прыгать по всему залу 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 12 Максаты/ Цель: Повторить прыжки; упражнять в ползании на четвереньках, в перебрасывании мяча. ОВД • прыжки в длину с места (расстояние 60 см); • ползание на четвереньках между набивными мячами;	Лазание по гимнастической стенке. Бросание мяча из-за головы в положении сидя.. Игра: «Зайцы» Прыжки с продвижением вперед, умение прыгать по всему залу 9.30 - 9.50 2 Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 12 Максаты/ Цель: Продолжать учить выполнять правильный хват рейки (4пальца сверху, 1снизу), лазать по гимнастической стенке вверх чередующимся шагом, согласовывать движения рук и ног. Закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед- вверх энергичным выпрямлением согнутых рук. ОВД Лазание по гимнастической стенке. Бросание мяча из-за головы в положении сидя.. Игра: «Зайцы» Прыжки с продвижением вперед, умение прыгать по всему залу 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 12 Максаты/ Цель: Повторить прыжки; упражнять в ползании на четвереньках, в перебрасывании мяча. ОВД • прыжки в длину с места (расстояние 60 см); • ползание на четвереньках	энергично отталкиваться двумя ногами одновременно, приземляться на носки, не наклоня корпус вперед. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Максаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.
--	--	--	---	--	--

	(высота 40 см), не касаясь руками пола, в группировке. Игра «Не оставайся на полу». 10.30 -10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 12 Максаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю. ОВД Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу. • прыжки в длину с места (расстояние 50 см); • отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м); • лазанье – подлезание под дугу (высота 40 см), не касаясь руками пола, в группировке. Игра «Не оставайся на полу».	(высота 40 см), не касаясь руками пола, в группировке. Игра «Не оставайся на полу». 10.30 -10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 12 Максаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю. ОВД Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу. • прыжки в длину с места (расстояние 50 см); • отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м); • лазанье – подлезание под дугу (высота 40 см), не касаясь руками пола, в группировке. Игра «Не оставайся на полу».	• перебрасывание малого мяча одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками в шеренгах (расстояние 2 м). Игра: «Орамал» 10.30 –10.55 4 Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 12 Максаты/ Цель: Повторить прыжки; упражнять в ползании на четвереньках, в перебрасывании мяча. ОВД • прыжки в длину с места (расстояние 60 см); • ползание на четвереньках между набивными мячами; • перебрасывание малого мяча одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками в шеренгах (расстояние 2 м). Игра: «Орамал»	между набивными мячами; • перебрасывание малого мяча одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками в шеренгах (расстояние 2 м). Игра: «Орамал» 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 12 Максаты/ Цель: Повторить прыжки; упражнять в ползании на четвереньках, в перебрасывании мяча. ОВД • прыжки в длину с места (расстояние 60 см); • ползание на четвереньках между набивными мячами; • перебрасывание малого мяча одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками в шеренгах (расстояние 2 м). Игра: «Орамал»	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов

	15.20 -17.00 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Работа с физкультурным оснащением (атрибуты, инвентарь)	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
февраль (12.02. – 16.02. 2024 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник		Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики					
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.					
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)					
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 12 Мақсаты/ Цель: учить подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его двумя руками; закреплять умение ритмично выполнять невысокие поскоки с незначительным сгибанием ног в коленях; упражнять в ходьбе по шнуру мешочком на голове. Продолжать формировать навык красивой походки. ОВД Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Подскоки на месте 20 раз (повторить 3 раза с перерывом) Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 12 Мақсаты/ Цель: учить подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его двумя рукам; закреплять умение ритмично выполнять невысокие поскоки с незначительным сгибанием ног в коленях; упражнять в ходьбе по шнуру мешочком на голове. Продолжать формировать навык красивой походки. ОВД Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Подскоки на месте 20 раз (повторить 3 раза с перерывом) Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 12 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить выполнять невысокие прыжки, отталкиваясь носками обеих ног. Закреплять умение согласовывать шаг с естественными движениями рук, не выходить за пределы линий. Упражнять в ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни , развивать выносливость. ОВД Подскоки на месте 20 раз (повторить 2 раза с перерывом). Ходьба между двумя параллельными линиями (ширина15см, длина3 метра). Ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни в прямом направлении на расстояние 6	9.00 – 9.20 1. Старшая группа№18 ОРУ комплекс № 12 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить выполнять невысокие прыжки, отталкиваясь носками обеих ног. Закреплять умение согласовывать шаг с естественными движениями рук, не выходить за пределы линий. Упражнять в ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни , развивать выносливость. ОВД Подскоки на месте 20 раз (повторить 2 раза с перерывом). Ходьба между двумя параллельными линиями	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить выполнять невысокие прыжки, отталкиваясь носками обеих ног. Закреплять умение согласовывать шаг с естественными движениями рук, не выходить за пределы линий. Упражнять в ползание на четвереньках с опорой	

	голове (вес 400 грамм), руки в стороны. Игра: «Найди себе пару» Внимание, организованность. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 12 Максаты/ Цель: учить подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его двумя руками; закреплять умение ритмично выполнять невысокие поскоки с незначительным сгибанием ног в коленях; упражнять в ходьбе по шнуру мешочком на голове. Продолжать формировать навык красивой походки. ОВД Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Подскоки на месте 20 раз (повторить 3 раза с перерывом) Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове (вес 400 грамм), руки в стороны. Игра: «Найди себе пару» Внимание, организованность. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 12 Максаты/Цель: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее. ОВД Ходьба и бег между предметами. Основные виды движений: • метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой (от плеча) с	голове (вес 400 грамм), руки в стороны. Игра: «Найди себе пару» Внимание, организованность. 9.30- 9.50 2 Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 12 Максаты/ Цель: учить подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его двумя руками; закреплять умение ритмично выполнять невысокие поскоки с незначительным сгибанием ног в коленях; упражнять в ходьбе по шнуру мешочком на голове. Продолжать формировать навык красивой походки. ОВД Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Подскоки на месте 20 раз (повторить 3 раза с перерывом) Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове (вес 400 грамм), руки в стороны. Игра: «Найди себе пару» Внимание, организованность. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 12 Максаты/Цель: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее. ОВД Ходьба и бег между предметами. Основные виды движений: • метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой (от плеча) с расстояния 2,5 м;	метров. Игра: «Кетте, кетте орамал» Цель: Развитие быстроты реакции, мелкой моторики. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 12 Максаты/ Цель: Продолжать учить выполнять невысокие прыжки, отталкиваясь носками обеих ног. Закреплять умение согласовывать шаг с естественными движениями рук, не выходить за пределы линий. Упражнять в ползании на четвереньках с опорой на ладони и ступни, развивать выносливость. ОВД Подскоки на месте 20 раз (повторить 2 раза с перерывом). Ходьба между двумя параллельными линиями (ширина 15 см, длина 3 метра). Ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни в прямом направлении на расстояние 6 метров. Игра: «Кетте, кетте орамал» Цель: Развитие быстроты реакции, мелкой моторики. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 12 Максаты/ Цель: Разучить метание в вертикальную цель; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках; в ходьбе на носках между предметами, в прыжках. ОВД метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой с расстояния 3 м; • ползание по гимнастической	(ширина 15 см, длина 3 метра). Ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни в прямом направлении на расстояние 6 метров. Игра: «Кетте, кетте орамал» Цель: Развитие быстроты 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 12 Максаты/ Цель: Продолжать учить выполнять невысокие прыжки, отталкиваясь носками обеих ног. Закреплять умение согласовывать шаг с естественными движениями рук, не выходить за пределы линий. Упражнять в ползании на четвереньках с опорой на ладони и ступни, развивать выносливость. ОВД Подскоки на месте 20 раз (повторить 2 раза с перерывом). Ходьба между двумя параллельными линиями (ширина 15 см, длина 3 метра). Ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни в прямом направлении на расстояние 6 метров. Игра: «Кетте, кетте орамал» Цель: Развитие быстроты 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 3 ОРУ комплекс № 12 Максаты/ Цель: Разучить метание в вертикальную цель; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках; в ходьбе на носках между предметами, в прыжках.	на ладони и ступни, развивать выносливость. 10.50 - 11.15 5. Предшкольная группа № 2 Максаты/Цель: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; закреплять навык метания в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее.
--	--	--	---	--	---

	расстояния 2,5 м; • подлезание под палку (шнур) (высота 40 см); • перешагивание через шнур (высота 40 см). Подвижная игра «Мышеловка». Ходьба в колонне по одному. 10.15-10.40 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 12 Максаты/Цель: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее. ОВД Ходьба и бег между предметами. Основные виды движений: • метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой (от плеча) с расстояния 2,5 м; • подлезание под палку (шнур) (высота 40 см); • перешагивание через шнур (высота 40 см). Подвижная игра «Мышеловка». Ходьба в колонне по одному.	• подлезание под палку (шнур) (высота 40 см); • перешагивание через шнур (высота 40 см). Подвижная игра «Мышеловка». Ходьба в колонне по одному. 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 12 Максаты/Цель: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее. ОВД Ходьба и бег между предметами. Основные виды движений: • метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой (от плеча) с расстояния 2,5 м; • подлезание под палку (шнур) (высота 40 см); • перешагивание через шнур (высота 40 см). Подвижная игра «Мышеловка». Ходьба в колонне по одному.	скамейке на четвереньках с мешочком на спине («Проползи – не урони»); • ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд (расстояние между кеглями 30 см). Прыжки на двух ногах через шнуры (расстояние между шнурами 50 см). Игра «Охотники и зайцы». 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 12 Максаты/ Цель: Разучить метание в вертикальную цель; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках; в ходьбе на носках между предметами, в прыжках. ОВД метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой с расстояния 3 м; • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине («Проползи – не урони»); • ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд (расстояние между кеглями 30 см). Прыжки на двух ногах через шнуры (расстояние между шнурами 50 см). Игра «Охотники и зайцы».	ОВД метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой с расстояния 3 м; • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине («Проползи – не урони»); • ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд (расстояние между кеглями 30 см). Прыжки на двух ногах через шнуры (расстояние между шнурами 50 см). Игра «Охотники и зайцы». 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 12 Максаты/ Цель: Разучить метание в вертикальную цель; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках; в ходьбе на носках между предметами, в прыжках. ОВД метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой с расстояния 3 м; • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине («Проползи – не урони»); • ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд (расстояние между кеглями 30 см). Прыжки на двух ногах через шнуры (расстояние между шнурами 50 см). Игра «Охотники и зайцы».	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				

Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.00 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.20 -17.00 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Работа с физкультурным оснащением (атрибуты, инвентарь)	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/Цель: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; закреплять навык метания в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 Кобланова А. Р.

**Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
февраль (19.02. – 23.02. 2024 г)**

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательн ой деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 13 Мақсаты/ Цель: Учить активно разгибать стопы и приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки. Закреплять умение ритмично выполнять приставной шаг влево , без заметного сгибания ног в коленях, не поворачивать плечи. Упражнять в беге «змейкой», совершенствовать умение менять направление бега между предметами. ОВД Бег на носках «змейкой», обегаая поставленные в ряд предметы.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 13 Мақсаты/ Цель: Учить активно разгибать стопы и приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки. Закреплять умение ритмично выполнять приставной шаг влево , без заметного сгибания ног в коленях, не поворачивать плечи. Упражнять в беге «змейкой»,совершенствовать умение менять направление бега между предметами. ОВД Бег на носках «змейкой», обегаая поставленные в ряд предметы. Прыжки в глубину с высоты	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 13 Мақсаты/ Цель: Учить перебрасывать мяч через шнур, натянутый на высоте поднятой руки, стоя, на расстоянии 2 м. Закреплять умение сохранять равновесие после прыгивания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед. ОВД Бросание мяча через шнур от груди двумя руками (расстояние до шнура2м). Прыжки в глубину с высоты 20см Игра: «Тулпар» Цель: Ловкость, выносливость, бег в	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №8 ОРУ комплекс № 13 Мақсаты/ Цель: Учить перебрасывать мяч через шнур, натянутый на высоте поднятой руки, стоя, на расстоянии 2 м Закреплять умение сохранять равновесие после прыгивания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед. ОВД Бросание мяча через шнур от груди двумя руками (расстояние до шнура2м). Прыжки в глубину с	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Учить активно разгибать стопы и приземляться на полусогнутые ноги при прыгивании со скамейки. Закреплять умение ритмично выполнять приставной шаг влево , без заметного сгибания ног в коленях, не

	Прыжки в глубину с высоты 20см Ходьба приставным шагом влево. Игра: «Лови-бросай» Ловить мяч, не прижимая его к груди, бросать точно в руки. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 13 Максаты/ Цель: Учить активно разгибать стопы и приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки. Закреплять умение ритмично выполнять приставной шаг влево, без заметного сгибания ног в коленях, не поворачивать плечи. Упражнять в беге «змейкой», совершенствовать умение менять направление бега между предметами. ОВД Бег на носках «змейкой», обегая поставленные в ряд предметы. Прыжки в глубину с высоты 20см Ходьба приставным шагом влево. Игра: «Лови-бросай» Ловить мяч, не прижимая его к груди, бросать точно в руки. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 13 Максаты/Цель: Упражнять в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в	20см Ходьба приставным шагом влево. Игра: «Лови-бросай» Ловить мяч, не прижимая его к груди, бросать точно в руки. 9.25- 9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 13 Максаты/ Цель: Учить активно разгибать стопы и приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки. Закреплять умение ритмично выполнять приставной шаг влево, без заметного сгибания ног в коленях, не поворачивать плечи. Упражнять в беге «змейкой», совершенствовать умение менять направление бега между предметами. ОВД Бег на носках «змейкой», обегая поставленные в ряд предметы. Прыжки в глубину с высоты 20см Ходьба приставным шагом влево. Игра: «Лови-бросай» Ловить мяч, не прижимая его к груди, бросать точно в руки. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 13 Максаты/Цель: Упражнять в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.	разном темпе и направлении. 9.25-9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 13 Максаты/ Цель: Учить перебрасывать мяч через шнур, натянутый на высоте поднятой руки, стоя, на расстоянии 2 м Закреплять умение сохранять равновесие после спрыгивания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед. ОВД Бросание мяча через шнур от груди двумя руками (расстояние до шнура 2м). Прыжки в глубину с высоты 20см Игра: «Тулпар» Цель: Ловкость, выносливость, бег в разном темпе и направлении. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 13 Максаты/ Цель: Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, в ходьбе по гимнастической скамейке, в прыжках, бросании мяча вверх. ОВД •лазанье на гимнастическую стенку одноименным способом и спуск вниз, не пропуская реек; •ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой; • прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными в ряд (дистанция 4 м); • бросание мяча (малый	высоты 20см Игра: «Тулпар» Цель: Ловкость, выносливость, бег в разном темпе и направлении. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 13 Максаты/ Цель: Учить перебрасывать мяч через шнур, натянутый на высоте поднятой руки, стоя, на расстоянии 2 м Закреплять умение сохранять равновесие после спрыгивания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед. ОВД Бросание мяча через шнур от груди двумя руками (расстояние до шнура 2м). Прыжки в глубину с высоты 20см Игра: «Тулпар» Цель: Ловкость, выносливость, бег в разном темпе и направлении. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 113 Максаты/ Цель: Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, в ходьбе по гимнастической скамейке, в прыжках, бросании мяча вверх. ОВД	поворачивать плечи. Упражнять в беге «змейкой», совершенствовать умение менять направление бега между предметами. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Максаты/Цель: Упражнять в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре;
--	---	---	---	--	--

	сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом. ОВД Ходьба в колонне по одному, бег в среднем темпе (продолжительность до 1 минуты) с изменением направления движения; ходьба и бег враспынную. •лазание на гимнастическую стенку разноименным способом и передвижение по четвертой рейке; спуск вниз, не пропуская реек; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс (или за голову), приставляя пятку одной ноги к носку другой; • прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед (6 м); •отбивание мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) (дистанция 8 м). Игра: «Гуси-лебеди». Ходьба в колонне по одному 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 12 Максаты/Цель: Упражнять в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом. ОВД	ОВД Ходьба в колонне по одному, бег в среднем темпе (продолжительность до 1 минуты) с изменением направления движения; ходьба и бег враспынную. •лазание на гимнастическую стенку разноименным способом и передвижение по четвертой рейке; спуск вниз, не пропуская реек; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс (или за голову), приставляя пятку одной ноги к носку другой; • прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед (6 м); •отбивание мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) (дистанция 8 м). Игра «Гуси-лебеди». Ходьба в колонне по одному. 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 12 Максаты/Цель: Упражнять в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом. ОВД Ходьба в колонне по одному, бег в среднем темпе (продолжительность до 1 минуты) с изменением	диаметр) вверх и ловля его одной рукой (правой и левой). Игра: «Охотники и зайцы». 10.30 –10.55 4.Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 13 Максаты/ Цель: Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, в ходьбе по гимнастической скамейке, в прыжках, бросании мяча вверх. ОВД •лазание на гимнастическую стенку одноименным способом и спуск вниз, не пропуская реек; •ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой; • прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными в ряд (дистанция 4 м); • бросание мяча (малый диаметр) вверх и ловля его одной рукой (правой и левой). Игра: «Охотники и зайцы».	•лазание на гимнастическую стенку одноименным способом и спуск вниз, не пропуская реек; •ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой; • прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными в ряд (дистанция 4 м); • бросание мяча (малый диаметр) вверх и ловля его одной рукой (правой и левой). Игра: «Охотники и зайцы». 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 13 Максаты/ Цель: Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, в ходьбе по гимнастической скамейке, в прыжках, бросании мяча вверх. ОВД •лазание на гимнастическую стенку одноименным способом и спуск вниз, не пропуская реек; •ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой; • прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными в ряд (дистанция 4 м);	
--	--	--	---	--	--

	Ходьба в колонне по одному, бег в среднем темпе (продолжительность до 1 минуты) с изменением направления движения; ходьба и бег врассыпную. •лазание на гимнастическую стенку разноименным способом и передвижение по четвертой рейке; спуск вниз, не пропуская реек; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс (или за голову), приставляя пятку одной ноги к носку другой; • прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед (6 м); •отбивание мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) (дистанция 8 м). Игра: «Гуси-лебеди». Ходьба в колонне по одному.	направления движения; ходьба и бег врассыпную. •лазание на гимнастическую стенку разноименным способом и передвижение по четвертой рейке; спуск вниз, не пропуская реек; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс (или за голову), приставляя пятку одной ноги к носку другой; • прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед (6 м); •отбивание мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) (дистанция 8 м). Игра: «Гуси-лебеди». Ходьба в колонне по одному.		• бросание мяча (малый диаметр) вверх и ловля его одной рукой (правой и левой). Игра: «Охотники и зайцы».	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.20 -17.00 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Работа с физкультурным оснащением (атрибуты, инвентарь)	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа

					№10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/Цель: Упражнять в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; родителей
Организацион ные моменты	17.20 - 17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
февраль - март (26.02. – 01.03. 2023 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 13 Мақсаты/ Цель: Учить переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо и перехватывая руки с перекладины на перекладину, в горизонтальном направлении. Закреплять умение энергично перебрасывать мяч через сетку, натянутую на высоте поднятой руки, стоя на расстоянии 2 м, направлять мяч вперед-вверх.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 13 Мақсаты/ Цель: Учить переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо и перехватывая руки с перекладины на перекладину, в горизонтальном направлении. Закреплять умение энергично перебрасывать мяч через сетку, натянутую на высоте поднятой руки, стоя на расстоянии 2 м, направлять мяч вперед-вверх.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 13 Мақсаты/ Цель: Учить сохранять устойчивое равновесие, расходиться вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон. Закреплять умение переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо, перехватывать руками лестницы перекладины в горизонтальном направлении. Упражнять в прыжках в глубину с высоты 20 см. ОВД	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №10 ОРУ комплекс № 13 Мақсаты/ Цель: Учить сохранять устойчивое равновесие, расходиться вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон. Закреплять умение переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо, перехватывать руками лестницы перекладины в горизонтальном направлении. Упражнять в прыжках в глубину с высоты 20 см. ОВД	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Закреплять умение переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо, перехватывать руками лестницы перекладины в горизонтальном направлении. Упражнять в прыжках в глубину с высоты 20 см. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2

	ОВД Лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (Бросание мяча через веревку, двумя руками от груди (расстояние до веревки 2м). Игра: «Белбеу» Цель: Выполнять правила игры. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 13 Мақсаты/ Цель: Учить переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо и перехватывая руки с перекладины на перекладину, в горизонтальном направлении. Закреплять умение энергично перебрасывать мяч через сетку, натянутую на высоте поднятой руки, стоя на расстоянии 2 м, направлять мяч вперед-вверх. ОВД Лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (Бросание мяча через веревку, двумя руками от груди (расстояние до веревки 2м). Игра: «Белбеу» Цель:	ОВД Лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (Бросание мяча через веревку, двумя руками от груди (расстояние до веревки 2м). Игра: «Белбеу» Цель: Выполнять правила игры. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 13 ОРУ комплекс № 13 Мақсаты/ Цель: Учить переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо и перехватывая руки с перекладины на перекладину, в горизонтальном направлении. Закреплять умение энергично перебрасывать мяч через сетку, натянутую на высоте поднятой руки, стоя на расстоянии 2 м, направлять мяч вперед-вверх. ОВД Лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (Бросание мяча через веревку, двумя руками от груди (расстояние до веревки 2м). Игра: «Белбеу» Цель:	Ходьба по доске, положенной на пол с выполнением задания - разойтись вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон. Лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (Зперекладина). Прыжки в глубину с высоты 20см. Игра: Ловишки». Цель: развивать увертливость, ловкость, быстроту 9.25-9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 13 Мақсаты/ Цель: Учить сохранять устойчивое равновесие, расходиться вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон. Закреплять умение переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо, перехватывать руками лестницы перекладины в горизонтальном направлении. Упражнять в прыжках в глубину с высоты 20 см. ОВД Ходьба по доске, положенной на пол с выполнением задания - разойтись вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон. Лазание по гимнастической	Ходьба по доске, положенной на пол с выполнением задания - разойтись вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон. Лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (Зперекладина). Прыжки в глубину с высоты 20см. Игра: Ловишки». Цель: развивать увертливость, ловкость, быстроту 9.25-9.50 2. Старшая группа № 7 ОРУ комплекс № 13 Мақсаты/ Цель: Учить сохранять устойчивое равновесие, расходиться вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон. Закреплять умение переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо, перехватывать руками лестницы перекладины в горизонтальном направлении. Упражнять в прыжках в глубину с высоты 20 см. ОВД Ходьба по доске, положенной на пол с выполнением задания - разойтись вдвоём на доске, начиная идти с двух	Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; продолжать учить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.
--	--	--	---	--	---

	Выполнять правила игры. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 13 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер. ОВД Повороты направо, налево, кругом, направо, марш на месте. По команде, по сигналу: ходьба в колонне по одному. Ходьба на носках, на пятках, на внешней, на внутренней стороне стопы по сигналу выполнить поворот; бег с поворотом; бег врассыпную. • равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс; • прыжки из обруча в обруч (расстояние между обручами 40 см); • перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посередине между шеренгами. Игра: Эстафета «Мяч водящему». 10.30 - 10.55	Выполнять правила игры. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 13 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер. ОВД Повороты направо, налево, кругом, направо, марш на месте. Ходьба в колонне по одному. Ходьба на носках, на пятках, на внешней, на внутренней стороне стопы ,по сигналу выполнить поворот; бег с поворотом; бег врассыпную. • равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс; • прыжки из обруча в обруч (расстояние между обручами 40 см); • перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посередине между шеренгами. игра Эстафета «Мяч водящему». 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа №	стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (3перекладина). Прыжки в глубину с высоты 20см. Игра: «Ловишки». Цель: развивать увертливость, ловкость, быстроту 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 13 Максаты/ Цель: Разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча. ОВД Ходьба в колонне по одному. Ходьба на носках, на пятках, на внешней, на внутренней стороне стопы ,по сигналу выполнить поворот; бег с поворотом; бег врассыпную. • равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс; • прыжки на двух ногах через набивные мячи (5–6 шт.), положенные в ряд; • перебрасывание мяча друг другу и ловля его с хлопком в ладоши после отскока о пол. Игра малой подвижности «Летает – не летает». 10.30 –10.55	сторон. Лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (3перекладина). Прыжки в глубину с высоты 20см. Игра: «Ловишки». Цель: развивать увертливость, ловкость, быстроту 10.00-10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 13 Максаты/ Цель: Разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча. ОВД Ходьба в колонне по одному. Ходьба на носках, на пятках, на внешней, на внутренней стороне стопы ,по сигналу выполнить поворот; бег с поворотом; бег врассыпную. • равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс; • прыжки на двух ногах через набивные мячи (5–6 шт.), положенные в ряд; • перебрасывание мяча друг другу и ловля его с хлопком в ладоши после отскока о пол.	
--	--	--	---	---	--

	4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 13 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер. ОВД Повороты направо, налево, кругом, направо, марш на месте. По команде, по сигналу: ходьба в колонне по одному. Ходьба на носках, на пятках, на внешней, на внутренней стороне стопы по сигналу выполнить поворот; бег с поворотом; бег врассыпную. ОВД • равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс; • прыжки из обруча в обруч (расстояние между обручами 40 см); • перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посередине между шеренгами. Игра: Эстафета «Мяч водящему».	9 ОРУ комплекс № 13 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер. ОВД Повороты направо, налево, кругом, направо, марш на месте. Ходьба в колонне по одному. Ходьба на носках, на пятках, на внешней, на внутренней стороне стопы, по сигналу выполнить поворот; бег с поворотом; бег врассыпную. • равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс; • прыжки из обруча в обруч (расстояние между обручами 40 см); • перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посередине между шеренгами. Игра : Эстафета «Мяч водящему».	4.Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 13 Максаты/ Цель: Разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча. ОВД Ходьба в колонне по одному. Ходьба на носках, на пятках, на внешней, на внутренней стороне стопы ,по сигналу выполнить поворот; бег с поворотом; бег врассыпную. • равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс; • прыжки на двух ногах через набивные мячи (5–6 шт.), положенные в ряд; • перебрасывание мяча друг другу и ловля его с хлопком в ладоши после отскока о пол. Игра малой подвижности «Летает – не летает».	Игра малой подвижности «Летает – не летает». 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 13 Максаты/ Цель: Разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча. ОВД Ходьба в колонне по одному. Ходьба на носках, на пятках, на внешней, на внутренней стороне стопы ,по сигналу выполнить поворот; бег с поворотом; бег врассыпную. • равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс; • прыжки на двух ногах через набивные мячи (5–6 шт.), положенные в ряд; • перебрасывание мяча друг другу и ловля его с хлопком в ладоши после отскока о пол. Игра малой подвижности «Летает – не летает».	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр,				

	Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.20 -17.00 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Работа с физкультурным оснащением (атрибуты, инвентарь)	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; продолжать учить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер
Организационные моменты	17.20-17.125 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
март (04.03. – 7.03. 2024 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 14 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять приставной шаг вперед в сочетании с легкими ритмичными поскоками. Закреплять умение расходиться вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон; согласовывать свои действия с действиями другого ребенка. Упражнять в катании мяча, в отталкивании его энергичным движением рук. ОВД Музыкально-ритмические	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 14 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять приставной шаг вперед в сочетании с легкими ритмичными поскоками. Закреплять умение расходиться вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон; согласовывать свои действия с действиями другого ребенка. Упражнять в катании мяча, в отталкивании его энергичным движением рук. ОВД Музыкально-ритмические движения (приставной шаг	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №7 ОРУ комплекс № 14 Мақсаты/ Цель: Учить энергично отталкиваться от поверхности скамейки и мягко приземляться на полусогнутые ноги при прыгивании. Закреплять умение выносить вперед одну ногу и приставлять к ней другую, не поворачивать ступню приставляемой ноги носком внутрь, выполнять плавные приседания в чередовании с приставным шагом. Упражнять в перешагивании	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №8 ОРУ комплекс № 14 Мақсаты/ Цель: Учить энергично отталкиваться от поверхности скамейки и мягко приземляться на полусогнутые ноги при прыгивании. Закреплять умение выносить вперед одну ногу и приставлять к ней другую, не поворачивать ступню приставляемой ноги носком внутрь, выполнять плавные приседания в чередовании с приставным шагом. Упражнять в перешагивании	

	движения (приставной шаг вперед, поскоки). Ходьба по доске, положенной на пол с выполнением задания: разойтись вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон. Катание мячей в прямом направлении. Игра: «Ловля волков» Цель: Ловкость, выносливость, согласованность действий. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 14 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять приставной шаг вперед в сочетании с легкими ритмичными поскоками. Закреплять умение расходиться вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон; согласовывать свои действия с действиями другого ребенка. Упражнять в катании мяча, в отталкивании его энергичным движением рук. ОВД Музыкально-ритмические движения (приставной шаг вперед, поскоки). Ходьба по доске, положенной на пол с выполнением задания: разойтись вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон. Катание мячей в прямом направлении. Игра: «Ловля волков» Цель:	вперед, поскоки). Ходьба по доске, положенной на пол с выполнением задания: разойтись вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон. Катание мячей в прямом направлении. Игра: «Ловля волков» Цель: Ловкость, выносливость, согласованность действий. 9.30- 9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 14 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять приставной шаг вперед в сочетании с легкими ритмичными поскоками. Закреплять умение расходиться вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон; согласовывать свои действия с действиями другого ребенка. Упражнять в катании мяча, в отталкивании его энергичным движением рук. ОВД Музыкально-ритмические движения (приставной шаг вперед, поскоки). Ходьба по доске, положенной на пол с выполнением задания: разойтись вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон. Катание мячей в прямом направлении. Игра: «Ловля волков» Цель: Ловкость, выносливость, согласованность действий. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2	через рейки приподнятой лестницы, с высоким подниманием колен и сохранением ровной осанки. ОВД Прыжки в глубину с высоты 30см Музыкально-ритмические движения (приставной шаг вперед, плавные приседания). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20см. Игра «Кто скорее до флажка?» Цель: учить детей быстро действовать по сигналу. Развивать быстроту реакции, внимание 9.25-9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс № 14 Мақсаты/ Цель: Учить энергично отталкиваться от поверхности скамейки и мягко приземляться на полусогнутые ноги при прыгивании. Закреплять умение выносить вперед одну ногу и приставлять к ней другую, не поворачивать ступню приставляемой ноги носком внутрь, выполнять плавные приседания в чередовании с приставным шагом. Упражнять в перешагивании с приставным шагом. Упражнять в перешагивании через рейки приподнятой	через рейки приподнятой лестницы, с высоким подниманием колен и сохранением ровной осанки. ОВД Прыжки в глубину с высоты 30см Музыкально-ритмические движения (приставной шаг вперед, плавные приседания). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20см. Игра «Кто скорее до флажка?» Цель: учить детей быстро действовать по сигналу. Развивать быстроту реакции, внимание 9.25-9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 14 Мақсаты/ Цель: Учить энергично отталкиваться от поверхности скамейки и мягко приземляться на полусогнутые ноги при прыгивании. Закреплять умение выносить вперед одну ногу и приставлять к ней другую, не поворачивать ступню приставляемой ноги носком внутрь, выполнять плавные приседания в чередовании с приставным шагом. Упражнять в перешагивании через рейки приподнятой лестницы, с высоким подниманием колен и	
--	---	---	--	---	--

	Ловкость, выносливость, согласованность действий. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 14 Максаты /Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами. ОВД Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения по команде; ходьба и бег врассыпную между кубиками. Повороты направо, налево, кругом, направо, марш на месте • прыжки в высоту с разбега с приземлением на мат; • метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, способом от плеча; • ползание на четвереньках между предметами. игра «Медведи и пчелы». 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 14 Максаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании	ОРУ комплекс № 14 Максаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами. ОВД Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения по команде; ходьба и бег врассыпную между кубиками. Повороты направо, налево, кругом, направо, марш на месте • прыжки в высоту с разбега с приземлением на мат; • метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, способом от плеча; • ползание на четвереньках между предметами. игра «Медведи и пчелы». 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 14 Максаты/Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами. ОВД Ходьба и бег по кругу с изменением направления	лестницы, с высоким подниманием колен и сохранением ровной осанки. ОВД Прыжки в глубину с высоты 30см Музыкально-ритмические движения (приставной шаг вперед, плавные приседания). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20см. Игра «Кто скорее до флажка?» Цель: учить детей быстро действовать по сигналу. Развивать быстроту реакции, внимание 10.00 – 10.25 3.Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 14 Максаты/ Цель: Повторить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании на четвереньках. ОВД • прыжки в высоту с разбега; • метание мешочков в вертикальную цель (расстояние до цели 3 м); • ползание на четвереньках по прямой с положенными на спину мешками; (5 м). Игра «Карусель». 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 14	сохранением ровной осанки. ОВД Прыжки в глубину с высоты 30см Музыкально-ритмические движения (приставной шаг вперед, плавные приседания). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20см. Игра «Кто скорее до флажка?» Цель: учить детей быстро действовать по сигналу. Развивать быстроту реакции, внимание 10.00 - 10.25 3.Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 14 Максаты/ Цель: Повторить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании на четвереньках. ОВД • прыжки в высоту с разбега; • метание мешочков в вертикальную цель (расстояние до цели 3 м); • ползание на четвереньках по прямой с положенными на спину мешками; (5 м). Игра «Карусель». 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 14 Максаты/ Цель: Повторить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в	
--	---	--	--	---	--

	мешочков в цель, в ползании между предметами. ОВД Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения по команде; ходьба и бег враспынную между кубиками. П овороты направо, налево, кругом, направо, марш на месте • прыжки в высоту с разбега с приземлением на мат; • метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, способом от плеча; • ползание на четвереньках между предметами. игра «Медведи и пчелы».	движения по команде; ходьба и бег враспынную между кубиками. Повороты направо, налево, кругом, направо, марш на месте • прыжки в высоту с разбега с приземлением на мат; • метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, способом от плеча; • ползание на четвереньках между предметами. игра «Медведи и пчелы».	Максаты/ Цель: Повторить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании на четвереньках. ОВД • прыжки в высоту с разбега; • метание мешочков в вертикальную цель (расстояние до цели 3 м); • ползание на четвереньках по прямой с положенными на спину мешками; (5 м). Игра «Карусель».	ползании на четвереньках. ОВД • прыжки в высоту с разбега; • метание мешочков в вертикальную цель (расстояние до цели 3 м); • ползание на четвереньках по прямой с положенными на спину мешками; (5 м). Игра «Карусель».	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	
	15.20 -17.00 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.	
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
март (11.03. – 15.03. 2024 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание. Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Учить принимать правильное исходное положение, метать мяч вперед-вверх-вдаль энергичным выпрямлением руки. Закреплять умение сохранять равновесие после спрыгивания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед. ОВД Метание вдаль правой и левой рукой (мелкие мячи) Прыжки в глубину с высоты 30см.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Учить принимать правильное исходное положение, метать мяч вперед-вверх-вдаль энергичным выпрямлением руки. Закреплять умение сохранять равновесие после спрыгивания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед. ОВД Метание вдаль правой и левой рукой (мелкие мячи) Прыжки в глубину с высоты 30см.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Учить координировать движения рук и ног при ползании по наклонной доске вверх. Закреплять умение активно выносить руку над плечом вперед-вверх и придавать силу броску при метании вдаль. Упражнять в последовательном перепрыгивании из обруча в обруч, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и мягко приземляясь на полусогнутые	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №8 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель Учить координировать движения рук и ног при ползании по наклонной доске вверх. Закреплять умение активно выносить руку над плечом вперед-вверх и придавать силу броску при метании вдаль. Упражнять в последовательном перепрыгивании из обруча в обруч, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и мягко приземляясь на	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить принимать правильное исходное положение, метать мяч вперед-вверх-вдаль энергичным выпрямлением руки. Закреплять умение сохранять равновесие

	Игра: «Птички и кошка» Цель: Координация, ориентировка в пространстве. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Учить принимать правильное исходное положение, метать мяч вперед-вверх-вдаль энергичным выпрямлением руки. Закреплять умение сохранять равновесие после прыгивания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед. ОВД Метание вдаль правой и левой рукой (мелкие мячи) Прыжки в глубину с высоты 30см. Игра: «Птички и кошка» Цель: Координация, ориентировка в пространстве 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты /Цель: Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках. ОВД Ходьба со сменой темпа движения: на частые удары в бубен короткие, семенящие шаги, на редкие удары – широкие шаги; ходьба и бег врассыпную.	Игра: «Птички и кошка» Цель: Координация, ориентировка в пространстве 2. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Учить принимать правильное исходное положение, метать мяч вперед-вверх-вдаль энергичным выпрямлением руки. Закреплять умение сохранять равновесие после прыгивания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед. ОВД Метание вдаль правой и левой рукой (мелкие мячи) Прыжки в глубину с высоты 30см. Игра: «Птички и кошка» Цель: Координация, ориентировка в пространстве 10.00 -10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках. ОВД Ходьба со сменой темпа движения: на частые удары в бубен короткие, семенящие шаги, на редкие удары – широкие шаги; ходьба и бег врассыпную.	ноги. ОВД Ползание по наклонной доске вверх на ладонях и коленях. Метание вдаль правой и левой рукой (мешочки). Прыжки из круга в круг. Игра: «Орнынды тап» Быстрота, умения быстро находить свое место. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Учить координировать движения рук и ног при ползании по наклонной доске вверх. Закреплять умение активно выносить руку над плечом вперед-вверх и придавать силу броску при метании вдаль. Упражнять в последовательном перепрыгивании из обруча в обруч, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и мягко приземляясь на полусогнутые ноги. ОВД Ползание по наклонной доске вверх на ладонях и коленях. Метание вдаль правой и левой рукой (мешочки). Прыжки из круга в круг. Игра: «Орнынды тап» Быстрота, умения быстро находить свое место. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа № 10	полусогнутые ноги. ОВД Ползание по наклонной доске вверх на ладонях и коленях. Метание вдаль правой и левой рукой (мешочки). Прыжки из круга в круг. Игра: «Орнынды тап» Быстрота, умения быстро находить свое место. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Учить координировать движения рук и ног при ползании по наклонной доске вверх. Закреплять умение активно выносить руку над плечом вперед-вверх и придавать силу броску при метании вдаль. Упражнять в последовательном перепрыгивании из обруча в обруч, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и мягко приземляясь на полусогнутые ноги. ОВД Ползание по наклонной доске вверх на ладонях и коленях. Метание вдаль правой и левой рукой (мешочки). Прыжки из круга в круг. Игра: «Орнынды тап» Быстрота, умения быстро находить свое место.	после прыгивания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.
--	---	---	---	---	---

	• лазанье по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше; • прыжки вправо и влево через шнур, продвигаясь вперед (дистанция 3 м). Игра «Стоп». Цель: умение ориентироваться в пространстве, быстро реагировать на сигнал 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках. ОВД Ходьба со сменой темпа движения: на частые удары в бубен короткие, семенящие шаги, на редкие удары – широкие шаги; ходьба и бег врассыпную. • лазанье по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше; • прыжки вправо и влево	• лазанье по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше; • прыжки вправо и влево через шнур, продвигаясь вперед (дистанция 3 м). Игра «Стоп». Цель: умение ориентироваться в пространстве, быстро реагировать на сигнал 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках. ОВД Ходьба со сменой темпа движения: на частые удары в бубен короткие, семенящие шаги, на редкие удары – широкие шаги; ходьба и бег врассыпную. • лазанье по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше; • прыжки вправо и влево через	ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках. ОВД • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, на середине медленно повернуться кругом и пройти дальше; • прыжки из обруча в обруч на двух ногах, на правой и левой ноге. Игра: Эстафета с мячом «Быстро передай» 10.25 –10.45 4. . Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках. ОВД • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, на середине медленно повернуться кругом и пройти дальше; • прыжки из обруча в обруч на двух ногах, на правой и левой ноге. Игра: Эстафета с мячом «Быстро передай»	10.00 –10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках. ОВД • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, на середине медленно повернуться кругом и пройти дальше; • прыжки из обруча в обруч на двух ногах, на правой и левой ноге. Игра: Эстафета с мячом «Быстро передай» 10.25 –10.45 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках. ОВД • ползание по гимнастической скамейке на четвереньках; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, на середине медленно повернуться кругом и пройти дальше; • прыжки из обруча в	
--	--	---	---	---	--

	через шнур, продвигаясь вперед (дистанция 3 м). Игра «Стоп». Цель: умение ориентироваться в пространстве, быстро реагировать на сигнал	шнур, продвигаясь вперед (дистанция 3 м). Игра «Стоп». Цель: умение ориентироваться в пространстве, быстро реагировать на сигнал		обруч на двух ногах, на правой и левой ноге. Игра: Эстафета с мячом «Быстро передай»	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Организация предметно-развивающей среды, консультации для родителей
	15.20 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.
Организационные моменты	17.20-17.10 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
март (18.03 - 20.03. 2024 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 – 11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Учить сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, расходиться вдвоём на скамейке, начиная идти с двух сторон. Закреплять умение держаться за края наклонной доски (4пальца внизу, большой сверху), сохранять спину ровной, смотреть вперед. Упражнять в метании вдаль одной рукой мелких предметов,	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Учить сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, расходиться вдвоём на скамейке, начиная идти с двух сторон. Закреплять умение держаться за края наклонной доски (4пальца внизу, большой сверху), сохранять спину ровной, смотреть вперед. Упражнять в метании вдаль одной рукой мелких предметов, развивать силу броска.	Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить сохранять устойчивое равновесие, расходиться вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон. Закреплять умение переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо, перехватывать руками лестницы перекладыны в горизонтальном направлении. Упражнять в прыжках в глубину с высоты 20 см. ОВД Ходьба по доске, положенной на		

	развивать силу броска. ОВД Ходьба по скамейке с выполнением задания: дойти до середины, развернуться и вернуться в исходную точку. Ползание по наклонной доске вверх и вниз на ладонях и коленях Метание вдаль правой и левой рукой Игра: «Карлыгаш» Ориентировка в пространстве, умение быстро находить свое место. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Учить сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, расходиться вдвоём на скамейке, начиная идти с двух сторон. Закреплять умение держаться за края наклонной доски (4пальца внизу, большой сверху), сохранять спину ровной, смотреть вперед. Упражнять в метании вдаль одной рукой мелких предметов, развивать силу броска. ОВД Ходьба по скамейке с выполнением задания: дойти до середины, развернуться и вернуться в исходную точку. Ползание по наклонной доске вверх и вниз на ладонях и коленях Метание вдаль правой и левой рукой	ОВД Ходьба по скамейке с выполнением задания: дойти до середины, развернуться и вернуться в исходную точку. Ползание по наклонной доске вверх и вниз на ладонях и коленях Метание вдаль правой и левой рукой Игра: «Карлыгаш» Ориентировка в пространстве, умение быстро находить свое место. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Учить сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, расходиться вдвоём на скамейке, начиная идти с двух сторон. Закреплять умение держаться за края наклонной доски (4пальца внизу, большой сверху), сохранять спину ровной, смотреть вперед. Упражнять в метании вдаль одной рукой мелких предметов, развивать силу броска. ОВД Ходьба по скамейке с выполнением задания: дойти до середины, развернуться и вернуться в исходную точку. Ползание по наклонной доске вверх и вниз на ладонях и коленях Метание вдаль правой и левой рукой Игра: «Карлыгаш» Ориентировка в пространстве,	пол с выполнением задания - разойтись вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон. Лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (Зперекладина). Прыжки в глубину с высоты 20см. Игра: «Ловишки». Цель: развивать увертливость, ловкость, быстроту 9.25-9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить сохранять устойчивое равновесие, расходиться вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон. Закреплять умение переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо, перехватывать руками лестницы перекладины в горизонтальном направлении. Упражнять в прыжках в глубину с высоты 20 см. ОВД Ходьба по доске, положенной на пол с выполнением задания - разойтись вдвоём на доске, начиная идти с двух сторон. Лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (Зперекладина). Прыжки в глубину с высоты 20см. Игра: «Ловишки». Цель: развивать увертливость, ловкость, быстроту 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 13		
--	--	---	---	--	--

	Игра: «Карлыгаш» Ориентировка в пространстве, умение быстро находить свое место. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 15 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе с перестроением в колонну по два в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии. ОВД Ходьба в колонне по два (парами) и перестроение обратно в колонну по одному; ходьба и бег врассыпную. Основные виды движений: •лазание под шнур боком, не касаясь его, 4–6 раз; • метание мешочков в горизонтальную цель (расстояние до цели 3 м); • равновесие – ходьба на носках между набивными мячами, руки за головой. Игра «Не оставайся на полу». Ходьба в колонне по одному. 10.30 -10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 15 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе с перестроением в колонну по два в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии. ОВД Ходьба в колонне по два (парами) и перестроение обратно в колонну по одному;	умение быстро находить свое место. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 15 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе с перестроением в колонну по два в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии. ОВД Ходьба в колонне по два (парами) и перестроение обратно в колонну по одному; ходьба и бег врассыпную. Основные виды движений: •лазание под шнур боком, не касаясь его, 4–6 раз; • метание мешочков в горизонтальную цель (расстояние до цели 3 м); • равновесие – ходьба на носках между набивными мячами, руки за головой. Игра «Не оставайся на полу». Ходьба в колонне по одному. 10.30 -10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 15 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе с перестроением в колонну по два в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии. ОВД Ходьба в колонне по два (парами) и перестроение обратно в колонну по одному; ходьба и бег врассыпную. Основные виды движений:	Максаты/ Цель: Продолжать учить ходьбе по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча. ОВД Ходьба в колонне по одному. Ходьба на носках, на пятках, на внешней, на внутренней стороне стопы ,по сигналу выполнить поворот; бег с поворотом; бег врассыпную. • равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс; • прыжки на двух ногах через набивные мячи (5–6 шт.), положенные в ряд; • перебрасывание мяча друг другу и ловля его с хлопком в ладоши после отскока о пол. Игра малой подвижности «Летает – не летает». 10.30 –10.55 4.Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 15 Максаты/ Цель: Продолжать учить ходьбе по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча. ОВД Ходьба в колонне по одному. Ходьба на носках, на пятках, на внешней, на внутренней стороне стопы ,по сигналу выполнить поворот; бег с поворотом; бег врассыпную. • равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс; • прыжки на двух ногах через		
--	---	---	--	--	--

	ходьба и бег врассыпную. Основные виды движений: •лазание под шнур боком, не касаясь его, 4–6 раз; • метание мешочков в горизонтальную цель (расстояние до цели 3 м); • равновесие – ходьба на носках между набивными мячами, руки за головой. Игра «Не оставайся на полу». Ходьба в колонне по одному.	•лазание под шнур боком, не касаясь его, 4–6 раз; • метание мешочков в горизонтальную цель (расстояние до цели 3 м); • равновесие – ходьба на носках между набивными мячами, руки за головой. Игра «Не оставайся на полу». Ходьба в колонне по одному.	набивные мячи (5–6 шт.), положенные в ряд; • перебрасывание мяча друг другу и ловля его с хлопком в ладоши после отскока о пол. Игра малой подвижности «Летает – не летает».		
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп		
	15.20 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой		
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
март (26.03. – 29.03. 2024 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .		9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить дышать через нос, бегать легко и ритмично, не поднимать высоко ноги, с естественным движением рук, не изменяя темпа бега. Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания: дойти до середины, развернуться и вернуться в исходную точку, согласовывать свои действия с действиями другого ребенка. Упражнять в перебрасывании мяча через сетку. Развивать умение, направлять мяч вперед-вверх энергичным движением рук. ОВД Бег в медленном темпе 1,5минуты.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить последовательно перепрыгивать через 2 предмета высотой 10см.. Закреплять умение ставить ногу на носок, и выполнять ходьбу на пятках почти на прямых ногах, укрепление связок стопы (профилактика плоскостопия). Упражнять в лазании по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (Зперекладина) ОВД Прыжки на двух ногах. через предметы (высота -10см) Бег на носках в чередовании с	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №8 ОРУ комплекс № 15 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить последовательно перепрыгивать через2 предмета высотой 10см.. Закреплять умение ставить ногу на носок, и выполнять ходьбу на пятках почти на прямых ногах, укрепление связок стопы (профилактика плоскостопия). Упражнять в лазании по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (Зперекладина) ОВД Прыжки на двух ногах. через предметы (высота -10см)	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить последовательно перепрыгивать через 2 предмета высотой 10см.. Закреплять умение ставить ногу на носок, и выполнять ходьбу на пятках почти на прямых ногах, укрепление связок стопы (профилактика плоскостопия). Упражнять в лазании по гимнастической стенке,

		Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением задания: дойти до середины, развернуться и вернуться в исходную точку. Бросание мяча через сетку, натянутую выше поднятых рук ребенка, двумя руками от груди (расстояние до сетки 2м). Игра: «Жмурки круговые» Внимательность, ловкость, быстрота реакции. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 15 Максаты/ Цель: Продолжать учить дышать через нос, бегать легко и ритмично, не поднимать высоко ноги, с естественным движением рук , не изменяя темпа бега. Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания: дойти до середины, развернуться и вернуться в исходную точку, согласовывать свои действия с действиями другого ребенка. Упражнять в перебрасывании мяча через сетку. Развивать умение, направлять мяч вперед-вверх энергичным движением рук. ОВД Бег в медленном темпе 1,5минуты. Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением задания: дойти до середины, развернуться и вернуться в исходную точку. Бросание мяча через сетку, натянутую выше поднятых рук ребенка, двумя руками от груди (расстояние до сетки 2м). Игра: «Жмурки круговые» Внимательность, ловкость, быстрота реакции. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа №2 ОРУ комплекс № 15 Максаты/Цель: Упражнять в метании	ходьбой на пятках. Лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (Зперекладина) Игра: «Орнынды тап» Быстрота, умения быстро находить свое место. 9.30 - 9.55 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 15 Максаты/ Цель: Продолжать учить последовательно перепрыгивать через 2 предмета высотой 10см.. Закреплять умение ставить ногу на носок, и выполнять ходьбу на пятках почти на прямых ногах, укрепление связок стопы (профилактика плоскостопия). Упражнять в лазании по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (Зперекладина) ОВД Прыжки на двух ногах. через предметы (высота -10см) Бег на носках в чередовании с ходьбой на пятках. Лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (Зперекладина) Игра: «Орнынды тап» Быстрота, умения быстро находить свое место. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 15 Максаты/ Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре;	Бег на носках в чередовании с ходьбой на пятках. Лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (Зперекладина) Игра: «Орнынды тап» Быстрота, умения быстро находить свое место. 9.30 - 9.55 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 15 Максаты/ Цель: Продолжать учить последовательно перепрыгивать через 2 предмета высотой 10см.. Закреплять умение ставить ногу на носок, и выполнять ходьбу на пятках почти на прямых ногах, укрепление связок стопы (профилактика плоскостопия). Упражнять в лазании по гимнастической стенке, • переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (Зперекладина) ОВД Прыжки на двух ногах. через предметы (высота -10см) Бег на носках в чередовании с ходьбой на пятках. Лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (Зперекладина) Игра: «Орнынды тап» Быстрота, умения быстро находить свое место. 10.00-10.25 3. Предшкольная группа №2 ОРУ комплекс № 15 Максаты/ Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре;	переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (Зперекладина) 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Максаты/Цель: Упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; в ползании на четвереньках, в равновесии.
--	--	---	--	---	---

		мешочков в горизонтальную цель; в ползании на четвереньках, в равновесии. ОВД Ходьба со сменой темпа движения: на частые удары в бубен короткие, семенящие шаги, на редкие удары – широкие шаги; ходьба и бег врассыпную. • метание мешочков в горизонтальную цель с расстояния 3 м, способом от плеча; • ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами; • равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи попеременно правой и левой ногой, руки произвольно. Игра «Стоп». Цель: умение ориентироваться в пространстве, быстро реагировать на сигнал 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 15 Максаты/Цель: Упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; в ползании на четвереньках, в равновесии. ОВД Ходьба со сменой темпа движения: на частые удары в бубен короткие, семенящие шаги, на редкие удары – широкие шаги; ходьба и бег врассыпную. • метание мешочков в горизонтальную цель с расстояния 3 м, способом от плеча; • ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами; • равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи попеременно правой и левой ногой, руки произвольно. Игра «Стоп». Цель: умение ориентироваться в пространстве, быстро реагировать на сигнал	упражнять в прыжках и метании. ОВД Ходьба колонной по одному, ходьба и бег по кругу; ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно одной и другой ногой (расстояние между шнурами 30- 40 см); бег врассыпную. • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны; • прыжки через бруски (расстояние между брусками 50 см); • броски мяча двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах. Подвижная игра «Медведь и пчелы». Ходьба в колонне по одному. 10.30 –10.55 4. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 15 Максаты/ Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании. ОВД Ходьба колонной по одному, ходьба и бег по кругу; ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно одной и другой ногой (расстояние между шнурами 30- 40 см); бег врассыпную. • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны; • прыжки через бруски (расстояние между брусками 50 см); • броски мяча двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах.	упражнять в прыжках и метании. ОВД Ходьба колонной по одному, ходьба и бег по кругу; ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно одной и другой ногой (расстояние между шнурами 30- 40 см); бег врассыпную. • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны; • прыжки через бруски (расстояние между брусками 50 см); • броски мяча двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах. Подвижная игра «Медведь и пчелы». Ходьба в колонне по одному. 10.30-10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 15 Максаты/ Цель: Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании. ОВД Ходьба колонной по одному, ходьба и бег по кругу; ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно одной и другой ногой (расстояние между шнурами 30- 40 см); бег врассыпную. • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны; • прыжки через бруски (расстояние между брусками 50 см); • броски мяча двумя руками из-за	
--	--	---	---	---	--

			Подвижная игра «Медведь и пчелы». Ходьба в колонне по одному.	головы, стоя в шеренгах. Подвижная игра «Медведь и пчелы». Ходьба в колонне по одному.	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию		14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Организация предметно-развивающей среды, консультации для родителей
		15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/Цель: Упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; в ползании на четвереньках, в равновесии.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлак»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
апрель (1.04. – 5.04. 2024 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 16 Мақсаты/ Цель: Учить отбивать мяч о пол двумя руками, встречая мяч ладонью с разведенными пальцами, мягко давить на него сверху. Закреплять умение последовательно перепрыгивать через3 предмета, энергичного отталкиваясь и мягкого приземляясь на полусогнутые ноги ОВД Бег на носках в чередовании с ходьбой на пятках. Отбивание мяча о пол двумя руками. Прыжки на двух ногах. через	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 16 Мақсаты/ Цель: Учить отбивать мяч о пол двумя руками, встречая мяч ладонью с разведенными пальцами, мягко давить на него сверху. Закреплять умение последовательно перепрыгивать через3 предмета, энергичного отталкиваясь и мягкого приземляясь на полусогнутые ноги ОВД Бег на носках в чередовании с ходьбой на пятках. Отбивание мяча о пол двумя руками. Прыжки на двух ногах. через	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 16 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская перекладин, при спуске доходить до последней перекладины и спокойно сходить на пол. Закреплять умение отбивать мяч о пол двумя руками, не хлопать по мячу напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами. ОВД Бег на носках в чередовании с ходьбой на пятках. Лазание по гимнастической стенке на высоту 1.5 метра.. Отбивание мяча о пол двумя руками.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №18 ОРУ комплекс № 16 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская перекладин, при спуске доходить до последней перекладины и спокойно сходить на пол. Закреплять умение отбивать мяч о пол двумя руками, не хлопать по мячу напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами. ОВД Бег на носках в чередовании с ходьбой на пятках. Лазание по гимнастической стенке на высоту 1.5 метра.. Отбивание мяча о пол двумя	.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская перекладин, при спуске доходить до последней перекладины и спокойно сходить на пол. Закреплять умение отбивать мяч о пол

предметы (высота -10 см), Игра: «Великаны и карлики» Цель: Ходьба широким и мелким шагами. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 16 Максаты/ Цель: Учить отбивать мяч о пол двумя руками, встречая мяч ладонью с разведенными пальцами, мягко давить на него сверху. Закреплять умение последовательно перепрыгивать через 3 предмета, энергичного отталкиваясь и мягкого приземляясь на полусогнутые ноги ОВД Бег на носках в чередовании с ходьбой на пятках. Отбивание мяча о пол двумя руками. Прыжки на двух ногах. через предметы (высота -10 см), Игра: «Великаны и карлики» Цель: Ходьба широким и мелким шагами. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 16 Максаты/Цель: Упражнять в чередовании ходьбы и бега; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и бросании мяча вверх. ОВД Ходьба и бег в чередовании: 10 м – ходьба, 10м – бег; повторить несколько раз. ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за	предметы (высота -10 см), Игра: «Великаны и карлики» Цель: Ходьба широким и мелким шагами. 9.30 - 9.55 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 16 Максаты/ Цель: Учить отбивать мяч о пол двумя руками, встречая мяч ладонью с разведенными пальцами, мягко давить на него сверху. Закреплять умение последовательно перепрыгивать через 3 предмета, энергичного отталкиваясь и мягкого приземляясь на полусогнутые ноги ОВД Бег на носках в чередовании с ходьбой на пятках. Отбивание мяча о пол двумя руками. Прыжки на двух ногах. через предметы (высота -10 см), Игра: «Великаны и карлики» Цель: Ходьба широким и мелким шагами. 10.00-10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 16 Максаты/Цель: Упражнять в чередовании ходьбы и бега; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и бросании мяча вверх. ОВД Ходьба и бег в чередовании: 10 м – ходьба, 10м – бег; повторить несколько раз. ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за	Игра: «Орнынды тап» Быстрота, умения быстро находить свое место 9.25-9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 16 Максаты/ Цель: Продолжать учить лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская перекладин, при спуске доходить до последней перекладины и спокойно сходить на пол. Закреплять умение отбивать мяч о пол двумя руками, не хлопать по мячу напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами. ОВД Бег на носках в чередовании с ходьбой на пятках. Лазание по гимнастической стенке на высоту 1.5 метра.. Отбивание мяча о пол двумя руками. Игра: «Орнынды тап» Быстрота, умения быстро находить свое место 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 16 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия. ОВД Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по команде; ходьба и бег с перешагиванием через кубики (по одной стороне зала кубики разложены на расстоянии 40 см один от другого,	руками. Игра: «Орнынды тап» Быстрота, умения быстро находить свое место. 9.25-9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 16 Максаты/ Цель: Продолжать учить лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская перекладин, при спуске доходить до последней перекладины и спокойно сходить на пол. Закреплять умение отбивать мяч о пол двумя руками, не хлопать по мячу напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами. ОВД Бег на носках в чередовании с ходьбой на пятках. Лазание по гимнастической стенке на высоту 1.5 метра.. Отбивание мяча о пол двумя руками. Игра: «Орнынды тап» Быстрота, умения быстро находить свое место 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 16 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия. ОВД Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по команде; ходьба и бег с перешагиванием через кубики (по одной стороне зала кубики разложены на	двумя руками, не хлопать по мячу напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия
--	--	---	---	---

	спиной (2–3 раз); • прыжки на двух ногах (дистанция 2 м), перепрыгивание через предмет, прыжки на двух ногах, • броски малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. Игра: «Ловишки-перебежки». Цель: умение ориентироваться в пространстве, закреплять навык увертывания. 10.30 -10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 16 Максаты/Цель: Упражнять в чередовании ходьбы и бега; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и бросании мяча вверх. ОВД Ходьба и бег в чередовании: 10 м – ходьба, 10м – бег; повторить несколько раз. ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной (2–3 раз); • прыжки на двух ногах (дистанция 2 м), перепрыгивание через предмет, прыжки на двух ногах, • броски малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. Игра: «Ловишки-перебежки». Цель: умение ориентироваться в пространстве, закреплять навык увертывания.	спиной (2–3 раз); • прыжки на двух ногах (дистанция 2 м), перепрыгивание через предмет, прыжки на двух ногах, • броски малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. Игра: «Ловишки-перебежки». Цель: умение ориентироваться в пространстве, закреплять навык увертывания. 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 16 Максаты/Цель: Упражнять в чередовании ходьбы и бега; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и бросании мяча вверх. ОВД Ходьба и бег в чередовании: 10 м – ходьба, 10м – бег; повторить несколько раз. ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной (2–3 раз); • прыжки на двух ногах (дистанция 2 м), перепрыгивание через предмет, прыжки на двух ногах, • броски малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. Игра: «Ловишки-перебежки». Цель: умение ориентироваться в пространстве, закреплять навык увертывания.	по другой – на расстоянии 70–80 см). • метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 2,5 м одной рукой, способом от плеча; • ползание по прямой, затем переползание через скамейку; • ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы. Игра «Удочка». III часть. Ходьба в колонне по одному. 10.30 –10.55 4. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 16 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия. ОВД Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по команде; ходьба и бег с перешагиванием через кубики (по одной стороне зала кубики разложены на расстоянии 40 см один от другого, по другой – на расстоянии 70–80 см). • метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 2,5 м одной рукой, способом от плеча; • ползание по прямой, затем переползание через скамейку; • ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы. Игра «Удочка». III часть. Ходьба в колонне по одному.	расстоянии 40 см один от другого, по другой – на расстоянии 70–80 см). • метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 2,5 м одной рукой, способом от плеча; • ползание по прямой, затем переползание через скамейку; • ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы. Игра «Удочка». III часть. Ходьба в колонне по одному. 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 16 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия. ОВД Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по команде; ходьба и бег с перешагиванием через кубики (по одной стороне зала кубики разложены на расстоянии 40 см один от другого, по другой – на расстоянии 70–80 см). • метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 2,5 м одной рукой, способом от плеча; • ползание по прямой, затем переползание через скамейку; • ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы. Игра «Удочка». III часть. Ходьба в колонне по одному.	
--	--	--	--	---	--

Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Организация предметно-развивающей среды, консультации для родителей
	15.20 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 Кобланова А. Р.

**Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
апрель (8.04. – 12.04. 2024 г)**

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 16 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить выполнять приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, держать корпус прямо, не опускать голову вниз. Закреплять умение переходить с наклонной доски на гимнастическую стенку, приставным шагом влево, перехватывая руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении. Упражнять в последовательном перепрыгивании через 3 предмета, высотой 10см. ОВД Ходьба по гимнастической	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№ 8 ОРУ комплекс № 16 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить выполнять приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, держать корпус прямо, не опускать голову вниз. Закреплять умение переходить с наклонной доски на гимнастическую стенку, приставным шагом влево, перехватывая руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении. Упражнять в последовательном перепрыгивании через 3 предмета, высотой 10см. ОВД Ходьба по гимнастической	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 16 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять приставной шаг назад в сочетании с кружением вокруг себя. Закреплять умение сохранять ровную осанку и устойчивое равновесие при перешагивании боком через предмет на повышенной опоре. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь энергичным движением рук. ОВД Музыкально-ритмические движения (приставной шаг назад, кружение вокруг себя). Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом	9.00 – 9.20 1.Старшая группа № 8 ОРУ комплекс № 16 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять приставной шаг назад в сочетании с кружением вокруг себя. Закреплять умение сохранять ровную осанку и устойчивое равновесие при перешагивании боком через предмет на повышенной опоре. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь энергичным движением рук. ОВД Музыкально-ритмические движения (приставной шаг назад, кружение вокруг себя). Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять приставной шаг назад в сочетании с кружением вокруг себя. Закреплять умение сохранять ровную осанку и устойчивое равновесие при перешагивании боком через предмет на повышенной опоре.

	скамейке боком приставным шагом, руки на пояс. Лазание по гимнастической стенке на высоту 1.5 метра. Прыжки на двух ногах через предметы (высота -10 см). Игра: «Сбей кеглю» Цель: Развивать глазомер. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 16 Максаты/ Цель: Продолжать учить выполнять приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, держать корпус прямо, не опускать голову вниз. Закреплять умение переходить с наклонной доски на гимнастическую стенку, приставным шагом влево, перехватывая руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении. Упражнять в последовательном перепрыгивании через 3 предмета, высотой 10см. ОВД Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на пояс. Лазание по гимнастической стенке на высоту 1.5 метра. Прыжки на двух ногах через предметы (высота -10 см). Игра: «Сбей кеглю» Цель: Развивать глазомер. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 16 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять	скамейке боком приставным шагом, руки на пояс. Лазание по гимнастической стенке на высоту 1.5 метра. Прыжки на двух ногах через предметы (высота -10 см). Игра: «Сбей кеглю» Цель: Развивать глазомер. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 16 Максаты/ Цель: Продолжать учить выполнять приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, держать корпус прямо, не опускать голову вниз. Закреплять умение переходить с наклонной доски на гимнастическую стенку, приставным шагом влево, перехватывая руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении. Упражнять в последовательном перепрыгивании через 3 предмета, высотой 10см. ОВД Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на пояс. Лазание по гимнастической стенке на высоту 1.5 метра. Прыжки на двух ногах через предметы (высота -10 см). Игра: «Сбей кеглю» Цель: Развивать глазомер. 10.00 -10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 16 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку;	с перешагиванием через набивной мяч. Ползание по гимнастической скамейке на животе. Игра: «Скок-поскок » Цель: Быстрота, энергичное подпрыгивание. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс № 16 Максаты/ Цель: Учить выполнять приставной шаг назад в сочетании с кружением вокруг себя. Закреплять умение сохранять ровную осанку и устойчивое равновесие при перешагивании боком через предмет на повышенной опоре. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь энергичным движением рук. ОВД Музыкально-ритмические движения (приставной шаг назад, кружение вокруг себя). Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с перешагиванием через набивной мяч. Ползание по гимнастической скамейке на животе. Игра: «Скок-поскок » Цель: Быстрота, энергичное подпрыгивание. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 16 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку; в прыжках; ходьбе на носках.	с перешагиванием через набивной мяч. Ползание по гимнастической скамейке на животе. Игра: «Скок-поскок » Цель: Быстрота, энергичное подпрыгивание. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 16 Максаты/ Цель: Учить выполнять приставной шаг назад в сочетании с кружением вокруг себя. Закреплять умение сохранять ровную осанку и устойчивое равновесие при перешагивании боком через предмет на повышенной опоре. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь энергичным движением рук. ОВД Музыкально-ритмические движения (приставной шаг назад, кружение вокруг себя). Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с перешагиванием через набивной мяч. Ползание по гимнастической скамейке на животе. Игра: «Скок-поскок » Цель: Быстрота, энергичное подпрыгивание. 10.00 -10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 16 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку; в прыжках; ходьбе на носках. ОВД	Упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь энергичным движением рук. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку; в прыжках; ходьбе на носках.
--	--	---	---	---	---

	в сохранении равновесия и прыжках. ОВД Ходьба и бег колонной по одному между предметами. Основные виды движений: •лазание на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек; • прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед (расстояние 8–10 м); • равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом, руки на пояс. Подвижная игра «Горелки». 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 16 Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках. ОВД Ходьба и бег колонной по одному между предметами. Основные виды движений: •лазание на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек; • прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед (расстояние 8–10 м); • равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом, руки на пояс. Подвижная игра «Горелки».	упражнять в сохранении равновесия и прыжках. ОВД Ходьба и бег колонной по одному между предметами. Основные виды движений: •лазание на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек; • прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед (расстояние 8–10 м); • равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом, руки на пояс. Подвижная игра «Горелки». 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 16 Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках. ОВД Ходьба и бег колонной по одному между предметами. Основные виды движений: •лазание на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек; • прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед (расстояние 8–10 м); • равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом, руки на пояс. Подвижная игра «Горелки».	ОВД Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по команде; • лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом, не пропуская реек; • прыжки – перепрыгивание через шнур вправо и влево, продвигаясь вперед (расстояние 3–4 м); •ходьба на носках между набивными мячами, руки на пояс. Игра: «С кочки на кочку» III часть. Ходьба в колонне по одному. 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 16 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку; в прыжках; ходьбе на носках. ОВД Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по команде; • лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом, не пропуская реек; • прыжки – перепрыгивание через шнур вправо и влево, продвигаясь вперед (расстояние 3–4 м); •ходьба на носках между набивными мячами, руки на пояс. Игра: «С кочки на кочку» III часть. Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по команде; • лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом, не пропуская реек; • прыжки – перепрыгивание через шнур вправо и влево, продвигаясь вперед (расстояние 3–4 м); •ходьба на носках между набивными мячами, руки на пояс. Игра: «С кочки на кочку» III часть. Ходьба в колонне по одному. 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 16 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку; в прыжках; ходьбе на носках. ОВД Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по команде; • лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом, не пропуская реек; • прыжки – перепрыгивание через шнур вправо и влево, продвигаясь вперед (расстояние 3–4 м); •ходьба на носках между набивными мячами, руки на пояс. Игра: «С кочки на кочку» III часть. Ходьба в колонне по одному.	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				

Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Организация предметно-развивающей среды, консультации для родителей
	15.20 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.20 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку; в прыжках; ходьбе на носках.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлак»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
апрель (15.04. – 19.04. 2023 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 17 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать на месте на одной ноге, сохраняя равновесие и энергично выполняя толчок одной ногой. Закреплять умение отставлять назад одну ногу и приставлять к ней другую, не поворачивать ступню приставляемой ноги носком внутрь; выполнять плавные приседания в чередовании с приставным шагом. Упражнять в лазании по гимнастической стенке чередующимся шагом, развивать выносливость. ОВД Прыжки на месте на правой и левой ноге	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 17 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать на месте на одной ноге, сохраняя равновесие и энергично выполняя толчок одной ногой. Закреплять умение отставлять назад одну ногу и приставлять к ней другую, не поворачивать ступню приставляемой ноги носком внутрь, выполнять плавные приседания в чередовании с приставным шагом. Упражнять в лазании по гимнастической стенке чередующимся шагом, развивать выносливость. ОВД Прыжки на месте на правой и левой ноге Музыкально-ритмические	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 17 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить отбивать мяч о пол одной рукой, плавными движениями кисти рук. регулируя силу удара по мячу. Закреплять умение прыгать на месте на одной ноге, не опускаться на всю стопу, выполнять толчок с опорой на носочки. Упражнять в ходьбе по скамейке, умении согласовывать свои действия с действиями другого. ОВД Отбивание мяча о пол одной рукой. Прыжки на месте на правой и левой ноге. Ходьба по скамейке с выполнением задания- разойтись вдвоём на середине, начиная идти с двух	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №8 ОРУ комплекс № 17 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить отбивать мяч о пол одной рукой, плавными движениями кисти рук. регулируя силу удара по мячу. Закреплять умение прыгать на месте на одной ноге, не опускаться на всю стопу, выполнять толчок с опорой на носочки. Упражнять в ходьбе по скамейке, в умении согласовывать свои действия с действиями другого. ОВД Отбивание мяча о пол одной рукой. Прыжки на месте на правой и левой ноге.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить отбивать мяч о пол одной рукой, плавными движениями кисти рук. регулируя силу удара по мячу. Закреплять умение прыгать на месте на одной ноге, не опускаться на всю стопу, выполнять толчок с опорой на носочки. Упражнять в ходьбе по скамейке, умении

	Музыкально-ритмические движения (приставной шаг назад, плавное приседание). Лазание по гимнастической стенке на высоту 2 метра. Игра: «Карлыгаш» Ориентировка в пространстве, умение быстро находить свое место. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 17 Максаты/ Цель: Учить прыгать на месте на одной ноге, сохраняя равновесие и энергично выполняя толчок одной ногой. Закреплять умение отставлять назад одну ногу и приставлять к ней другую, не поворачивать ступню приставляемой ноги носком внутрь, выполнять плавные приседания в чередовании с приставным шагом. Упражнять в лазании по гимнастической стенке чередующимся шагом, развивать выносливость. ОВД Прыжки на месте на правой и левой ноге Музыкально-ритмические движения (приставной шаг назад, плавное приседание). Лазание по гимнастической стенке на высоту 2 метра. Игра: «Карлыгаш» Ориентировка в пространстве, умение быстро находить свое место. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 17 Максаты/Цель: Упражнять в	движения (приставной шаг назад, плавное приседание). Лазание по гимнастической стенке на высоту 2 метра. Игра: «Карлыгаш» Ориентировка в пространстве, умение быстро находить свое место. 9.30 - 9.50 2. .Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 17 Максаты/ Цель: Учить прыгать на месте на одной ноге, сохраняя равновесие и энергично выполняя толчок одной ногой. Закреплять умение отставлять назад одну ногу и приставлять к ней другую, не поворачивать ступню приставляемой ноги носком внутрь; выполнять плавные приседания в чередовании с приставным шагом. Упражнять в лазании по гимнастической стенке чередующимся шагом, развивать выносливость. ОВД Прыжки на месте на правой и левой ноге Музыкально-ритмические движения (приставной шаг назад, плавное приседание). Лазание по гимнастической стенке на высоту 2 метра. Игра: «Карлыгаш» Ориентировка в пространстве, умение быстро находить свое место. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 17 Максаты/Цель: Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку; в прыжках; ходьбе на носках.	сторон Игра: «Слушай сигнал». Равновесие. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 17 Максаты/ Цель: Продолжать учить отбивать мяч о пол одной рукой, плавными движениями кисти рук. регулируя силу удара по мячу. Закреплять умение прыгать на месте на одной ноге, не опускаться на всю стопу, выполнять толчок с опорой на носочки. Упражнять в ходьбе по скамейке, умении согласовывать свои действия с действиями другого. ОВД Отбивание мяча о пол одной рукой. Прыжки на месте на правой и левой ноге. Ходьба по скамейке с выполнением задания- разойтись вдвоём на середине, начиная идти с двух сторон Игра: «Слушай сигнал». Равновесие. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 17 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом. ОВД Ходьба в колонне по одному, по сигналу повернуться кругом и продолжать движение; ходьба и бег врассыпную. • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи,	Ходьба по скамейке с выполнением задания- разойтись вдвоём на середине, начиная идти с двух сторон Игра: «Слушай сигнал». Равновесие. 9.30 - 9.50 2.Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 17 Максаты/ Цель: Продолжать учить отбивать мяч о пол одной рукой, плавными движениями кисти рук. регулируя силу удара по мячу. Закреплять умение прыгать на месте на одной ноге, не опускаться на всю стопу, выполнять толчок с опорой на носочки. Упражнять в ходьбе по скамейке, умении согласовывать свои действия с действиями другого. ОВД Отбивание мяча о пол одной рукой. Прыжки на месте на правой и левой ноге. Ходьба по скамейке с выполнением задания- разойтись вдвоём на середине, начиная идти с двух сторон Игра: «Слушай сигнал». Равновесие. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 17 Максаты/ Цель: Ходьба в колонне по одному, по сигналу повернуться кругом и продолжать движение; ходьба и бег врассыпную. • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные	согласовывать свои действия с действиями другого. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках
--	---	---	---	---	--

	лазание на гимнастическую стенку; в прыжках; ходьбе на носках. ОВД Ходьба и бег колонной по одному между предметами. Основные виды движений: •лазание на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек; • прыжки – перепрыгивание через шнур вправо и влево, продвигаясь вперед (расстояние 3–4 м); •ходьба на носках между набивными мячами, руки на пояс. Подвижная игра: «Мысык пен торгайлар» Цель: упражнять в беге 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 17 Максаты/Цель: Упражнять в лазание на гимнастическую стенку; в прыжках; ходьбе на носках. ОВД Ходьба и бег колонной по одному между предметами. Основные виды движений: •лазание на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек; • прыжки – перепрыгивание через шнур вправо и влево, продвигаясь вперед (расстояние 3–4 м); •ходьба на носках между набивными мячами, руки на пояс. Подвижная игра: «Мысык пен торгайлар» Цель: упражнять в беге	ОВД Ходьба и бег колонной по одному между предметами. Основные виды движений: •лазание на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек; • прыжки – перепрыгивание через шнур вправо и влево, продвигаясь вперед (расстояние 3–4 м); •ходьба на носках между набивными мячами, руки на пояс. Подвижная игра: «Мысык пен торгайлар» Цель: упражнять в беге 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 17 Максаты/Цель: Упражнять в лазание на гимнастическую стенку; в прыжках; ходьбе на носках. ОВД Ходьба и бег колонной по одному между предметами. Основные виды движений: •лазание на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек; • прыжки – перепрыгивание через шнур вправо и влево, продвигаясь вперед (расстояние 3–4 м); •ходьба на носках между набивными мячами, руки на пояс. Подвижная игра: «Мысык пен торгайлар» Цель: упражнять в беге	руки на пояс. • прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (дистанция 4 м) до флажка; •броски мяча (диаметр 8–10 см) о стену с расстояния 2 м одной рукой, ловля его двумя руками. Подвижная игра «Мышеловка». Упражнять в беге с увертыванием III часть. Ходьба в колонне по одному. 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 17 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом. ОВД Ходьба в колонне по одному, по сигналу повернуться кругом и продолжать движение; ходьба и бег врассыпную. • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, руки на пояс. • прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (дистанция 4 м) до флажка; •броски мяча (диаметр 8–10 см) о стену с расстояния 2 м одной рукой, ловля его двумя руками. Подвижная игра «Мышеловка». Упражнять в беге с увертыванием III часть. Ходьба в колонне по одному.	мячи, руки на пояс. • прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (дистанция 4 м) до флажка; •броски мяча (диаметр 8–10 см) о стену с расстояния 2 м одной рукой, ловля его двумя руками. Подвижная игра «Мышеловка». Упражнять в беге с увертыванием III часть. Ходьба в колонне по одному. 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 17 Максаты/ Цель: Ходьба в колонне по одному, по сигналу повернуться кругом и продолжать движение; ходьба и бег врассыпную. • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, руки на пояс. • прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (дистанция 4 м) до флажка; •броски мяча (диаметр 8–10 см) о стену с расстояния 2 м одной рукой, ловля его двумя руками. Подвижная игра «Мышеловка». Упражнять в беге с увертыванием III часть. Ходьба в колонне по одному.	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр,				

	Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Организация предметно-развивающей среды, консультации для родителей
	15.20 -17.20 Обновление и пополнение картотек	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
апрель (22.04. – 26.04. 2024 г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 17 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить лазать по наклонной лесенке (положенной на 3 перекладину гимнастической стенки), держась обычным хватом за перекладины, координируя движения рук и ног, переходить на гимнастическую стенку и спускаться с нее. Закреплять умение отбивать мяч о пол плавным движением кисти рук, не хлопая по нему напряженной ладонью с	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 17 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить лазать по наклонной лесенке (положенной на 3 перекладину гимнастической стенки), держась обычным хватом за перекладины, координируя движения рук и ног, переходить на гимнастическую стенку и спускаться с нее. Закреплять умение отбивать мяч о пол плавным движением кисти рук, не хлопая по нему напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 17 Мақсаты/ Цель: Учить сохранять устойчивое равновесие на горизонтальном бревне, ходить на носках по бревну, держать корпус и голову прямо, легко сходить с бревна. Закреплять умение лазать по наклонной лесенке, положенной с большим углом наклона (на 4 перекладину гимнастической стенки), держась за боковые брусья хватом: 4 пальца снизу, большой-сверху, перехватывать руки с	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №8 ОРУ комплекс № 17 Мақсаты/ Цель: Учить сохранять устойчивое равновесие на горизонтальном бревне, ходить на носках по бревну, держать корпус и голову прямо, легко сходить с бревна. Закреплять умение лазать по наклонной лесенке, положенной с большим углом наклона (на 4 перекладину гимнастической стенки), держась за боковые брусья хватом: 4 пальца снизу, большой-сверху, перехватывать руки с	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить лазать по наклонной лесенке (положенной на 3 перекладину гимнастической стенки), держась обычным хватом за

сомкнутыми пальцами. ОВД Лазание по наклонной лесенке с переходом на гимнастическую стенку. Отбивание мяча о пол одной рукой. Игра: «Мысык пен тышкан» Бегать свободно, координировать движения рук и ног. 9.30 –9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 17 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить лазать по наклонной лесенке (положенной на 3 перекладину гимнастической стенки), держась обычным хватом за перекладины, координируя движения рук и ног, переходить на гимнастическую стенку и спускаться с нее. Закреплять умение отбивать мяч о пол плавным движением кисти рук, не хлопая по нему напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами. ОВД Лазание по наклонной лесенке с переходом на гимнастическую стенку. Отбивание мяча о пол одной рукой. Игра: «Мысык пен тышкан» Бегать свободно, координировать движения	ОВД Лазание по наклонной лесенке с переходом на гимнастическую стенку. Отбивание мяча о пол одной рукой. Игра: «Мысык пен тышкан» Бегать свободно, координировать движения рук и ног. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 17 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить лазать по наклонной лесенке (положенной на 3 перекладину гимнастической стенки), держась обычным хватом за перекладины, координируя движения рук и ног, переходить на гимнастическую стенку и спускаться с нее. Закреплять умение отбивать мяч о пол плавным движением кисти рук, не хлопая по нему напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами. ОВД Лазание по наклонной лесенке с переходом на гимнастическую стенку. Отбивание мяча о пол одной рукой. Игра: «Мысык пен тышкан» Бегать свободно, координировать движения рук и ног. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2	перекладины на перекладину в горизонтальном направлении. Упражнять в отбивании мяча о пол одной рукой. ОВД Ходьба прямо по горизонтальному бревну. Лазание по наклонной лесенке с переходом на гимнастическую стенку Отбивание мяча о пол одной рукой. Игра: «Мы веселые ребята» Согласовывать свои действия с действиями других. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 17 Мақсаты/ Цель: Учить сохранять устойчивое равновесие на горизонтальном бревне, ходить на носках по бревну, держать корпус и голову прямо, легко сходить с бревна. Закреплять умение лазать по наклонной лесенке, положенной с большим углом наклона (на 4 перекладину гимнастической стенки), держась за боковые брусья хватом: 4 пальца снизу, большой-сверху, перехватывать руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении. Упражнять в отбивании мяча о пол одной рукой. ОВД Ходьба прямо по горизонтальному бревну.	перекладины на перекладину в горизонтальном направлении. Упражнять в отбивании мяча о пол одной рукой. ОВД Ходьба прямо по горизонтальному бревну. Лазание по наклонной лесенке с переходом на гимнастическую стенку Отбивание мяча о пол одной рукой. Игра: «Мы веселые ребята» Согласовывать свои действия с действиями других. 9.25-9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 17 Мақсаты/ Цель: Учить сохранять устойчивое равновесие на горизонтальном бревне, ходить на носках по бревну, держать корпус и голову прямо, легко сходить с бревна. Закреплять умение лазать по наклонной лесенке, положенной с большим углом наклона (на 4 перекладину гимнастической стенки), держась за боковые брусья хватом: 4 пальца снизу, большой-сверху, перехватывать руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении. Упражнять в отбивании мяча о пол одной рукой. ОВД Ходьба прямо по горизонтальному бревну.	перекладины, координируя движения рук и ног, переходить на гимнастическую стенку и спускаться с нее. Закреплять умение отбивать мяч о пол плавным движением кисти рук, не хлопая по нему напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча.
---	---	---	--	--

	рук и ног 9.50 –10.10 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 17 Максаты/Цель: Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках. ОВД Ходьба, высоко поднимая бедро, бег в среднем темпе (продолжительность до 1 минуты). • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше; • прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед (дистанция 5 м). Подвижная игра: «Охотники и зайцы» Цель: действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч стараясь попасть в цель. Развивать ловкость, глазомер 10.15-10.40 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 17 Максаты/Цель: Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках. ОВД	ОРУ комплекс № 17 Максаты/Цель: Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках. ОВД Ходьба, высоко поднимая бедро, бег в среднем темпе (продолжительность 1 мин). • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше; • прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед (дистанция 5 м). Подвижная игра: «Охотники и зайцы» Цель: действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч стараясь попасть в цель. Развивать ловкость, глазомер 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 17 Максаты/Цель: Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках. ОВД Ходьба, высоко поднимая бедро, бег в среднем темпе (продолжительность 1 мин). • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше;	Лазание по наклонной лесенке с переходом на гимнастическую стенку Отбивание мяча о пол одной рукой. Игра: «Мы веселые ребята» Согласовывать свои действия с действиями других. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 17 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча. ОВД Ходьба с перешагиванием через шнуры; бег с перешагиванием через шнуры; ходьба и бег врассыпную. ОВД • прыжки в длину с разбега; • перебрасывание мяча (диаметр 20 см) друг другу двумя руками от груди; • ползание по прямой на ладонях и ступнях. Подвижная игра «Не оставайся на полу». III часть. Ходьба в колонне по одному. 10.30 –10.55 4. . Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 17 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием	Лазание по наклонной лесенке с переходом на гимнастическую стенку Отбивание мяча о пол одной рукой. Игра: «Мы веселые ребята» Согласовывать свои действия с действиями других. 10.00 -10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 17 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча. ОВД Ходьба с перешагиванием через шнуры; бег с перешагиванием через шнуры; ходьба и бег врассыпную. ОВД • прыжки в длину с разбега; • перебрасывание мяча (диаметр 20 см) друг другу двумя руками от груди; • ползание по прямой на ладонях и ступнях. Подвижная игра «Не оставайся на полу». III часть. Ходьба в колонне по одному. 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 17 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с	
--	--	--	---	--	--

	Ходьба, высоко поднимая бедро, бег в среднем темпе (продолжительность 1 мин). • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше; • прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед (дистанция 5 м). Подвижная игра: «Охотники и зайцы» Цель: действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч стараясь попасть в цель. Развивать ловкость, глазомер	• прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед (дистанция 5 м). Подвижная игра: «Охотники и зайцы» Цель: действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч стараясь попасть в цель. Развивать ловкость, глазомер	через предметы; прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча. ОВД Ходьба с перешагиванием через шнуры; бег с перешагиванием через шнуры; ходьба и бег враспынную. ОВД • прыжки в длину с разбега; • перебрасывание мяча (диаметр 20 см) друг другу двумя руками от груди; • ползание по прямой на ладонях и ступнях.	перешагиванием через предметы; прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча. ОВД Ходьба с перешагиванием через шнуры; бег с перешагиванием через шнуры; ходьба и бег враспынную. ОВД • прыжки в длину с разбега; • перебрасывание мяча (диаметр 20 см) друг другу двумя руками от груди; • ползание по прямой на ладонях и ступнях. Подвижная игра «Не оставайся на полу». III часть. Ходьба в колонне по одному.	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Организация предметно-развивающей среды, консультации для родителей
	15.20 -17.20 Обновление и пополнение картотек	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10

					16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
апрель-май (29.04 -30.04, 2.05. – 3.05. 2024г)

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№ 7 ОРУ комплекс № 18 Мақсаты/ Цель: учить бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого. Закреплять умение выполнять приставной шаг влево и вправо на бревне, сохраняя устойчивое равновесие и ровную осанку. Упражнять в метании вперед-вдаль мелких предметов. ОВД Бег парами Ходьба по горизонтальному	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№ 8 ОРУ комплекс № 18 Мақсаты/ Цель: учить бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого. Закреплять умение выполнять приставной шаг влево и вправо на бревне, сохраняя устойчивое равновесие и ровную осанку. Упражнять в метании вперед-вдаль мелких предметов. ОВД Бег парами Ходьба по горизонтальному		9.00 – 9.20 1.Старшая группа №8 ОРУ комплекс № 18 Мақсаты/ Цель: учить бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого. Закреплять умение выполнять приставной шаг влево и вправо на бревне, сохраняя устойчивое равновесие и ровную осанку. Упражнять в метании вперед-вдаль мелких предметов. ОВД Бег парами Ходьба по горизонтальному	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: учить бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого. Закреплять умение выполнять приставной шаг влево и вправо на бревне, сохраняя устойчивое равновесие и ровную осанку.

	бревну (боком приставным шагом). Метание мешочков вдаль. Игра: «Соқыр теке» Ориентировка в пространстве, внимание. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 18 Максаты/ Цель: учить бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого. Закреплять умение выполнять приставной шаг влево и вправо на бревне, сохраняя устойчивое равновесие и ровную осанку. Упражнять в метании вперед-вдаль мелких предметов. ОВД Бег парами Ходьба по горизонтальному бревну (боком приставным шагом). Метание мешочков вдаль. Игра: «Соқыр теке» Ориентировка в пространстве, внимание. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 18 Максаты/Цель: Упражнять детей в прыжках в длину с разбега; в забрасывании мяча в корзину, в лазанье под дугу. ОВД Ходьба, высоко поднимая бедро, бег в среднем темпе (продолжительность до 1 минуты).	бревну (боком приставным шагом). Метание мешочков вдаль. Игра: «Соқыр теке» Ориентировка в пространстве, внимание. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 18 Максаты/ Цель: учить бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого. Закреплять умение выполнять приставной шаг влево и вправо на бревне, сохраняя устойчивое равновесие и ровную осанку. Упражнять в метании вперед-вдаль мелких предметов. ОВД Бег парами Ходьба по горизонтальному бревну (боком приставным шагом). Метание мешочков вдаль. Игра: «Соқыр теке» Ориентировка в пространстве, внимание. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 18 Максаты/Цель: Упражнять детей в прыжках в длину с разбега; в забрасывании мяча в корзину, в лазанье под дугу. ОВД Ходьба, высоко поднимая бедро, бег в среднем темпе (продолжительность до 1 минуты).		бревну (боком приставным шагом). Метание мешочков вдаль. Игра: «Соқыр теке» Ориентировка в пространстве, внимание. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 18 Максаты/ Цель: учить бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого. Закреплять умение выполнять приставной шаг влево и вправо на бревне, сохраняя устойчивое равновесие и ровную осанку. Упражнять в метании вперед-вдаль мелких предметов. ОВД Бег парами Ходьба по горизонтальному бревну (боком приставным шагом). Метание мешочков вдаль. Игра: «Соқыр теке» Ориентировка в пространстве, внимание. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 18 Максаты/ Цель: Упражнять детей в прыжках в длину с разбега; в забрасывании мяча в корзину, в лазанье под дугу. ОВД Ходьба, высоко поднимая бедро, бег в среднем темпе (продолжительность до 1	Упражнять в метании вперед-вдаль мелких предметов. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Максаты/Цель: Упражнять детей в прыжках в длину с разбега; в забрасывании мяча в корзину, в лазанье под дугу.
--	---	---	--	---	--

	прыжки в длину с разбега; • забрасывание мяча в корзину (кольцо) с расстояния 1 м; • лазанье под дугу (обруч). Подвижная игра: «Охотники и зайцы» Цель: действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч стараясь попасть в цель. Развивать ловкость, глазомер 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 18 Мақсаты/Цель: Упражнять детей в прыжках в длину с разбега; в забрасывании мяча в корзину, в лазанье под дугу. ОВД Ходьба, высоко поднимая бедро, бег в среднем темпе (продолжительность до 1 минуты). прыжки в длину с разбега; • забрасывание мяча в корзину (кольцо) с расстояния 1 м; • лазанье под дугу (обруч). Подвижная игра: «Охотники и зайцы» Цель: действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч стараясь попасть в цель. Развивать ловкость, глазомер	прыжки в длину с разбега; • забрасывание мяча в корзину (кольцо) с расстояния 1 м; • лазанье под дугу (обруч). Подвижная игра: «Охотники и зайцы» Цель: действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч стараясь попасть в цель. Развивать ловкость, глазомер 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 18 Мақсаты/Цель: Упражнять детей в прыжках в длину с разбега; в забрасывании мяча в корзину, в лазанье под дугу. ОВД Ходьба, высоко поднимая бедро, бег в среднем темпе (продолжительность до 1 минуты). прыжки в длину с разбега; • забрасывание мяча в корзину (кольцо) с расстояния 1 м; • лазанье под дугу (обруч). Подвижная игра: «Охотники и зайцы» Цель: действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч стараясь попасть в цель. Развивать ловкость, глазомер		минуты). прыжки в длину с разбега; • забрасывание мяча в корзину (кольцо) с расстояния 1 м; • лазанье под дугу (обруч). Подвижная игра: «Охотники и зайцы» Цель: действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч стараясь попасть в цель. Развивать ловкость, глазомер 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 18 Мақсаты/ Цель: Упражнять детей в прыжках в длину с разбега; в забрасывании мяча в корзину, в лазанье под дугу. ОВД Ходьба, высоко поднимая бедро, бег в среднем темпе (продолжительность до 1 минуты). прыжки в длину с разбега; • забрасывание мяча в корзину (кольцо) с расстояния 1 м; • лазанье под дугу (обруч). Подвижная игра: «Охотники и зайцы» Цель: действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч стараясь попасть в цель. Развивать ловкость, глазомер	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				

Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.		14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Организация предметно-развивающей среды, консультации для родителей
	15.20 -17.20 Обновление и пополнение картотек	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,		15.30 -17.20 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/Цель: Упражнять детей в прыжках в длину с разбега; в забрасывании мяча в корзину, в лазанье под дугу.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 **Кобланова А. Р.**

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
май (04,05 за 08.05) , 6.05, 10.05. 2024 г)

Күн тәртібі Режим дня	04.05 (за среду 08.05)	06.05	7.05 -9.05 праздничные дни	10.05
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики			
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.			
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)			
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 18 Мақсаты/ Цель: Учить вращать скакалку кистями и предплечьями рук, корпус держать прямо, делать невысокие подскоки на носках, согласовывать вращение скакалки и подскок. Закреплять умение согласовывать в паре темп и ритм шагов, сохранять направление движения, чередовать ходьбу и бег. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия. ОВД Прыжки на скакалке. Ходьба и бег парами. Ходьба по горизонтальному бревну (боком	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 18 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить вращать скакалку кистями и предплечьями рук, корпус держать прямо, делать невысокие подскоки на носках, согласовывать вращение скакалки и подскок. Закреплять умение согласовывать в паре темп и ритм шагов, сохранять направление движения, чередовать ходьбу и бег. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия. ОВД Прыжки на скакалке. Ходьба и бег парами. Ходьба по горизонтальному бревну (боком приставным шагом).		9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить вращать скакалку кистями и предплечьями рук, корпус держать прямо, делать

	приставным шагом). Игра: «Найди себе пару» Быстрота, умение не сталкиваться при беге. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс № 18 Мақсаты/ Цель: Учить вращать скакалку кистями и предплечьями рук, корпус держать прямо, делать невысокие подскоки на носках, согласовывать вращение скакалки и подскок. Закреплять умение согласовывать в паре темп и ритм шагов, сохранять направление движения, чередовать ходьбу и бег. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия. ОВД Прыжки на скакалке. Ходьба и бег парами. Ходьба по горизонтальному бревну (боком приставным шагом). Игра: «Найди себе пару» Быстрота, умение не сталкиваться при беге. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 18 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и врассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем. ОВД Ходьба колонной по одному между предметами; ходьба и бег врассыпную между предметами. • броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками; • лазанье – пролезание в обруч правым и левым боком в группировке; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше;	Игра: «Найди себе пару» Быстрота, умение не сталкиваться при беге. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №12 ОРУ комплекс № 18 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить вращать скакалку кистями и предплечьями рук, корпус держать прямо, делать невысокие подскоки на носках, согласовывать вращение скакалки и подскок. Закреплять умение согласовывать в паре темп и ритм шагов, сохранять направление движения, чередовать ходьбу и бег. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия. ОВД Прыжки на скакалке. Ходьба и бег парами. Ходьба по горизонтальному бревну (боком приставным шагом). Игра: «Найди себе пару» Быстрота, умение не сталкиваться при беге. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 18 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и врассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем. ОВД Ходьба колонной по одному между предметами; ходьба и бег врассыпную между предметами. • броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками; • лазанье – пролезание в обруч правым и левым боком в группировке; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше; Подвижная игра «Пожарные на учении». III часть. Ходьба в колонне по одному.		невысокие подскоки на носках, согласовывать вращение скакалки и подскок. Закреплять умение согласовывать в паре темп и ритм шагов, сохранять направление движения, чередовать ходьбу и бег. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и врассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обруче
--	---	--	--	---

	Подвижная игра «Пожарные на учении». III часть. Ходьба в колонне по одному. 4. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 18 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по одному; враспынную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем. ОВД Ходьба колонной по одному между предметами; ходьба и бег враспынную между предметами. • броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками; • лазанье – пролезание в обруч правым и левым боком в группировке; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше; Подвижная игра «Пожарные на учении». III часть. Ходьба в колонне по одному.	4. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 18 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по одному; враспынную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем. ОВД Ходьба колонной по одному между предметами; ходьба и бег враспынную между предметами. • броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками; • лазанье – пролезание в обруч правым и левым боком в группировке; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше; Подвижная игра «Пожарные на учении». III часть. Ходьба в колонне по одному.		
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.			
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание			
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.		14.00.-15.00 Подготовка материалов для информационных стендов
	15.30 -17.20 Обновление и пополнение картотек,	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,		15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа

				№11 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и враспынную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.			

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 Кобланова А. Р.

**Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
май (13.05. – 17.05. 2023 г)**

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 19 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить метать мяч в горизонтальную цель энергичным выпрямлением руки, развивать глазомер. Закреплять умение выполнять ритмичные прыжки через короткую скакалку прыгая над ней невысоко, опускаться сначала на носки, потом на пятки. ОВД Метание в горизонтальную цель (расстояние 2м). Прыжки на скакалке Игра: «Кетп, кетп орамал» Манипулировать мелкими предметами. 9.30 –9.50	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 19 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить метать мяч в горизонтальную цель энергичным выпрямлением руки, развивать глазомер. Закреплять умение выполнять ритмичные прыжки через короткую скакалку прыгая над ней невысоко, опускаться сначала на носки, потом на пятки. ОВД Метание в горизонтальную цель (расстояние 2м). Прыжки на скакалке Игра: «Кетп, кетп орамал» Манипулировать мелкими предметами. 9.30 - 9.50	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 19 Мақсаты/ Цель: продолжать учить метать мяч в вертикальную цель энергичным выпрямлением руки, без остановки выполнять замах и бросок, развивать глазомер. Закреплять умение ползать на ладонях и коленях, контролировать свои действия, сохранять спину ровной. ОВД Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м, расстояние 2м). Ползание с мешочком на спине (расстояние 6м). Игра: «Пронеси-не урони» Правильная походка, профилактика нарушения осанки.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №8 ОРУ комплекс № 19 Мақсаты/ Цель: продолжать учить метать мяч в вертикальную цель энергичным выпрямлением руки, без остановки выполнять замах и бросок, развивать глазомер. Закреплять умение ползать на ладонях и коленях, контролировать свои действия, сохранять спину ровной. ОВД Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м, расстояние 2м). Ползание с мешочком на спине (расстояние 6м). Игра: «Пронеси-не урони» Правильная походка, профилактика нарушения	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Закреплять навк метания мяча в вертикальную цель -энергичным выпрямлением руки, без остановки выполнять замах и бросок, развивать глазомер. Закреплять умение ползать на ладонях и коленях, контролировать свои действия, сохранять спину ровной. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и

	2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 19 Максаты/ Цель: Продолжать учить метать мяч в горизонтальную цель энергичным выпрямлением руки, развивать глазомер. Закреплять умение выполнять ритмичные прыжки через короткую скакалку прыгая над ней невысоко, опускаться сначала на носки, потом на пятки. ОВД Метание в горизонтальную цель (расстояние 2м). Прыжки на скакалке Игра: «Кетп, кетп орамал» Манипулировать мелкими предметами. 10.00 –10.25 3.Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 19 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и врассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем. ОВД • броски мяча о пол и ловля его двумя руками; броски мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками; • лазанье в обруч прямо и боком (один ребенок держит обруч, другой выполняет задание); • ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	2.Старшая группа№ 3 ОРУ комплекс № 19 Максаты/ Цель: Продолжать учить метать мяч в горизонтальную цель энергичным выпрямлением руки, развивать глазомер. Закреплять умение выполнять ритмичные прыжки через короткую скакалку прыгая над ней невысоко, опускаться сначала на носки, потом на пятки. ОВД Метание в горизонтальную цель (расстояние 2м). Прыжки на скакалке Игра: «Кетп, кетп орамал» Манипулировать мелкими предметами. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 18 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и врассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем. ОВД • броски мяча о пол и ловля его двумя руками; броски мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками; • лазанье в обруч прямо и боком (один ребенок держит обруч, другой выполняет задание); • ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Подвижная игра: «Орамал» Цель: развивать у детей	9.30 - 9.50 2. Старшая группа№ 12 ОРУ комплекс № 19 Максаты/ Цель: продолжать учить метать мяч в вертикальную цель энергичным выпрямлением руки, без остановки выполнять замах и бросок, развивать глазомер. Закреплять умение ползать на ладонях и коленях, контролировать свои действия , сохранять спину ровной. ОВД Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м, расстояние 2м). Ползание с мешочком на спине (расстояние 6м). Игра: «Пронеси-не урони» Правильная походка, профилактика нарушения осанки. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 19 Максаты/ Цель: Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами. ОВД Ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движений по команде; игровое упражнение «Быстро в колонны!» • ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хватом рук с боков; • равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи (расстояние между мячами 3 шага ребенка);	осанки. 9.30 - 9.50 2 Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 19 Максаты/ Цель: продолжать учить метать мяч в вертикальную цель энергичным выпрямлением руки, без остановки выполнять замах и бросок, развивать глазомер. Закреплять умение ползать на ладонях и коленях, контролировать свои действия, сохранять спину ровной. ОВД Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м, расстояние 2м). Ползание с мешочком на спине (расстояние 6м). Игра: «Пронеси-не урони» Правильная походка, профилактика нарушения осанки. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 19 Максаты/ Цель: Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами. ОВД Ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движений по команде; игровое упражнение «Быстро в колонны!» • ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хватом рук с боков;	врассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.
--	---	---	---	--	--

	Подвижная игра: «Орамал» Цель: развивать у детей внимание, умение быстро реагировать на сигнал, совершенствовать навык бега 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 19 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и врассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем. ОВД • броски мяча о пол и ловля его двумя руками; броски мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками; • лазанье в обруч прямо и боком (один ребенок держит обруч, другой выполняет задание); • ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Игра: «Орамал» Цель: развивать у детей внимание, умение быстро реагировать на сигнал, совершенствовать навык бега.	внимание, умение быстро реагировать на сигнал, совершенствовать навык бега. 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 19 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и врассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем. ОВД • броски мяча о пол и ловля его двумя руками; броски мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками; • лазанье в обруч прямо и боком (один ребенок держит обруч, другой выполняет задание); • ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Подвижная игра: «Орамал» Цель: развивать у детей внимание, умение быстро реагировать на сигнал, совершенствовать навык бега.	• прыжки на двух ногах между кеглями. Подвижная игра «Караси и щука». Ходьба колонной по одному. 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 19 Максаты/ Цель: Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами. ОВД Ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движений по команде; игровое упражнение «Быстро в колонны!» • ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хватом рук с боков; • равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи (расстояние между мячами 3 шага ребенка); • прыжки на двух ногах между кеглями. Подвижная игра «Караси и щука». Ходьба колонной по одному.	• равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи (расстояние между мячами 3 шага ребенка); • прыжки на двух ногах между кеглями. Подвижная игра «Караси и щука». Ходьба колонной по одному. 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 19 Максаты/ Цель: Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами. ОВД Ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движений по команде; игровое упражнение «Быстро в колонны!» • ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хватом рук с боков; • равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи (расстояние между мячами 3 шага ребенка); • прыжки на двух ногах между кеглями. Подвижная игра «Караси и щука». Ходьба колонной по одному.	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				

Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Организация предметно-развивающей среды, консультации для родителей
	15.20 -17.20 Обновление и пополнение картотек	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и враспынную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.
Организационные моменты	17.20-17.125 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 Кобланова А. Р.

**Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
май (20.05. – 24.05. 2024 г)**

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Прдготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №7 ОРУ комплекс № 19 Мақсаты/ Цель: Учить бросать мяч о стену , соразмерять силу броска с возможностью поймать отскочивший от стены мяч. Закреплять умение ползать на четвереньках, сохранять направление движения. Упражнять в катании мяча по ограниченной поверхности. ОВД Бросание мяча о стену и ловля двумя руками Ползание на четвереньках. Катание мяча по	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 19 Мақсаты/ Цель: Учить бросать мяч о стену , соразмерять силу броска с возможностью поймать отскочивший от стены мяч. Закреплять умение ползать на четвереньках, сохранять направление движения. Упражнять в катании мяча по ограниченной поверхности. ОВД Бросание мяча о стену и ловля Ползание на четвереньках. Катание мяча по гимнастической скамейке. Игра: «Балапандар»	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 19 Мақсаты/ Цель: продолжать учить метать мяч в вертикальную цель энергичным выпрямлением руки, без остановки выполнять замах и бросок, развивать глазомер. Закреплять умение ползать на ладонях и коленях, контролировать свои действия , сохранять спину ровной. ОВД Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м, расстояние 2м). Ползание с мешочком на спине	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №8 ОРУ комплекс № 19 Мақсаты/ Цель: продолжать учить метать мяч в вертикальную цель энергичным выпрямлением руки, без остановки выполнять замах и бросок, развивать глазомер. Закреплять умение ползать на ладонях и коленях, контролировать свои действия , сохранять спину ровной. ОВД Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м, расстояние 2м). Ползание с мешочком на спине	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: продолжать учить метать мяч в вертикальную цель энергичным выпрямлением

	гимнастической скамейке. Игра: «Балапандар» Выполнять разные задания по сигналу педагога 9.30 –9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 19 Максаты/ Цель: Учить бросать мяч о стену , соразмерять силу броска с возможностью поймать отскочивший от стены мяч. Закреплять умение ползать на четвереньках, сохранять направление движения. Упражнять в катании мяча по ограниченной поверхности. ОВД Бросание мяча о стену и ловля двумя руками Ползание на четвереньках. Катание мяча по гимнастической скамейке. Игра: «Балапандар» Выполнять разные задания по сигналу педагога 10.00 –10.25 3 Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 19 Максаты/Цель: закрепить навык ходьбы с изменением темпа движения; продолжать развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, в прыжках. ОВД Ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движений	Выполнять разные задания по сигналу педагога 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 19 Максаты/ Цель: Учить бросать мяч о стену , соразмерять силу броска с возможностью поймать отскочивший от стены мяч. Закреплять умение ползать на четвереньках, сохранять направление движения. Упражнять в катании мяча по ограниченной поверхности. ОВД Бросание мяча о стену и ловля двумя руками Ползание на четвереньках. Катание мяча по гимнастической скамейке. Игра: «Балапандар» Выполнять разные задания по сигналу педагога 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 19 Максаты/Цель: закрепить навык ходьбы с изменением темпа движения; продолжать развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, в прыжках. ОВД Ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движений по команде; • ползание по гимнастической скамейке на животе,	(расстояние 6м). Игра: «Пронеси-не урони» Правильная походка, профилактика нарушения осанки. 9.30 -9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 19 Максаты/ Цель: продолжать учить метать мяч в вертикальную цель энергичным выпрямлением руки, без остановки выполнять замах и бросок, развивать глазомер. Закреплять умение ползать на ладонях и коленях, контролировать свои действия , сохранять спину ровной. ОВД Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м, расстояние 2м). Ползание с мешочком на спине (расстояние 6м). Игра: «Пронеси-не урони» Правильная походка, профилактика нарушения осанки. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 19 Максаты/ Цель: Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами. ОВД Ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движений	(расстояние 6м). Игра: «Пронеси-не урони» Правильная походка, профилактика нарушения осанки. 9.30 -9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 19 Максаты/ Цель: продолжать учить метать мяч в вертикальную цель энергичным выпрямлением руки, без остановки выполнять замах и бросок, развивать глазомер. Закреплять умение ползать на ладонях и коленях, контролировать свои действия, сохранять спину ровной. ОВД Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м, расстояние 2м). Ползание с мешочком на спине (расстояние 6м). Игра: «Пронеси-не урони» Правильная походка, профилактика нарушения осанки. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 19 Максаты/ Цель: Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами. ОВД Ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движений	руки, без остановки выполнять замах и бросок, развивать глазомер. Закреплять умение ползать на ладонях и коленях, контролировать свои действия , сохранять спину ровной. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Максаты/Цель: закрепить навык ходьбы с изменением темпа движения; продолжать развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, в прыжках.
--	---	---	---	--	---

	по команде; • ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками; • ходьба с перешагиванием через бруски (высота бруска 10 см); • прыжки на правой и левой ноге попеременно (дистанция 5 м). Подвижная игра: «Орамал» Цель: развивать у детей внимание, умение быстро реагировать на сигнал, совершенствовать навык бега.. 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 19 Максаты/Цель: закрепить навык ходьбы с изменением темпа движения; продолжать развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, в прыжках. ОВД Ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движений по команде; • ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками; • ходьба с перешагиванием через бруски (высота бруска 10 см); • прыжки на правой и левой ноге попеременно (дистанция 5 м).	подтягиваясь двумя руками; • ходьба с перешагиванием через бруски (высота бруска 10 см); • прыжки на правой и левой ноге попеременно (дистанция 5 м). Подвижная игра: «Орамал» Цель: развивать у детей внимание, умение быстро реагировать на сигнал, совершенствовать навык бега. 10.30 -10.55 4. Предшкольная группа №9 ОРУ комплекс № 19 Максаты/Цель: закрепить навык ходьбы с изменением темпа движения; продолжать развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, в прыжках. ОВД Ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движений по команде; • ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками; • ходьба с перешагиванием через бруски (высота бруска 10 см); • прыжки на правой и левой ноге попеременно (дистанция 5 м). Подвижная игра: «Орамал» Цель: развивать у детей внимание, умение быстро реагировать на сигнал,	по команде; игровое упражнение «Быстро в колонны!» • ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хватом рук с боков; • равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи (расстояние между мячами 3 шага ребенка); • прыжки на двух ногах между кеглями. Подвижная игра «Караси и щука». Ходьба колонной по одному. 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 19 Максаты/ Цель: Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами. ОВД Ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движений по команде; игровое упражнение «Быстро в колонны!» • ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хватом рук с боков; • равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи (расстояние между мячами 3 шага ребенка); • прыжки на двух ногах между	по команде; игровое упражнение «Быстро в колонны!» • ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хватом рук с боков; • равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи (расстояние между мячами 3 шага ребенка); • прыжки на двух ногах между кеглями. Подвижная игра «Караси и щука». Ходьба колонной по одному. 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 19 Максаты/ Цель: Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами. ОВД Ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движений по команде; игровое упражнение «Быстро в колонны!» • ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хватом рук с боков; • равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи (расстояние между мячами 3 шага ребенка); • прыжки на двух ногах между	
--	--	--	--	---	--

	Подвижная игра: «Орамал» Цель: развивать у детей внимание, умение быстро реагировать на сигнал, совершенствовать навык бега.	совершенствовать навык бега.	кеглями. Подвижная игра «Караси и щука». Ходьба колонной по одному.	кеглями. Подвижная игра «Караси и щука». Ходьба колонной по одному.	
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.				
Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов дошкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Организация предметно-развивающей среды, консультации для родителей
	15.20 -17.20 Обновление и пополнение картотек	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/Цель: закрепить навык ходьбы с изменением темпа движения; продолжать развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, в прыжках.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				

Заверяю
Методист
«Ясли- сад № 46 «Балбұлақ»
 Кобланова А. Р.

**Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2023 -2024 учебный год
май (27.05. – 31.05. 2024 г)**

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики	8.00-8.10 Проветривание Подготовка к утренней гимнастики				
Утренняя гимнастика	8.10- 8.30 КОМПЛЕКС УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ по плану воспитателей. Цель: Выполняют комплекс упражнений в заданном темпе, по частичному показу.				
Подготовка к ОД	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя)				
ОД 9.00 -11.15 при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 20 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить лазать по наклонной лесенке (положенной на 3 перекладину гимнастической стенки), держась обычным хватом за перекладины, координируя движения рук и ног, переходить на гимнастическую стенку и спускаться с нее. Закреплять умение отбивать мяч о пол плавным движением кисти рук, не хлопая по нему напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами. ОВД Лазание по наклонной лесенке с переходом на гимнастическую стенку. Отбивание мяча о пол одной рукой. Игра: «Мысык пен тышкан»	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№8 ОРУ комплекс № 20 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить лазать по наклонной лесенке (положенной на 3 перекладину гимнастической стенки), держась обычным хватом за перекладины, координируя движения рук и ног, переходить на гимнастическую стенку и спускаться с нее. Закреплять умение отбивать мяч о пол плавным движением кисти рук, не хлопая по нему напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами. ОВД Лазание по наклонной лесенке с переходом на гимнастическую стенку. Отбивание мяча о пол одной рукой. Игра: «Мысык пен тышкан»	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 ОРУ комплекс № 20 Мақсаты/ Цель: Учить сохранять устойчивое равновесие на горизонтальном бревне, ходить на носках по бревну, держать корпус и голову прямо, легко сходить с бревна. Закреплять умение лазать по наклонной лесенке, положенной с большим углом наклона (на 4 перекладину гимнастической стенки), держась за боковые брусья хватом: 4 пальца снизу, большой-сверху, перехватывать руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении. Упражнять в отбивании мяча о пол одной рукой. ОВД Ходьба прямо по горизонтальному бревну. Лазание по наклонной лесенке с переходом на гимнастическую	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №8 ОРУ комплекс № 20 Мақсаты/ Цель: Учить сохранять устойчивое равновесие на горизонтальном бревне, ходить на носках по бревну, держать корпус и голову прямо, легко сходить с бревна. Закреплять умение лазать по наклонной лесенке, положенной с большим углом наклона (на 4 перекладину гимнастической стенки), держась за боковые брусья хватом: 4 пальца снизу, большой-сверху, перехватывать руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении. Упражнять в отбивании мяча о пол одной рукой. ОВД Ходьба прямо по горизонтальному бревну. Лазание по наклонной лесенке с	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№7 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№8 10.00 – 10.20 3.Старшая группа№12 10.25-10.45 4.Старшая группа№3 Мақсаты/ Цель: Закреплять умение лазать по наклонной лесенке, положенной с большим углом наклона (на 4 перекладину гимнастической стенки), держась за боковые брусья хватом: 4 пальца снизу, большой-сверху, перехватывать руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении.

	Бегать свободно, координировать движения рук и ног. 9.30 – 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 20 Максаты/ Цель: Продолжать учить лазать по наклонной лесенке (положенной на 3 перекладину гимнастической стенки), держась обычным хватом за перекладины, координируя движения рук и ног, переходить на гимнастическую стенку и спускаться с нее. Закреплять умение отбивать мяч о пол плавным движением кисти рук, не хлопая по нему напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами. ОВД Лазание по наклонной лесенке с переходом на гимнастическую стенку. Отбивание мяча о пол одной рукой. Игра: «Мысык пен тышкан» Бегать свободно, координировать движения рук и ног. 10.00 –10.25 3. Предшкольная группа №10 ОРУ комплекс № 20 Максаты/Цель: Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках. ОВД Ходьба, высоко поднимая бедро, бег в среднем темпе (продолжительность до 1 минуты). • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти	Бегать свободно, координировать движения рук и ног. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 3 ОРУ комплекс № 20 Максаты/ Цель: Продолжать учить лазать по наклонной лесенке (положенной на 3 перекладину гимнастической стенки), держась обычным хватом за перекладины, координируя движения рук и ног, переходить на гимнастическую стенку и спускаться с нее. Закреплять умение отбивать мяч о пол плавным движением кисти рук, не хлопая по нему напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами. ОВД Лазание по наклонной лесенке с переходом на гимнастическую стенку. Отбивание мяча о пол одной рукой. Игра: «Мысык пен тышкан» Бегать свободно, координировать движения рук и ног. 10.00 - 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 20 Максаты/Цель: Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках. ОВД Ходьба, высоко поднимая бедро, бег в среднем темпе (продолжительность до 1 минуты). • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше;	стенку Отбивание мяча о пол одной рукой. Игра: «Мы веселые ребята» Согласовывать свои действия с действиями других. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа № 12 ОРУ комплекс № 20 Максаты/ Цель: Учить сохранять устойчивое равновесие на горизонтальном бревне, ходить на носках по бревну, держать корпус и голову прямо, легко сходить с бревна. Закреплять умение лазать по наклонной лесенке, положенной с большим углом наклона (на 4 перекладину гимнастической стенки), держась за боковые брусья хватом: 4 пальца снизу, большой-сверху, перехватывать руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении. Упражнять в отбивании мяча о пол одной рукой. ОВД Ходьба прямо по горизонтальному бревну. Лазание по наклонной лесенке с переходом на гимнастическую стенку Отбивание мяча о пол одной рукой. Игра: «Мы веселые ребята» Согласовывать свои действия с действиями других. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 10 ОРУ комплекс № 20 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча. ОВД	переходом на гимнастическую стенку Отбивание мяча о пол одной рукой. Игра: «Мы веселые ребята» Согласовывать свои действия с действиями других. 9.30 - 9.50 2. Старшая группа №3 ОРУ комплекс № 20 Максаты/ Цель: Учить сохранять устойчивое равновесие на горизонтальном бревне, ходить на носках по бревну, держать корпус и голову прямо, легко сходить с бревна. Закреплять умение лазать по наклонной лесенке, положенной с большим углом наклона (на 4 перекладину гимнастической стенки), держась за боковые брусья хватом: 4 пальца снизу, большой-сверху, перехватывать руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении. Упражнять в отбивании мяча о пол одной рукой. ОВД Ходьба прямо по горизонтальному бревну. Лазание по наклонной лесенке с переходом на гимнастическую стенку Отбивание мяча о пол одной рукой. Игра: «Мы веселые ребята» Согласовывать свои действия с действиями других. 10.00 – 10.25 3. Предшкольная группа № 2 ОРУ комплекс № 20 Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча. ОВД	Упражнять в отбивании мяча о пол одной рукой. 10.50 -11.15 5. Предшкольная группа № 2 Максаты/Цель: Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках.
--	---	---	--	---	--

	дальше; • прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед (дистанция 5 м). Подвижная игра: «Охотники и зайцы» Цель: действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч стараясь попасть в цель. Развивать ловкость, глазомер 10.30 - 10.55 4. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс № 20 Максаты/Цель: Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках. ОВД Ходьба, высоко поднимая бедро, бег в среднем темпе (продолжительность до 1 минуты). • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше; • прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед (дистанция 5 м). Подвижная игра: «Охотники и зайцы» Цель: действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч стараясь попасть в цель. Развивать ловкость, глазомер	• прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед (дистанция 5 м). Подвижная игра: «Охотники и зайцы» Цель: действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч стараясь попасть в цель. Развивать ловкость, глазомер 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа № 9 ОРУ комплекс № 20 Максаты/Цель: Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках. ОВД Ходьба, высоко поднимая бедро, бег в среднем темпе (продолжительность до 1 минуты). • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше; • прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед (дистанция 5 м). Подвижная игра: «Охотники и зайцы» Цель: действовать по сигналу. Закреплять умение бросать мяч стараясь попасть в цель. Развивать ловкость, глазомер	Ходьба с перешагиванием через шнуры; бег с перешагиванием через шнуры; ходьба и бег врассыпную. ОВД • прыжки в длину с разбега; • перебрасывание мяча (диаметр 20 см) друг другу двумя руками от груди; • ползание по прямой на ладонях и ступнях. Подвижная игра «Не оставайся на полу». III часть. Ходьба в колонне по одному. 10.30 – 10.55 4. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс № 19 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча. ОВД Ходьба с перешагиванием через шнуры; бег с перешагиванием через шнуры; ходьба и бег врассыпную. ОВД • прыжки в длину с разбега; • перебрасывание мяча (диаметр 20 см) друг другу двумя руками от груди; • ползание по прямой на ладонях и ступнях. Подвижная игра «Не оставайся на полу». III часть. Ходьба в колонне по одному.	Ходьба с перешагиванием через шнуры; бег с перешагиванием через шнуры; ходьба и бег врассыпную. ОВД • прыжки в длину с разбега; • перебрасывание мяча (диаметр 20 см) друг другу двумя руками от груди; • ползание по прямой на ладонях и ступнях. Подвижная игра «Не оставайся на полу». III часть. Ходьба в колонне по одному.
Прогулка	11.20-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.			

Самостоятельная работа в зале	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание				
Работа по самообразованию	14.00.-15.30 Консультации для педагогов старших групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, Составление планов занятий, сценариев развлечений.	14.00.-15.30 Консультации для педагогов предшкольных групп	14.00.-15.30 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14.00.-15.30 Организация предметно-развивающей среды, консультации для родителей
	15.20 -17.20 Обновление и пополнение картотек	15.30 -17.20 Изготовление нестандартного оборудования,	15.30 -17.20 Работа с документами, методической литературой	15.30 -17.20 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.	15.30 -15.55 Предшкольная группа №9 16.20-16.45 Предшкольная группа №10 16.50- 17.15 Предшкольная группа №11 Максаты/Цель: Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках.
Организационные моменты	17.20-17.25 Уборка оборудования, проверка окон, соблюдение техники безопасности и ППБ.				