

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

**Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2024 -2025 учебный год**  
**Сентябрь (2.09 – 6.09. 2024 год)**

Апта дэйексөзі: «Білім - қымбат қазына, қанағат тұтпа азына» Цитата недели: «Знания - драгоценное сокровище, не довольствуйся малым» (Музафар Әлімбаев)					
<b>Задача:</b> Учить владеть основными основными видами движений; знать и соблюдать правила безопасности при проведении НОД в спортивном зале и на улице. <b>Тема:</b> Наш спортивный зал					
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 -11.00	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Учить находить свое место в колонне. Закреплять умение энергично отталкиваться от пола двумя ногами одновременно. Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры. Подскоки вверх на месте. Ходьба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 м).	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№9 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Учить находить свое место в колонне. Закреплять умение энергично отталкиваться от пола двумя ногами одновременно. Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры. Подскоки вверх на месте. Ходьба между двумя линиями	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Учить находить свое место в колонне. Закреплять умение энергично отталкиваться от пола двумя ногами одновременно. Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры. Подскоки вверх на месте. Ходьба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 м).	9.00 – 9.20 Старшая группа№9 ОРУ комплекс №1 Максаты/ Цели: Учить находить свое место в колонне. Закреплять умение энергично отталкиваться от пола двумя ногами одновременно. Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры. Подскоки вверх на месте. Ходьба между двумя линиями	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№9 Максаты/ Цели: Учить находить свое место в колонне. Закреплять умение энергично отталкиваться от пола двумя ногами одновременно. Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади

<p>подвижная игра «Найди свою пару» 9.25–9.50</p> <p>2. Предшкольная группа № 3 ОРУ комплекс №1 Мақсаты/ 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. Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе (колени не сгибать); бег в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба врассыпную; бег врассыпную; перестроение в колонну по два в движении. • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на пояс; • прыжки на двух ногах с продвижением вперед, энергично отталкиваясь от пола (дистанция 4 м); •перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние между детьми 2 м), бросая мяч двумя руками снизу. Игра малой подвижности «У кого мяч?». 9.50 – 10.15</p>	<p>(ширина 15 см, длина 3 м). подвижная игра «Найди свою пару» 9.25–9.50</p> <p>2. Предшкольная группа № 8 ОРУ комплекс №1 Мақсаты/ 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. Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе (колени не сгибать); бег в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба врассыпную; бег врассыпную; перестроение в колонну по два в движении. • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на пояс; • прыжки на двух ногах с продвижением вперед, энергично отталкиваясь от пола ( 4 м); •перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние между детьми 2 м), бросая мяч двумя руками снизу. Игра малой подвижности «У кого мяч?».</p>	<p>подвижная игра «Найди свою пару» 9.25 - 9.50</p> <p>2. Предшкольная группа №3 ОРУ комплекс №1 Мақсаты/ 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. Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе (колени не сгибать); бег в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба врассыпную; бег врассыпную; перестроение в колонну по два в движении. • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на пояс; • прыжки на двух ногах с продвижением вперед, энергично отталкиваясь от пола ( 4 м); •перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние между детьми 2 м), бросая мяч двумя руками снизу. Игра малой подвижности «У кого мяч?». 10.20–10.45</p> <p>3. Предшкольная группа №7 ОРУ комплекс №1</p>	<p>(ширина 15 см, длина 3 м). подвижная игра «Найди свою пару» 9.25–9.50</p> <p>2. Предшкольная группа № 8 ОРУ комплекс №1 Мақсаты/ 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. Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе (колени не сгибать); бег в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба врассыпную; бег врассыпную; перестроение в колонну по два в движении. • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на пояс; • прыжки на двух ногах с продвижением вперед, энергично отталкиваясь от пола ( 4 м); •перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние между детьми 2 м), бросая мяч двумя руками снизу. Игра малой подвижности «У кого мяч?». Игра малой подвижности «У кого мяч?».</p>	<p>опоры. 10.15– 10.35 3.Предшкольная группа № 3 10.40 -11.00 4. Предшкольная группа № 8 Мақсаты/ 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.</p>
--	---	--	---	---

	<p>3. Предшкольная группа № 3 ОРУ комплекс №1          Мақсаты/ 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.          Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе (колени не сгибать); бег в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба враспынную; бег враспынную; перестроение в колонну по два в движении.          • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на пояс;          • прыжки на двух ногах с продвижением вперед, энергично отталкиваясь от пола (дистанция 4 м);          •перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние между детьми 2 м), бросая мяч двумя руками снизу.          Игра малой подвижности «У кого мяч?».</p>	<p>10.20 – 10.45          3. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс №1          Мақсаты/ 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.          Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе (колени не сгибать); бег в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба враспынную; бег враспынную; перестроение в колонну по два в движении.          • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на пояс;          • прыжки на двух ногах с продвижением вперед, энергично отталкиваясь от пола (4 м);          •перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние между детьми 2 м), бросая мяч двумя руками снизу.          Игра малой подвижности «У кого мяч?».</p>	<p>Мақсаты/ 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.          Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе (колени не сгибать); бег в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба враспынную; бег враспынную; перестроение в колонну по два в движении.          • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на пояс;          • прыжки на двух ногах с продвижением вперед, энергично отталкиваясь от пола ( 4 м);          •перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние между детьми 2 м), бросая мяч двумя руками снизу.          Игра малой подвижности «У кого мяч?».</p>	<p>10.20 – 10.45          3. Предшкольная группа № 11 ОРУ комплекс №1          Мақсаты/ 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.          Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе (колени не сгибать); бег в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба враспынную; бег враспынную; перестроение в колонну по два в движении.          • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на пояс;          • прыжки на двух ногах с продвижением вперед, энергично отталкиваясь от пола (4 м);          •перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние между детьми 2 м), бросая мяч двумя руками снизу.          Игра малой подвижности «У кого мяч?».</p>	
Прогулка	11.10-12.10 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- 16.05 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14. 00.-15.20 Организация предметно-развивающей среды
		15.20 -15.40 Предшкольная группа № 7 15.45 – 16.05 Предшкольная группа №11 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.

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

**Циклограмма Од инструктора по физической культуре на 2024 -2025 учебный год**  
**сентябрь (9.09-13.09)**  
**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024 - 2025 оқу жылына арналған**  
**ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы**  
**қыргүйек айы (9.09-13.09)**

Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.10 Проветривание. Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	8.10- 8.30 Утренняя гимнастика по плану воспитателей. Таңғы жаттығу				
Подготовка к Од Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя) Атрибуттарды дайындау, залды дымкыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)				
Ұйымдастырылған іс-әрекет Од 9.00 -11.00	<b>9.00 – 9.20</b> 1. Ересек топ №12 Тақырыбы: «Біз ақылды балалармыз» ЖДЖ №1 Мақсаты/Цель: Формировать навыки ходьбы в колонне по одному; навыки катания мячей друг другу; навыки	<b>9.00 – 9.20</b> 1. Старшая группа №9 Тема: "Мы ловкие ребята" ОРУ комплекс №1 Мақсаты/Цель: Формировать навыки ходьбы в колонне по одному; навыки катания мячей друг другу; навыки обычного бега, Совершенствовать умение огибать предметы слева и	<b>9.00 – 9.20</b> 1. Ересек топ №12 ЖДЖ №1 Тақырыбы: «Біз ақылды балалармыз» Мақсаты: продолжать учить прокатывать мяч друг другу из исходного положения сед на пятки, сохраняя направление движения мяча.	<b>9.00 – 9.20</b> 1. Старшая группа №9 Тема: "Мы ловкие ребята" ОРУ комплекс №1 Мақсаты/ Цель: продолжать учить прокатывать мяч друг другу из исходного положения сед на пятки, сохраняя направление движения мяча.. Закреплять умение прыжком ставить ноги врозь и вместе,	<b>9.00 – 9.20</b> 1. Старшая группа №12 9.25 – 9.45 2. Старшая группа №9 10.15– 10.35 Мақсаты/Цель: Формировать навыки ходьбы в колонне по одному; навыки катания мячей друг другу; навыки

<p>обычного бега, Совершенствовать умение огибать предметы слева и справа. <b>Основные движения:</b> 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: «Подарки» Действовать соответственно игровому 9.25 – 9.45</p> <p>3.Предшкольная группа №3 Тема: «Бросаем мяч быстро» 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. <b>ОВД</b> Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному, продолжительность до 1 минуты, темп бега умеренный; переход на</p>	<p>справа. <b>Основные движения:</b> 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: «Подарки» Действовать соответственно игровому образу. 9.25 – 9.45</p> <p>2. Мектепалды топ №8 ЖДЖ №1 Такырыбы: "Допты тез лактырамыз". Мақсаты: 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. <b>ОВД</b> 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</p>	<p>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. <b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа № 3 Комплекс №1 Мақсаты/ Цели: закреплять умение 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. <b>ОВД</b> 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.</p>	<p>слегка сгибая ноги в коленях. Упражнять в ходьбе по залу в разном направлении. Совершенствовать умение огибать предметы слева и справа. <b>ОВД</b> 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</p> <p>2. Мектепалды топ №8 ЖДЖ №1 Такырыбы: "Допты тез лактырамыз". Такырыбы: "Допты тез лактырамыз". Мақсаты/ 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. <b>ОВД</b> Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному, продолжительность до 1 минуты, темп бега умеренный; переход на ходьбу.</p>	<p>обычного бега, Совершенствовать умение огибать предметы слева и справа. 3.Предшкольная группа № 3 10.40 -11.00 4. Предшкольная группа № 8 Мақсаты/Цель: 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.</p>
---	--	---	---	--

	<p>ходьбу. Упражнения в прыжках. Игровые упражнения с мячом: бросание мяча вверх двумя руками, бросание об пол двумя руками. Подвижная игра «Балапандар» 9.50 – 10.10</p> <p>3. Предшкольная группа №7</p> <p>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.</p> <p>Упражнения в прыжках. Игровые упражнения с мячом: бросание мяча вверх двумя руками, бросание об пол двумя руками. Подвижная игра «Балапандар»</p>	<p>руками, бросание об пол двумя руками. Подвижная игра «Балапандар» 10.20-10.45</p> <p>3. Предшкольная группа №11</p> <p>ЖДЖ №1</p> <p>Тақырыбы: "Допты тез лақтырамыз".</p> <p>Мақсаты: 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.</p> <p>Упражнения в прыжках. Игровые упражнения с мячом: бросание мяча вверх двумя руками, бросание об пол двумя руками. Подвижная игра «Балапандар»</p>	<p>Игровые упражнения с мячом: бросание мяча вверх двумя руками, бросание об пол двумя руками. Подвижная игра «Балапандар» 10.20 –10.40</p> <p>3. Предшкольная группа №7</p> <p>4. Комплекс №1</p> <p>Мақсаты/ Цели: закреплять умение 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.</p> <p>Упражнения в прыжках. Игровые упражнения с мячом: бросание мяча вверх двумя руками, бросание об пол двумя руками. Подвижная игра «Балапандар»</p>	<p>Упражнения в прыжках. Игровые упражнения с мячом: бросание мяча вверх двумя руками, бросание об пол двумя руками. Подвижная игра «Балапандар» 10.20 –10.40</p> <p>3. Мектепалды топ №11</p> <p>ЖДЖ №1</p> <p>Тақырыбы: "Допты тез лақтырамыз".</p> <p>Тақырыбы: "Допты тез лақтырамыз".</p> <p>Мақсаты/ 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.</p> <p>Упражнения в прыжках. Игровые упражнения с мячом: бросание мяча вверх двумя руками, бросание об пол двумя руками. Подвижная игра «Балапандар»</p>	
--	--	--	---	---	--

Серуен Прогулка	<p style="text-align: center;">11.10-12.10</p> <p style="text-align: center;">Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.</p> <p style="text-align: center;">Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.</p>	
Самостоятельная работа в зале Залдағы өзіндік жұмыс	<p style="text-align: center;">12.15-13.00</p> <p>Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг деятельности детей.</p> <p style="text-align: center;">Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.</p>	
Өзіндік жұмыс Работа по самообразованию	<p>14.00- 16.05</p> <p>Работа с документацией, написание планов, циклограмм.</p>	<p>14. 00.-15.20 Организация предметно-развивающей среды</p> <p>15.20 -15.40 Предшкольная группа № 7</p> <p>15.45 – 16.05 Предшкольная группа №11</p> <p>Мақсаты/ 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.</p>

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

**Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2024 -2025 учебный год**  
**сентябрь (16.09-20.09)**  
**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024 - 2025 оқу жылына арналған**  
**ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы**  
**қыркүйек айы (16.09-20.09)**

Апта дәйексөзі: «Ақырын жүріп анық бас, еңбегің кетпес далаға!» /Абай/ Цитата недели: «Иди медленно, но ступай уверенно, не пропадет твой честный труд» /Абай/					
Задачи: учить ценить здоровье, здоровый образ жизни; формирование двигательных умений и навыков; накапливать и обогащать двигательный опыт детей (овладение основными движениями)					
Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.10 Проветривание. Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	8.10- 8.30 Утренняя гимнастика по плану воспитателей. Таңғы жаттығу				
Подготовка к ОД Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя) Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)				
ОД 9.00 -11.00	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 ОРУ комплекс №2 Тақырыбы /Тема: «Игры на поляне»	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№ 9 ОРУ комплекс №2 Тақырыбы /Тема: «Игры на поляне»	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 ОРУ комплекс №2 Тақырыбы /Тема: «Игры на поляне»	9.00 – 9.20 1. Старшая группа№9 ОРУ комплекс №2 Тақырыбы /Тема: «Игры на поляне»	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№9 Мақсаты/ Цель:

<p>Мақсаты/ Цели: Учить выполнять подскоки одна нога вперед, другая назад. Закреплять умение бегать легко и ритмично с естественными движениями рук, не выходя из колонны.</p> <p><b>Основные движения:</b> 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» Развивать внимание и быстроту реакции, умение находить себе пару 9.25 –9.45</p> <p>2. Предшкольная группа № 3 ОРУ комплекс №2 Тақырыбы /Тема: «Делай с нами, делай лучше нас» Мақсаты/ 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. <b>ОВД</b> Ходьба в колонне по одному. По сигналу переход на ходьбу в медленном темпе. Ходьба в различном темпе в</p>	<p>Мақсаты/ Цели: Учить выполнять подскоки одна нога вперед, другая назад. Закреплять умение бегать легко и ритмично с естественными движениями рук, не выходя из колонны.</p> <p><b>Основные движения:</b> 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» Развивать внимание и быстроту реакции, умение находить себе пару 9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа № 8 Тақырыбы /Тема:«Делай с нами, делай лучше нас» ОРУ комплекс №2 Мақсаты/ 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</p>	<p>Мақсаты/ 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</p> <p><b>Основные движения:</b> 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: «Қасқыр мен қоян» Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге, в прыжках на обеих ногах, в приседании, ловле 9.25 - 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа № 3 Тақырыбы /Тема:«Делай с нами, делай лучше нас» ОРУ комплекс №2(с мячом) Мақсаты/ 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. <b>ОВД</b> • пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край, в</p>	<p>Мақсаты/ 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</p> <p><b>Основные движения:</b> 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: «Қасқыр мен қоян» Цель: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге, в прыжках на обеих ногах, в приседании, ловле 9.25 - 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа №8 Тақырыбы /Тема:«Делай с нами, делай лучше нас» ОРУ комплекс №2(с мячом) Мақсаты/ 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. <b>ОВД</b> • пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край, в</p>	<p>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 10.15– 10.35 3.Предшкольная группа № 3 10.40 -11.00 4. Предшкольная группа № 8 Мақсаты/ 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.</p>
--	--	---	--	---

<p>чередовании с обычной ходьбой. Бросание мяча вверх, о стену и ловля. Перебрасывание мячей друг другу. Упражнения в ползании по скамейке и равновесии. П/И «Мы веселые ребята». Цель: развивать ловкость, увертливость; совершенствовать умение соблюдать правила игры. 9.50 – 10.10</p> <p>3. Предшкольная группа №7 ОРУ комплекс №2 Такырыбы /Тема: «Делай с нами, делай лучше нас» Мақсаты/ 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. Упражнения в ползании по скамейке и равновесии. П/И «Мы веселые ребята».</p>	<p>ходьбой. <b>ОВД</b> Бросание мяча вверх, о стену и ловля. Перебрасывание мячей друг другу. Упражнения в ползании по скамейке и равновесии. П/И «Мы веселые ребята». Цель:развивать ловкость, увертливость; совершенствовать умение соблюдать правила игры. 10.20-10.40</p> <p>3. Предшкольная группа № 11 Такырыбы /Тема: ОРУ комплекс №2 Мақсаты/ 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. Упражнения в ползании по скамейке и равновесии. П/И «Мы веселые ребята». Цель: развивать ловкость,</p>	<p>плотной группировке; •равновесие – ходьба, перешагивая через препятствие – бруски или кубики, сохраняя правильную осанку; • прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (4 м). П/и Аншылар мен қояндар» учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперед врассыпную, действовать по сигналу 10.20 –10.45</p> <p>3. Предшкольная группа № 7 Такырыбы /Тема:«Делай с нами, делай лучше нас» ОРУ комплекс №2(с мячом) Мақсаты/ 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 (4 м). П/и: Аншылар мен қояндар» учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперед</p>	<p>плотной группировке; •равновесие – ходьба, перешагивая через препятствие – бруски или кубики, сохраняя правильную осанку; • прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (4 м). П/и Аншылар мен қояндар» Цель: учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперед врассыпную, действовать по сигналу 10.20 –10.45</p> <p>4. Предшкольная группа №11 Такырыбы /Тема:«Делай с нами, делай лучше нас» ОРУ комплекс №2(с мячом) Мақсаты/ 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 Аншылар мен қояндар» учить детей прыгать на двух</p>	
--	---	--	---	--

	Цель: развивать ловкость, увертливость; совершенствовать умение соблюдать правила игры.	увертливость; совершенствовать умение соблюдать правила игры.	врассыпную, действовать по сигналу	ногах с продвижением вперед врассыпную, действовать по сигналу	
Серуен Прогулка	11.10-12.10				
	Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений. Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Самостоятельная работа в зале Залдағы өзіндік жұмыс	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. Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс Работа по самообразованию	14.00- 16.05 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.				14. 00.-15.20 Организация предметно-развивающей среды 15.20 -15.40 Предшкольная группа № 7 15.45 – 16.05 Предшкольная группа №11 Мақсаты/ 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.

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

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024 - 2025 оқу жылына арналған  
ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы  
қыркүйек айы (23.09-27.09)  
Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2024 -2025 учебный год  
сентябрь (23.09-27.09)**

Апта дәйексөзі: Еңбек — жай ғана қызмет емес, адам болмысының айнасы. /Абай/ Цитата недели: «Труд- это не просто должность, а зеркало всей сущности человека» /Абай/					
Задачи: развивать творческие способности воспитанников через различные двигательные умения и навыки;					
Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.10 Проветривание. Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	8.10- 8.30 Утренняя гимнастика по плану воспитателей. Таңғы жаттығу				
Прдготовка к ОД Ұйымдастырыл ған іс-әрекетке дайындық	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя) Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)				
ОД 9.00 -11.00	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 ОРУ комплекс №2 Тақырыбы /Тема: «Учимся	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№ 9 ОРУ комплекс №2 Тақырыбы /Тема: «Учимся	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 ОРУ комплекс №2 Тақырыбы /Тема: «Учимся быть	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№ 9 ОРУ комплекс №2 Тақырыбы /Тема: «Учимся быть	Национальные игры Тақырыбы /Тема: «Национальная игра – сокровище нации»

	<p>быть ловкими»          Мақсаты/ Цели: Учить ползать на четвереньках под верёвку, не касаясь ее головой.. Закреплять умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, развивать глазомер.  <b>Основные движения:</b>          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          9.25 –9.45</p> <p>2. Предшкольная группа № ОРУ комплекс №2          Тақырыбы /Тема: «Путешествие в страну Спортландия».          Мақсаты/ 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  <b>ОВД</b>          Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному (продолжительность</p>	<p>быть ловкими»          Мақсаты/ Цели: Учить ползать на четвереньках под верёвку, не касаясь ее головой. Закреплять умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, развивать глазомер.  <b>Основные движения:</b>          Ползание под верёвку, закреплённую 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          9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа № 8 ОРУ комплекс №2          Тақырыбы /Тема: «Путешествие в страну Спортландия».          Мақсаты/ 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  <b>ОВД</b>          Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному (продолжительность до 1 минуты; темп бега</p>	<p>ловкими»          Мақсаты/ Цель: Учить ходить по шнуру , положенному прямо, сохраняя равновесие; закреплять умение согласовывать движения рук и ног  <b>Основные движения:</b>          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          9.25 –9.45</p> <p>2. Предшкольная группа № 3 ОРУ комплекс №2          Тақырыбы /Тема: «Путешествие в страну Спортландия».          Мақсаты/ 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  <b>ОВД</b>          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;</p>	<p>ловкими»          Мақсаты/ Цель: Учить ходить по шнуру , положенному прямо, сохраняя равновесие; закреплять умение согласовывать движения рук и ног  <b>Основные движения:</b>          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          9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа № 8 ОРУ комплекс №2          Тақырыбы /Тема: «Путешествие в страну Спортландия».          Мақсаты/ 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  <b>ОВД</b>          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;</p>	<p>9.00 – 9.20</p> <p>1.Старшая группа№9          2.Старшая группа№12          Игра: "Арқан тарту"          (Перетягивание каната) Цель: развитие двигательной активности.          Игра: «Куыспак»          Упражнения в равновесии.          Умение быстро находить место на повышенной площади опоры          Игра: «Орнынды тап».          Развивать внимание, умение быстро находить свое место.          9.30 – 9.50</p> <p>1.. Предшкольная группа № 3          2. Предшкольная группа №8          Игра: "Арқан тарту"          (Перетягивание каната) Цель: развитие двигательной активности.          Игра: «Орамал ».          Цель: развивать у детей внимание, умение быстро реагировать на сигнал,</p>
--	--	---	--	---	---

	<p>до 1 минуты; темп бега умеренный) переход на ходьбу.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край, в плотной группировке;</li> <li>• равновесие – ходьба, перешагивая через препятствие – бруски или кубики, сохраняя правильную осанку;</li> <li>• прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен (дистанция 3–4 м).</li> </ul> <p>П/и «Найди свою пару» 9.50 – 10.10</p> <p>3. Предшкольная группа №7 ОРУ комплекс №2 Такырыбы /Тема: «Путешествие в страну «Спортландия». 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</p> <p><b>ОВД</b> Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному (продолжительность до 1 минуты; темп бега умеренный) переход на ходьбу.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пролезание в обруч боком,</li> </ul>	<p>умеренный) переход на ходьбу.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край, в плотной группировке;</li> <li>• равновесие – ходьба, перешагивая через препятствие – бруски или кубики, сохраняя правильную осанку;</li> <li>• прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен (дистанция 3–4 м).</li> </ul> <p>П/и «Найди свою пару» 10.20 – 10.40</p> <p>3. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс №2 Такырыбы /Тема: «Путешествие в страну «Спортландия». 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</p> <p><b>ОВД</b> Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному (продолжительность до 1 мин; темп бега умеренный) переход на ходьбу.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край, в плотной группировке;</li> <li>• равновесие – ходьба,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• равновесие – ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом, руки на пояс, голову и спину держать прямо;</li> <li>• броски мяча вверх двумя руками и ловля его, броски мяча вверх и ловля его двумя руками</li> </ul> <p>Игра: «Орамал».</p> <p>Цель: развивать у детей внимание, умение быстро реагировать на сигнал, совершенствовать навык бега</p> <p>10.20 – 10.40</p> <p>3. Предшкольная группа №7 ОРУ комплекс №2 Такырыбы /Тема: «Путешествие в страну «Спортландия». 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</p> <p><b>ОВД</b> Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному (продолжительность до 1 минуты; темп бега умеренный) переход на ходьбу..</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени;</li> <li>• равновесие – ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом, руки на пояс, голову и спину держать прямо;</li> <li>• броски мяча вверх двумя руками и ловля его, броски мяча вверх и</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• равновесие – ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом, руки на пояс, голову и спину держать прямо;</li> <li>• броски мяча вверх двумя руками и ловля его, броски мяча вверх и ловля его двумя руками.</li> </ul> <p>Игра: «Орамал».</p> <p>Цель: развивать у детей внимание, умение быстро реагировать на сигнал, совершенствовать навык бега</p> <p>10.20 – 10.40</p> <p>3. Предшкольная группа №11 ОРУ комплекс №2 Такырыбы /Тема: «Путешествие в страну «Спортландия». 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</p> <p><b>ОВД</b> Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в колонне по одному (продолжительность до 1 минуты; темп бега умеренный) переход на ходьбу..</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени;</li> <li>• равновесие – ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом, руки на пояс, голову и спину держать прямо;</li> <li>• броски мяча вверх двумя руками и ловля его, броски мяча вверх и</li> </ul>	<p>совершенствовать навык бега</p> <p>Игра: "Аңшылар мен қояндар" (Охотники и зайцы) Цель: развитие умения работать в команде.</p>
--	--	---	--	--	--

	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»	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»	ловля его двумя руками. Игра: «Орамал». Цель: развивать у детей внимание, умение быстро реагировать на сигнал, совершенствовать навык бега	ловля его двумя руками Игра: «Орамал». Цель: развивать у детей внимание, умение быстро реагировать на сигнал, совершенствовать навык бега	
Серуен Прогулка	11.10-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений. Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Самостоятельная работа в зале Залдағы өзіндік жұмыс	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. Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс Работа по самообразованию	14.00- 16.05 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.			14. 00.-15.20 Организация предметно-развивающей среды 15.20 -15.40 Предшкольная группа № 7 15.45 – 16.05 Предшкольная группа №11 Игра: "Арқан тарту" (Перетягивание каната) Цель: развитие двигательной активности. Игра: «Орамал». Цель: развивать у детей внимание,	

		<p>умение быстро реагировать на сигнал, совершенствовать навык бега Игра: "Аңшылар мен қояндар" (Охотники и зайцы) Цель: развитие умения работать в команде.</p>
--	--	--

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

**Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2024 -2025 учебный год  
сентябрь (30.09-04.10)**

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024 - 2025 оқу жылына арналған  
ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы  
қыркүйек- қазан айы (30.09-04.10)**

Апта дәйексөзі: «Ел-жұртымның бақыты аталатын, сөнбесін мәңгі сенің, Отан, атың!»					
Цитата недели: «Пусть страна - это счастье, пусть не угаснет навсегда твоя, Родина, имя твое!»					
Задачи: формирование двигательных умений и навыков; накапливать и обогащать двигательный опыт детей (овладение основными движениями)					
Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.10 Проветривание. Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	8.10- 8.30 Утренняя гимнастика по плану воспитателей. Таңғы жаттығу				
Прдготовка к ОД Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя) Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)				
ОД 9.00 – 11.00	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 ОРУ комплекс №3 Тақырыбы /Тема: «Мы сильные, ловкие, смелые» ОРУ комплекс №3 Мақсаты/ Цель: Учить ходить по шнуру, положенному по кругу,	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 ОРУ комплекс №3 Тақырыбы /Тема: «Мы сильные, ловкие, смелые» ОРУ комплекс №3 Мақсаты/ Цель: Учить ходить по шнуру, положенному по	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 ОРУ комплекс №3 Тақырыбы /Тема: «Мы сильные, ловкие, смелые» Мақсаты/ Цели: Учить ритмично ходить и бегать в колонне, сохраняя строй,	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№ 9 ОРУ комплекс №3 Тақырыбы /Тема: «Мы сильные, ловкие, смелые» Мақсаты/ Цель: Учить ритмично ходить и бегать в колонне, сохраняя строй,	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№9 Мақсаты/ Цель: Учить ходить по

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.  
9.25 – 9.45  
2. Предшкольная группа №3  
Такырыбы /Тема: «Я буду здоровым»  
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».

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.  
9.25 – 9.45  
2. Предшкольная группа №8  
Такырыбы /Тема: «Я буду здоровым»  
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).

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: «Сокыр теке».  
Развивать внимание, быстроту реакции  
9.25 - 9.45  
2. Предшкольная группа №3  
Такырыбы /Тема: «Я буду здоровым»  
ОРУ комплекс № 3  
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»

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: «Сокыр теке».  
Развивать внимание быстроту реакции  
9.25 - 9.45  
2. Предшкольная группа № 8  
Такырыбы /Тема: «Я буду здоровым»  
ОРУ комплекс № 3  
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.

шнуру, положенному по кругу, сохраняя равновесие.  
Закреплять умение не задевать веревку при подлезании.  
Развивать координацию работы рук и ног при ползании на четвереньках.  
10.15– 10.35  
3.Предшкольная группа № 3  
10.40- 11.00  
4. Предшкольная группа № 8  
Мақсаты/ Цель:  
Упражнять детей в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча, развивать глазомер

	<p>9.50 – 10.10</p> <p>3. Предшкольная группа №7 Тақырыбы /Тема: «Я буду здоровым» 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».</p>	<p>III часть. Игра малой подвижности «Найди и промолчи».</p> <p>10.20 – 10.45</p> <p>3. Предшкольная группа №11 Тақырыбы /Тема: «Я буду здоровым» 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».</p>	<p>10.20 – 10.45</p> <p>3. Предшкольная группа №7 Тақырыбы /Тема: «Я буду здоровым» ОРУ комплекс №3 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»</p>	<p>П/и «Аншылар мен қояндар»</p> <p>10.20 – 10.45</p> <p>3. Предшкольная группа №11 Тақырыбы /Тема: «Я буду здоровым» ОРУ комплекс №3 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»</p>	
Серуен Прогулка	<p>11.10-12.10</p> <p>Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений. Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.</p>				
Самостоятельная работа в зале Залдағы өзіндік жұмыс	<p>12.15-13.00</p> <p>Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг деятельности детей. Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.</p>				

Өзіндік жұмыс Работа по самообразованию	14.00- 16.05 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	14. 00.-15.20 Организация предметно- развивающей среды
		15.20 -15.40 Предшкольная группа № 7 15.45 – 16.05 Предшкольная группа №11 Мақсаты/ Цель: Упражнять детей в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча, развивать глазомер

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

**Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2024 -2025 учебный год**  
**октябрь (7.10-11.10)**

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024 - 2025 оқу жылына арналған**  
**ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы**  
**казан айы (7.10-11.10)**

Апта дәйексөзі/ Цитата недели: Туған жердей жер болмас, туған елдей ел болмас!					
Задачи: формирование физических умений и навыков основных видов движений с применением здоровьесберегающих технологий.					
Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық	Проветривание. Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	8.00-8.10				
Таңғы жаттығу	8.10- 8.30 Утренняя гимнастика по плану воспитателей. Таңғы жаттығу				
Подготовка к ОД Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	8.40 - 9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя) Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)				
ОД 9.00 -11.00 при проведении образовательной деятельности в	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 Тақырыбы /Тема:«Мой веселый, звонкий мяч» ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать достаточно высоко, чтоб повернуться в сторону. Закреплять	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№ 9 Тақырыбы /Тема:«Мой веселый, звонкий мяч» ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать достаточно высоко, чтоб повернуться в сторону.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 Тақырыбы /Тема:«Мой веселый, звонкий мяч» ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: Учить менять направление мяча при катании между	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№ 9 Тақырыбы /Тема:«Мой веселый, звонкий мяч» ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: Учить менять направление мяча при катании между	9.00 – 9.30 Школа пап. Игра-соревнование «Вместе с папой мы сильны, вместе с папой мы дружны» 1.Старшая группа№12

<p>спортивном зале, проводится проветривание между занятиями и влажная уборка)</p>	<p>умение чередовать ходьбу и бег в колонне, соблюдая одинаковый темп движения. Упражнять в ползании на четвереньках последовательно под 3 дугами. <b>ОВД</b> 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.  9.25 – 9.45 2. Предшкольная группа №3 Тақырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом» 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. <b>ОВД</b> 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</p>	<p>Закреплять умение чередовать ходьбу и бег в колонне, соблюдая одинаковый темп движения. Упражнять в ползании на четвереньках последовательно под 3 дугами. <b>ОВД</b> 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.  9.25 – 9.45 2. Предшкольная группа № 8 Тақырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом» 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. <b>ОВД</b> 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</p>	<p>предметами. Закреплять умение отталкиваться двумя ногами одновременно, выполняя повороты налево, направо, вокруг себя. <b>ОВД</b> 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.  9.25 – 9.45 2. Предшкольная группа №3 Тақырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом» ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: Упражнять в прыжках с высоты; в ползании на четвереньках с переползанием через препятствия; развивать координацию движений при перебрасывании мяча. <b>ОВД</b> • 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).</p>	<p>предметами. Закреплять умение отталкиваться двумя ногами одновременно выполняя повороты налево, направо, вокруг себя. <b>ОВД</b> 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.  9.25 – 9.45 2. Предшкольная группа № 8 Тақырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом» ОРУ комплекс № 3 Мақсаты/ Цель: Упражнять в прыжках с высоты; в ползании на четвереньках с переползанием через препятствия; развивать координацию движений при перебрасывании мяча. <b>ОВД</b> • 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</p>	<p>2. Старшая группа №9 Цель: привлечь родителей к совместной активной деятельности в детском саду; -пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья детей; способствовать психологическому сближению детей и родителей; развивать спортивные качества: ловкость, быстроту, смелость, выносливость и уверенность в себе, стремление к достижению поставленной цели. Школа пап. Игра-соревнование «Вместе с папой мы сильны, вместе с папой мы дружны» 10.00– 10.40 Предшкольная группа № 3 Предшкольная группа № 8 Цель: привлечь родителей к совместной активной деятельности в детском саду; -пропаганда</p>
--	--	---	---	---	---

	<p>полу».</p> <p>9.50 – 10.10</p> <p>3. Предшкольная группа №7 Тақырыбы /Тема:«Игры и упражнения с мячом» ОРУ комплекс № 3</p> <p>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.</p> <p><b>ОВД</b> Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Поворот!» поворот кругом, ходьба. Бег с перешагиванием через бруски (расстояние между брусками 70–80 см).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки со скамейки на полусогнутые ноги;</li> <li>• броски мяча (большой диаметр) друг другу двумя руками из-за головы;</li> <li>• ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.</li> </ul> <p>Подвижная игра «Не оставайся на полу».</p>	<p>голова;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.</li> <li>• Подвижная игра «Не оставайся на полу».</li> </ul> <p>10.20 – 10.40</p> <p>3. Предшкольная группа №11 Тақырыбы /Тема:«Игры и упражнения с мячом» ОРУ комплекс № 3</p> <p>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.</p> <p><b>ОВД</b> Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Поворот!» поворот кругом, ходьба. Бег с перешагиванием через бруски (расстояние между брусками 70–80 см).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки со скамейки на полусогнутые ноги;</li> <li>• броски мяча (большой диаметр) друг другу двумя руками из-за головы;</li> <li>• ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.</li> </ul> <p>Подвижная игра «Не оставайся на полу».</p>	<p>Игра малой подвижности «У кого мяч?»</p> <p>10.20 – 10.40</p> <p>3. Предшкольная группа №7 Тақырыбы /Тема:«Игры и упражнения с мячом» ОРУ комплекс № 3</p> <p>Мақсаты/ Цель: Упражнять в прыжках с высоты; в ползании на четвереньках с переползанием через препятствия; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.</p> <p><b>ОВД</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки со скамейки на полусогнутые ноги;</li> <li>•перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди (расстояние 2,5 м);</li> <li>• ползание на четвереньках с переползанием через препятствие (скамейка).</li> </ul> <p>Игра малой подвижности «У кого мяч?»</p>	<p>препятствие (скамейка). Игра малой подвижности «У кого мяч?»</p> <p>10.20 – 10.40</p> <p>3. Предшкольная группа №11 Тақырыбы /Тема:«Игры и упражнения с мячом» ОРУ комплекс № 3</p> <p>Мақсаты/ Цель: Упражнять в прыжках с высоты; в ползании на четвереньках с переползанием через препятствия; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.</p> <p><b>ОВД</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки со скамейки на полусогнутые ноги;</li> <li>•перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди (расстояние 2,5 м);</li> <li>• ползание на четвереньках с переползанием через препятствие (скамейка).</li> </ul> <p>Игра малой подвижности «У кого мяч?»</p>	<p>здорового образа жизни, укрепление здоровья детей; способствовать психологическому сближению детей и родителей; развивать спортивные качества: ловкость, быстроту, смелость, выносливость и уверенность в себе, стремление к достижению поставленной цели.</p>
Серуен Прогулка	<p>11.10-12.10</p> <p>Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.</p> <p>Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жана және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.</p>				

<p>Самостоятельная работа в зале Залдағы өзіндік жұмыс</p>	<p style="text-align: center;">12.15-13.00</p> <p>Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг деятельности детей. Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.</p>	
<p>Өзіндік жұмыс Работа по самообразованию</p>	<p>14.00- 16.05 Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау. Работа с документацией, написание планов, циклограмм.</p>	<p>14. 00.-15.20 Организация предметно-развивающей среды</p> <p>15.20 -16.00 Предшкольная группа № 7 Предшкольная группа № 11 Цель: привлечь родителей к совместной активной деятельности в детском саду; -пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья детей; способствовать психологическому сближению детей и родителей; развивать спортивные качества: ловкость, быстроту, смелость, выносливость и уверенность в себе, стремление к достижению поставленной цели.</p>

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

**Циклограмма Од инструктора по физической культуре на 2024 -2025 учебный год**  
**Октябрь (14.10 - 18.10)**  
**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024 - 2025 оқу жылына арналған**  
**ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы**  
**казан айы (14.10 - 18.10)**

Апта дәйексөзі: «Отанды сүю - отбасынан басталады!»					
Цитата недели: «Любовь к Родине - начинается с семьи!»					
Задачи: накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.					
Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық	Проветривание. Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық 8.00-8.10				
Таңғы жаттығу	8.10- 8.30 Утренняя гимнастика по плану воспитателей. Таңғы жаттығу				
Прдготовка к Од Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя) Атрибуттарды дайындау, залды дымкыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен) 8.40. -9.00				
Од 9.00 -11.00  при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка,	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 Тақырыбы /Тема: «Прыг-скок через ручеек» ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени, учитывать высоту поднятого предмета при ползании под него.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№ 9 Тақырыбы /Тема:«Прыг-скок через ручеек» ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени, учитывать высоту поднятого предмета при ползании под него.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№ 9 Тақырыбы /Тема:«Прыг-скок через ручеек» ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель : Учить ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя равновесие (профилактика нарушения осанки). Закреплять умение	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 Тақырыбы /Тема:«Прыг-скок через ручеек» ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Учить ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя равновесие (профилактика нарушения осанки). Закреплять умение	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№9 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить ползать на четвереньках с опорой на ладони и

между занятиями .

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: «Ўшты, ушты»

Внимание, умение действовать по правилам.

9.25 – 9.45

2. Предшкольная группа №3  
Тақырыбы /Тема: «С арканом играй – здоровье укрепляй»  
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,

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: «Ўшты, ушты»

Внимание, умение действовать по правилам.

9.25 – 9.45

2. Предшкольная группа №8  
Тақырыбы /Тема: «С арканом играй – здоровье укрепляй»  
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,

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  
9.25 – 9.45

2. Предшкольная группа №3  
Тақырыбы /Тема: «С арканом играй – здоровье укрепляй»

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

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

9.25 – 9.45

2. Предшкольная группа №8  
Тақырыбы /Тема: «С арканом играй – здоровье укрепляй»

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

колени, учитывать высоту поднятого предмета при ползании под него. Закреплять умение легко подталкивать мяч пальцами рук и менять направление мяча при катании между предметами.  
10.15– 10.35  
3.Предшкольная группа № 3  
10.40 -11.00  
4. Предшкольная группа № 8  
Мақсаты/ Цель: Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.

	<p>не касаясь руками пола;  <ul style="list-style-type: none"> <li>• равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс.</li> </ul>         Подвижная игра «Удочка».          9.50 – 10.10</p> <p>3.. Предшкольная группа № 7          Тақырыбы /Тема: «С арканом играй – здоровье укреплій»          ОРУ комплекс № 4          Мақсаты/ Цель: Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.  <b>ОВД</b>          Ходьба в медленном темпе, широким свободным шагом; по сигналу ходьба быстрым шагом, коротким, семенящим. Бег враспынную.  <ul style="list-style-type: none"> <li>• метание мяча в горизонтальную цель правой (левой) рукой (2 м);</li> <li>• лазанье – подлезание под дугу прямо и боком в группировке, не касаясь руками пола;</li> <li>• равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс.</li> </ul>         Подвижная игра «Удочка».</p>	<p>не касаясь руками пола;  <ul style="list-style-type: none"> <li>• равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс.</li> </ul>         Подвижная игра «Удочка».          10.20 – 10.40</p> <p>3. Предшкольная группа № 11          Тақырыбы /Тема: «С арканом играй – здоровье укреплій»          ОРУ комплекс № 4          Мақсаты/ Цель: Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.  <b>ОВД</b>          Ходьба в медленном темпе, широким свободным шагом; по сигналу ходьба быстрым шагом, коротким, семенящим. Бег враспынную.  <ul style="list-style-type: none"> <li>• метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2 м;</li> <li>• лазанье – подлезание под дугу прямо и боком в группировке, не касаясь руками пола;</li> <li>• равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс.</li> </ul>         Подвижная игра «Удочка».</p>	<p>скамейке боком приставным шагом.          Игра с бегом: «Мысық пен торғайлар»          10.20 – 10.40</p> <p>3. Предшкольная группа № 7.          Тақырыбы /Тема: «С арканом играй – здоровье укреплій»          ОРУ комплекс № 4          Мақсаты/ Цель: Развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.  <b>ОВД</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• метание мяча в горизонтальную цель правой (левой) рукой (2,5 м);</li> <li>• ползание на четвереньках между предметами (расстояние между предметами 1 м) (змейкой);</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</li> </ul>         Игра с бегом: «Мысық пен торғайлар»</p>	<p>предметами 1 м) (змейкой);  <ul style="list-style-type: none"> <li>• ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</li> </ul>         Игра с бегом: «Мысық пен торғайлар»          10.20 – 10.40</p> <p>3. Предшкольная группа № 11          Тақырыбы /Тема: «С арканом играй – здоровье укреплій»          ОРУ комплекс № 4          Мақсаты/ Цель: Развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.  <b>ОВД</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2,5 м;</li> <li>• ползание на четвереньках между предметами (расстояние между предметами 1 м) (змейкой);</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</li> </ul>         Игра с бегом: «Мысық пен торғайлар»</p>	
Серуен Прогулка	<p style="text-align: center;">11.10-12.10</p> <p style="text-align: center;">Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.          Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.</p>				

<p>Самостоятельная работа в зале Залдағы өзіндік жұмыс</p>	<p style="text-align: right;">12.15-13.00</p> <p>Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг деятельности детей. Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.</p>				
<p>Өзіндік жұмыс Работа по самообразованию</p>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td data-bbox="302 268 1816 427"> <p>14.00- 16.05</p> <p>Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау. Работа с документацией, написание планов, циклограмм.</p> </td> <td data-bbox="1816 268 2096 427"> <p>14. 00.-15.20 Организация предметно-развивающей среды</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="302 427 1816 612"></td> <td data-bbox="1816 427 2096 612"> <p>15.20 -15.40 Предшкольная группа № 7 15.45 – 16.05 Предшкольная группа №11</p> </td> </tr> </table>	<p>14.00- 16.05</p> <p>Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау. Работа с документацией, написание планов, циклограмм.</p>	<p>14. 00.-15.20 Организация предметно-развивающей среды</p>		<p>15.20 -15.40 Предшкольная группа № 7 15.45 – 16.05 Предшкольная группа №11</p>
<p>14.00- 16.05</p> <p>Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау. Работа с документацией, написание планов, циклограмм.</p>	<p>14. 00.-15.20 Организация предметно-развивающей среды</p>				
	<p>15.20 -15.40 Предшкольная группа № 7 15.45 – 16.05 Предшкольная группа №11</p>				

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

**Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2024 -2025 учебный год**  
**Октябрь (21.10 - 24.10)**  
**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024 - 2025 оқу жылына арналған**  
**ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы**  
**казан айы (21.10 - 24.10)**

Апта дәйексөзі: «Отаным - алтын бесігім!» Цитата недели: «Родина - золотая колыбель!»					
Задачи: накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.					
Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық	Проветривание. Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	8.00-8.10 8.10- 8.30 Утренняя гимнастика по плану воспитателей. Таңғы жаттығу				
Прдготовка к ОД Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	8.40. -9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя) Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)				
ОД 9.00 -11.00  при проведении образовательной деятельности в спортивном зале,	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 Тақырыбы /Тема: «По ровненькой дорожке» ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№ 9 Тақырыбы /Тема: «По ровненькой дорожке» ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 Тақырыбы /Тема: «По ровненькой дорожке» ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№ 9 Тақырыбы /Тема: «По ровненькой дорожке» ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с	

<p>проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями .</p>	<p>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.</p> <p><b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа №3 Тақырыбы /Тема: «Закаляем свой организм». ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.</p> <p><b>ОВД</b> Ходьба в колонне по два, по команде поворот через левое плечо, ходьба. Бег врассыпную; ходьба и бег в колонне по одному.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ползание – пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола, в группировке. Подряд через три обруча, поставленные на расстоянии 1 м один от другого;</li> <li>• ходьба по гимнастической скамейке, на середине</li> </ul>	<p>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.</p> <p><b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа №3 Тақырыбы /Тема: «Закаляем свой организм». ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.</p> <p><b>ОВД</b> Ходьба в колонне по два, по команде поворот через левое плечо, ходьба. Бег врассыпную; ходьба и бег в колонне по одному.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ползание – пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола, в группировке. Подряд через три обруча, поставленные на расстоянии 1 м один от другого;</li> </ul>	<p>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.</p> <p><b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа №3 Тақырыбы /Тема: «Закаляем свой организм». ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.</p> <p><b>ОВД</b> Ходьба в колонне по два, по команде поворот через левое плечо, ходьба. Бег врассыпную; ходьба и бег в колонне по одному.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ползание – пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола, в группировке. Подряд через три обруча, поставленные на расстоянии 1 м один от другого;</li> <li>• ходьба по гимнастической скамейке, на середине</li> </ul>	<p>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.</p> <p><b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа №3 Тақырыбы /Тема: «Закаляем свой организм». ОРУ комплекс № 4 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.</p> <p><b>ОВД</b> Ходьба в колонне по два, по команде поворот через левое плечо, ходьба. Бег врассыпную; ходьба и бег в колонне по одному.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ползание – пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола, в группировке. Подряд через три обруча, поставленные на расстоянии 1 м один от другого;</li> <li>• ходьба по гимнастической скамейке, на середине</li> </ul>	
---	---	---	---	---	--

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».

9.50 – 10.10

3. Предшкольная группа №7  
Тақырыбы /Тема: «Закаляем свой организм».

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».

10.20 - 10.40

3. Предшкольная группа №11  
Тақырыбы /Тема: «Закаляем свой организм».

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

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».

10.20 – 10.40

3. Предшкольная группа №7  
Тақырыбы /Тема: «Закаляем свой организм».

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».

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».

10.20 - 10.40

3. Предшкольная группа №11  
Тақырыбы /Тема: «Закаляем свой организм».

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»

		подвижности «Летает – не летает»			
Серуен Прогулка	<p style="text-align: center;">11.10-12.10</p> <p style="text-align: center;">Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений. Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.</p>				
Самостоятельная работа в зале Залдағы өзіндік жұмыс	<p style="text-align: center;">12.15-13.00</p> <p>Уборка оборудования. проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей, мониторинг деятельности детей. Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.</p>				
Өзіндік жұмыс Работа по самообразованию	14.00- 16.05	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау. Работа с документацией, написание планов, циклограмм.			

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

**Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2024 -2025 учебный год**  
**октябрь-ноябрь (28.10 – 01.11)**  
**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024 - 2025 оқу жылына арналған**  
**ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы**  
**казан- қараша айы (28.10 – 01.11)**

Апта дәйексөзі: «Әділдік пен жауапкершілік - біртұтас ұғым!» Цитата недели: «Справедливость и ответственность - понятие единое!»					
Задачи: формировать физические качества: сила, скорость, выносливость, ловкость, гибкость; побуждать интерес к различным национальным подвижным играм					
Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық	Проветривание. Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық 8.00-8.10				
Таңғы жаттығу	8.10- 8.30 Утренняя гимнастика по плану воспитателей. Таңғы жаттығу				
Подготовка к ОД Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя) Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен) 8.40 - 9.00				
ОД 9.00 -11.00 Ұйымдастырылған іс-әрекет при проведении	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 Тақырыбы /Тема: «Заниматься нам не лень» ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель :Учить выполнять	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№ 9 Тақырыбы /Тема: «Заниматься нам не лень» ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить выполнять	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 Тақырыбы /Тема: «Заниматься нам не лень» ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№ 9 Тақырыбы /Тема: «Заниматься нам не лень» ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№9

<p>образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями ..</p>	<p>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.</p> <p><b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа №3 Такырыбы /Тема: Мы спортивные ребята". ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.</p> <p><b>ОВД</b> Ходьба в колонне по одному, по команде переход на ходьбу с высоким подниманием колен, бег врасыпную бег между предметами, поставленными в</p>	<p>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.</p> <p><b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа №8 Такырыбы /Тема: Мы спортивные ребята". ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.</p> <p><b>ОВД</b> Ходьба в колонне по одному, по команде переход на ходьбу с высоким подниманием колен, бег врасыпную бег между предметами, поставленными в одну линию (расстояние между предметами 40 см); ходьба в колонне по одному.</p>	<p>подбрасывать мяч вперед-вверх , и ловить его двумя руками. Закреплять умение ритмично выполнять невысокие подскоки с незначительным сгибанием ног в коленях. Упражнять в ходьбе по шнуру с мешочком на голове.</p> <p><b>ОВД</b> 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.. 9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа №3 Такырыбы /Тема: Мы спортивные ребята". ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Упражнять в равновесии, развивая координацию движений, в прыжках; учить перебрасывать мячи в шеренгах.</p> <p><b>ОВД</b> равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перекладывая мяч из одной руки в другую перед собой</p>	<p>подбрасывать мяч вперед-вверх , и ловить его двумя руками. Закреплять умение ритмично выполнять невысокие подскоки с незначительным сгибанием ног в коленях. Упражнять в ходьбе по шнуру с мешочком на голове.</p> <p><b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа №8 Такырыбы /Тема: Мы спортивные ребята". ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Упражнять в равновесии, развивая координацию движений, в прыжках; учить перебрасывать мячи в шеренгах.</p> <p><b>ОВД</b> равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перекладывая мяч из одной</p>	<p>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. 10.15– 10.35 3.Предшкольная группа № 3 10.40 -11.00 4. Предшкольная группа № 8 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.</p>
--	---	---	---	--	---

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».  
9.50 – 10.10

3. Предшкольная группа № 7  
Тақырыбы /Тема: Мы спортивные ребята".  
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

- 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».  
9.50 – 10.10

3. Предшкольная группа №11  
Тақырыбы /Тема: Мы спортивные ребята".  
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

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 (3 м)

.Игра с бегом: Мы веселые ребята»  
10.20 – 10.40

3. Предшкольная группа № 7  
Тақырыбы /Тема: Мы спортивные ребята".  
ОРУ комплекс № 5  
Мақсаты/ Цель: Упражнять в равновесии, развивая координацию движений, в прыжках; учить перебрасывать мячи в шеренгах.

**ОВД**  
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)

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 (3 м)

.Игра с бегом: Мы веселые ребята»  
10.20 – 10.40

3. Предшкольная группа №11  
Тақырыбы /Тема: Мы спортивные ребята".  
ОРУ комплекс № 5  
Мақсаты/ Цель: Упражнять в равновесии, развивая координацию движений, в прыжках; учить перебрасывать мячи в шеренгах.

**ОВД**  
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

	спиной; • прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед по прямой, вначале на правой, затем на левой ноге (рас стояние 3–4 м); • переброска мяча двумя руками снизу, стоя в шеренга: (расстояние 2–2,5 м). Подвижная игра «Ловишки».	ноге (рас стояние 3–4 м); • переброска мяча двумя руками снизу, стоя в шеренга: (расстояние 2–2,5 м). Подвижная игра «Ловишки».	.Игра с бегом: Мы веселые ребята»	из-за головы, стоя в шеренгах (рас-ние 3 м) .Игра с бегом: Мы веселые ребята»	
Серуен Прогулка	11.10-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений. Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Самостоятельная работа в зале Залдағы өзіндік жұмыс	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. Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс Работа по самообразованию	14.00- 16.05 Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау. Работа с документацией, написание планов, циклограмм.			14. 00.-15.20 Организация предметно-развивающей среды	
				Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.	

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

**Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2024 -2025 учебный год**  
**ноябрь (04.11 – 08.11)**  
**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024 - 2025 оқу жылына арналған**  
**ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы**  
**қараша айы (04.11 – 08.11)**

Апта дәйексөзі: «Тура биде туған жоқ!»					
Цитата недели: «Не родился в прямом танце!»					
Задачи: совершенствовать основные виды движений: ходьба и бег, прыжки, бросание и ловля, ползание и лазание.					
Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық	Проветривание. Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық 8.00-8.10				
Таңғы жаттығу	8.10- 8.30 Утренняя гимнастика по плану воспитателей. Таңғы жаттығу				
Подготовка к ОД Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя) Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен) 8.40 - 9.00				
ОД 9.00 -11.00 Ұйымдастырылған іс-әрекет при проведении	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №12 Тақырыбы /Тема: «Играй-здоровье укрепляй» ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить правильно группироваться и	9.00 – 9.20 1.Старшая группа № 9 Тақырыбы /Тема: «Играй-здоровье укрепляй» ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить правильно группироваться и	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №12 Тақырыбы /Тема: «Играй-здоровье укрепляй» ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить ходить на носочках по	9.00 – 9.20 1.Старшая группа № 9 Тақырыбы /Тема: «Играй-здоровье укрепляй» ОРУ комплекс № 5 Мақсаты/ Цель: Учить	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№9 Мақсаты/ Цель:

<p>образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями.</p>	<p>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.</p> <p><b>ОВД</b> Подлезание под веревку боком (высота 40 см) Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Игра: «Птички и кошка». Развитие координационных способностей и быстроты. 9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа №3 Такырыбы /Тема: «Уроки здоровья» 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.</p> <p><b>ОВД</b> Подлезание под веревку боком (высота 40 см) Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Игра: «Птички и кошка». Развитие координационных способностей и быстроты 9.50 – 10.10</p> <p>3. Предшкольная группа № 7 Такырыбы /Тема: «Уроки здоровья»</p>	<p>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.</p> <p><b>ОВД</b> <b>Подлезание под веревку боком</b> (высота 40 см) Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Игра: «Птички и кошка». Развитие координационных способностей и быстроты. 9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа № 8 Такырыбы /Тема: «Уроки здоровья» 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.</p> <p><b>ОВД</b> Подлезание под веревку боком (высота 40 см) Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Игра: «Птички и кошка». Развитие координационных способностей и быстроты 10.20 – 10.40</p> <p>3. Предшкольная группа № 11 Такырыбы /Тема: «Уроки здоровья» ОРУ комплекс № 5</p>	<p>ограниченной площади, сохраняя правильное положение тела (профилактика плоскостопия). Закреплять умение координировать движения рук и ног, последовательно выполняя приставной шаг.</p> <p><b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа №3 Такырыбы /Тема: «Уроки здоровья» 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.</p> <p><b>ОВД</b> • прыжки на правой и левой ноге попеременно (расстояние 4 м); • ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой (вес мяча 0,5 кг);</p>	<p>ходить на носочках по ограниченной площади, сохраняя правильное положение тела (профилактика плоскостопия). Закреплять умение координировать движения рук и ног выполняя приставной шаг.</p> <p><b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа № 8 Такырыбы /Тема: «Уроки здоровья» 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.</p> <p><b>ОВД</b> • прыжки на правой и</p>	<p>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.</p> <p>10.15– 10.35 3. Предшкольная группа № 3 10.40-11.00 4. Предшкольная группа № 8 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.</p>
--	--	---	--	--	---

	<p>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.</p> <p><b>ОВД</b> 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.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге попеременно (дистанция 4–5 м);</li> <li>• переползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков);</li> <li>• ведение мяча, продвигаясь вперед шагом (расстояние 4-5 м).</li> </ul> <p>Подвижная игра «Не оставайся на полу».</p>	<p>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.</p> <p><b>ОВД</b> 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.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге попеременно (дистанция 4–5 м);</li> <li>• переползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков);</li> <li>• ведение мяча, продвигаясь вперед шагом (расстояние 4-5 м).</li> </ul> <p>Подвижная игра «Не оставайся на полу».</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ведение мяча в ходьбе</li> </ul> <p>Игра: «Мяч водящему» 10.20 – 10.40</p> <p>3. Предшкольная группа № 7 Тақырыбы /Тема: «Уроки здоровья» 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.</p> <p><b>ОВД</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки на правой и левой ноге попеременно (расстояние 4 м);</li> <li>• ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой (вес мяча 0,5 кг);</li> <li>• ведение мяча в ходьбе</li> </ul> <p>Игра: «Мяч водящему»</p>	<p>левой ноге попеременно (расстояние 4 м);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой (вес мяча 0,5 кг);</li> <li>• ведение мяча в ходьбе</li> </ul> <p>Игра: «Мяч водящему» 10.20 – 10.40</p> <p>3. Предшкольная группа № 7 Тақырыбы /Тема: «Уроки здоровья» 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.</p> <p><b>ОВД</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки на правой и левой ноге попеременно (расстояние 4 м);</li> <li>• ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой (вес мяча 0,5 кг);</li> <li>• ведение мяча в ходьбе</li> </ul> <p>Игра: «Мяч водящему»</p>	
Серуен Прогулка	<p style="text-align: center;">11.10-12.10</p> <p style="text-align: center;">Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.</p> <p>Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес</p>				

	балалармен жеке жұмыс.	
Самостоятельная работа в зале Залдағы өзіндік жұмыс	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. Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.	
Өзіндік жұмыс Работа по самообразованию	14.00- 16.05	14. 00.-15.20 Организация предметно-развивающей среды
	Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау. Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	15.20 -15.40 Предшкольная группа № 7 15.45 – 16.05 Предшкольная группа №11 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.

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

**Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2024 -2025 учебный год**  
**ноябрь (11.11 – 15.11)**

**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024 - 2025 оқу жылына арналған**  
**ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы**  
**қараша айы (11.11 – 15.11)**

Апта дәйексөзі: «Жауапкершілік - адамгершілік қасиеттің көрінісі» Цитата недели: «Ответственность - проявление нравственных качеств»					
Задача: формировать физические качества: сила, скорость, выносливость, ловкость, гибкость; повышать интерес к спортивным, подвижным играм, занятиям спортом;					
Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық	Проветривание. Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық 8.00-8.10				
Таңғы жаттығу	8.10- 8.30 Утренняя гимнастика по плану воспитателей. Таңғы жаттығу				
Прдготовка к ОД Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя) Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен) 8.40 - 9.00				
ОД 9.00 -11.00 Ұйымдастырылған	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №12 Тақырыбы /Тема: «Мой веселый, звонкий мяч»	9.00 – 9.20 1.Старшая группа № 9 Тақырыбы /Тема: «Мой веселый, звонкий мяч»	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №12 Тақырыбы /Тема: «Мой веселый, звонкий мяч»	9.00 – 9.20 1.Старшая группа № 9 Тақырыбы /Тема: «Мой веселый, звонкий мяч»	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№9

<p>ис-эрекет</p> <p>при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями.</p>	<p>ОРУ комплекс № 6  <b>Мақсаты/ Цель:</b> 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.  <b>ОВД</b>          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.          9.25 – 9.45          2. Предшкольная группа № 3          Тақырыбы /Тема: «Делай с нами, делай лучше нас».          ОРУ комплекс № 6  <b>Мақсаты/Цель:</b> Упражнять в</p>	<p>ОРУ комплекс № 6  <b>Мақсаты/ Цель:</b> 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.  <b>ОВД</b>          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.          9.25 – 9.45          2. Предшкольная группа № 8          Тақырыбы /Тема: «Делай с нами, делай лучше нас».          ОРУ комплекс № 6  <b>Мақсаты/Цель:</b> Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии;</p>	<p>ОРУ комплекс № 6  <b>Мақсаты/ Цель:</b> 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.  <b>ОВД</b>          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.          9.25 – 9.45          2. Предшкольная группа №3          Тақырыбы /Тема: «Делай с нами, делай лучше нас».          ОРУ комплекс № 6  <b>Мақсаты/ Цель:</b>          Упражнять в ходьбе, в равновесии; повторить упражнения с мячом..</p>	<p>ОРУ комплекс № 6  <b>Мақсаты/ Цель:</b> 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.  <b>ОВД</b>          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.          9.25 – 9.45          2. Предшкольная группа № 8          Тақырыбы /Тема: «Делай с нами, делай лучше нас».          ОРУ комплекс № 6  <b>Мақсаты/ Цель:</b>          Упражнять в ходьбе, в равновесии; повторить упражнения с мячом..</p>	<p><b>Мақсаты/ Цель:</b> 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.          10.15– 10.35          3.Предшкольная группа № 3          10.40 -11.00          4. Предшкольная группа № 8  <b>Мақсаты/Цель:</b>          Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.</p>
--	--	--	---	--	---

	<p>ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.</p> <p><b>ОВД</b> Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в линию.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м);</li> <li>• пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода;</li> <li>• равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</li> </ul> <p>Игра «Удочка». 9.50 – 10.10</p> <p>3. Предшкольная группа № 7 Такырыбы /Тема: «Делай с нами, делай лучше нас». ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.</p> <p><b>ОВД</b> Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в линию.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом</li> </ul>	<p>повторить упражнения с мячом.</p> <p><b>ОВД</b> Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в линию.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м);</li> <li>• пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода;</li> <li>• равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</li> </ul> <p>Игра «Удочка». 10.20 – 10.40</p> <p>3. Предшкольная группа № 11 Такырыбы /Тема: «Делай с нами, делай лучше нас». ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.</p> <p><b>ОВД</b> Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в линию.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м);</li> <li>• пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не</li> </ul>	<p><b>ОВД</b> ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстояние 6 м;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на предплечья и колени;</li> <li>• ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами.</li> </ul> <p>Игра: «Үшінші артық» («Третий лишний») 10.20 – 10.40</p> <p>3. Предшкольная группа № 7 Такырыбы /Тема: «Делай с нами, делай лучше нас». ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе, в равновесии; повторить упражнения с мячом..</p> <p><b>ОВД</b> ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстояние 6 м;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на предплечья и колени;</li> <li>• ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами.</li> </ul> <p>Игра: «Үшінші артық» («Третий лишний»)</p>	<p><b>ОВД</b> ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстояние 6 м;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на предплечья и колени;</li> <li>• ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами.</li> </ul> <p>Игра: «Үшінші артық» («Третий лишний») 10.20 – 10.40</p> <p>3. Предшкольная группа № 11 Такырыбы /Тема: «Делай с нами, делай лучше нас». ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе, в равновесии; повторить упражнения с мячом..</p> <p><b>ОВД</b> ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстояние 6 м;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на предплечья и колени;</li> <li>• ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами.</li> </ul> <p>Игра: «Үшінші артық» («Третий лишний»)</p>	
--	---	--	---	--	--

	(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».	касаясь верхнего обода; • равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Игра «Удочка».			
Серуен Прогулка	11.10-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений. Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Самостоятельная работа в зале Залдағы өзіндік жұмыс	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей. Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс Работа по самообразованию	14.00- 16.05 Жабдықты тазалау, терезені тексеру, қауіпсіздік пен қауіпсіздік талаптарын сақтау. Работа с документацией, написание планов, циклограмм.			14. 00.-15.20 Организация предметно-развивающей среды	
				15.20 -15.40 Предшкольная группа № 7 15.45 – 16.05 Предшкольная группа №11 Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом	

Заверяю

Методист

«Ясли - сад № 46 «Балбұлақ»

 Кобланова А. Р.

Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2024 -2025 учебный год

ноябрь (18.11 – 22.11)

Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024 - 2025 оқу жылына арналған

ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы

қараша айы (18.11 – 22.11)

Апта дәйексөзі: «Әділетте берік болсаң аяғың таймайды!»					
Цитата недели: «Если ты будешь справедлив, не подскользнешься!»					
Задача: накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.					
Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық	Проветривание. Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	8.10- 8.30 Утренняя гимнастика по плану воспитателей. Таңғы жаттығу				
Подготовка к ОД Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя) Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)				
ОД 9.00 -11.00 Ұйымдастырылған іс-әрекет при проведении образовательной	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №12 Тақырыбы /Тема: «Физкульт - ура!» ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить ползать между предметами, меняя направление и не задевая	9.00 – 9.20 1.Старшая группа № 9 Тақырыбы /Тема: «Физкульт - ура!» ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить ползать между предметами, меняя направление и не задевая	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №12 Тақырыбы /Тема: «Физкульт - ура!» ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить ходить по гимнастической скамейке с выполнением	9.00 – 9.20 1.Старшая группа № 9 Тақырыбы /Тема: «Физкульт - ура!» ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Учить ходить по гимнастической скамейке с выполнением	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 9.25 – 9.45 2.Старшая группа№9 10.15– 10.35 3.Предшккольная

<p>деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями.</p>	<p>предметы. Закреплять умение ловить мяч после отскока одновременным хватом с двух сторон свободными и не напряженными движениями кистей рук. <b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45 2. Предшкольная группа №3 Тақырыбы /Тема: «Развитие ловкости в играх и эстафетах» ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках. <b>ОВД</b> Ходьба, по команде «Фигуры!» остановиться и изобразить кого-либо. Ходьба врассыпную, бег врассыпную. •лазанье – подлезание под шнур (высота 40 см) боком, не касаясь руками пола; •равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс;</p>	<p>предметы. Закреплять умение ловить мяч после отскока одновременным хватом с двух сторон свободными и не напряженными движениями кистей рук. <b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45 2. Предшкольная группа № 8 Тақырыбы /Тема: «Развитие ловкости в играх и эстафетах» ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках. <b>ОВД</b> Ходьба, по команде «Фигуры!» остановиться и изобразить кого-либо. Ходьба врассыпную, бег врассыпную. •лазанье – подлезание под шнур (высота 40 см) боком, не касаясь руками пола; •равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс;</p>	<p>задания, сохраняя устойчивое равновесие. Закреплять умение ползать на ладонях и ступнях между предметами, согласовывать движения рук и ног и не задевать предметы. <b>ОВД</b> 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» 9.25 – 9.45 2. Предшкольная группа №3 Тақырыбы /Тема: «Развитие ловкости в играх и эстафетах» ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Упражнять в подлезании под шнур, в прыжках, в ходьбе между предметами на носках. <b>ОВД</b> 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». 10.20 – 10.40</p>	<p>задания, сохраняя устойчивое равновесие. Закреплять умение ползать на ладонях и ступнях между предметами, согласовывать движения рук и ног и не задевать предметы. <b>ОВД</b> 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 действия с действиями 9.25 – 9.45 2. Предшкольная группа №8 Тақырыбы /Тема: «Развитие ловкости в играх и эстафетах» ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Упражнять в подлезании под шнур, в прыжках, в ходьбе между предметами на носках. <b>ОВД</b> подлезание под шнур прямо и боком (2–3 раза); •прыжки на правой и левой ноге попеременно (по 2 прыжка); • ходьба между предметами</p>	<p>группа № 3 10.40 -11.00 4. Предшкольная группа № 8</p>
--	--	---	---	--	---

	<p>• прыжки на правой и левой ноге до предмета (расстояние 5 м). Подвижная игра «Пожарные на учении». 9.50 – 10.10</p> <p>3. Предшкольная группа №7 Тақырыбы /Тема: «Развитие ловкости в играх и эстафетах» ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках. <b>ОВД</b> Ходьба, по команде «Фигуры!» остановиться и изобразить кого-либо. Ходьба враспынную, бег враспынную. •лазанье – 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».</p>	<p>• прыжки на правой и левой ноге до предмета (расстояние 5 м). Подвижная игра «Пожарные на учении». 10.20 – 10.40</p> <p>3. Предшкольная группа № 11 Тақырыбы /Тема: «Развитие ловкости в играх и эстафетах» ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/Цель: Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках. <b>ОВД</b> Ходьба, по команде «Фигуры!» остановиться и изобразить кого-либо. Ходьба враспынную, бег враспынную. •лазанье – 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».</p>	<p>3. Предшкольная группа №7 Тақырыбы /Тема: «Развитие ловкости в играх и эстафетах» ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Упражнять в подлезании под шнур, в прыжках, в ходьбе между предметами на носках. <b>ОВД</b> 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».</p>	<p>на носках, руки за головой. Игра: «Ловишки-перебежки». 9.50 – 10.10</p> <p>3. Предшкольная группа № 11 Тақырыбы /Тема: «Развитие ловкости в играх и эстафетах» ОРУ комплекс № 6 Мақсаты/ Цель: Упражнять в подлезании под шнур, в прыжках, в ходьбе между предметами на носках. <b>ОВД</b> 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».</p>	
Серуен Прогулка	<p>11.10-12.10</p> <p>Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений. Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жана және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.</p>				

Самостоятельная работа в зале Залдағы өзіндік жұмыс	12.15-13.00				
Уборка оборудования, проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей. Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.					
Өзіндік жұмыс Работа по самообразованию	13.00.-15.12	13.00.-15.12	13.00.-15.12	13.00.-15.12	13.00.-15.12
	Консультации для педагогов старших групп Подготовка материалов для информационных стендов	Работа с документацией Пополнение картотек	Консультации для педагогов дошкольных групп	Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	Работа с документами (картотеки, планы)

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

**Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2024 -2025 учебный год**  
**ноябрь (25.11 – 29.11)**  
**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024 - 2025 оқу жылына арналған**  
**ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы**  
**қараша айы (25.11 – 29.11)**

Апта дәйексөзі: «Әділетте берік болсаң аяғың таймайды!»					
Цитата недели: «Если ты будешь справедлив, не подскользнешься!»					
Задача: формировать физические качества: сила, скорость, выносливость, ловкость, гибкость; побуждать интерес к различным национальным подвижным играм .					
Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.10 Проветривание. Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	8.10- 8.30 Утренняя гимнастика по плану воспитателей. Таңғы жаттығу				
Прдготовка к ОД Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	8.40 - 9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя) Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)				
ОД 9.00 -10.40 Ұйымдастырылған іс-әрекет	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №12 Тақырыбы /Тема: «Мой веселый звонкий мяч» ОРУ комплекс № 7	9.00 – 9.20 1.Старшая группа № 9 Тақырыбы /Тема: «Мой веселый звонкий мяч» ОРУ комплекс № 7	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №12 Тақырыбы /Тема: «Мой веселый звонкий мяч» ОРУ комплекс № 7	9.00 – 9.20 1.Старшая группа № 9 Тақырыбы /Тема: «Мой веселый звонкий мяч» ОРУ комплекс № 7	9.00 – 11.00 Изучение методических инновационны х разработок, с

<p>при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями</p>	<p>Максаты/ 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. <b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45 2. Предшкольная группа № 3 Такырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом» ОРУ комплекс № 7 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом. <b>ОВД</b></p>	<p>Максаты/ 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. <b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45 2. Предшкольная группа № 8 Такырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом» ОРУ комплекс № 7 Максаты/Цель: Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом. <b>ОВД</b></p>	<p>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. <b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45 2. Предшкольная группа № 3 Такырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом» Максаты/ Цель: Упражнять в ходьбе, в равновесии; повторить упражнения с мячом. <b>ОВД</b> Ходьба в колонне по одному, по команде переход на ходьбу с высоким подниманием колен, бег враспынную бег между предметами, поставленными в одну линию.</p>	<p>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. <b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45 2. Предшкольная группа № 8 Такырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом» <b>ОВД</b> Ходьба в колонне по одному, по команде переход на ходьбу с высоким подниманием колен, бег враспынную бег между предметами, поставленными в одну</p>	<p>целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.</p>
--	---	---	---	---	---

	<p>Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в линию.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м);</li> <li>• пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода;</li> <li>• равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</li> </ul> <p>Игра «Удочка». 10.30-10.55</p> <p>3. Предшкольная группа № 7 Такырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом» ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом. <b>ОВД</b> Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в линию.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м);</li> <li>• пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода;</li> <li>• равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</li> </ul>	<p>Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в линию.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м);</li> <li>• пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода;</li> <li>• равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</li> </ul> <p>Игра «Удочка». 10.30-10.55</p> <p>3. Предшкольная группа № 11 Такырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом» ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/Цель: Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом. <b>ОВД</b> Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в линию.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м);</li> <li>• пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода;</li> <li>• равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</li> </ul>	<p>ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстояние 6 м;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на предплечья и колени;</li> <li>• ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами.</li> </ul> <p>Игра: «Үшінші артық» («Третий лишний») 10.20 – 10.40</p> <p>2. Предшкольная группа № 7 Такырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом» Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе, в равновесии; повторить упражнения с мячом. <b>ОВД</b> Ходьба в колонне по одному, по команде переход на ходьбу с высоким подниманием колен, бег враспынную бег между предметами, поставленными в одну линию.</p> <p>ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстояние 6 м;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на предплечья и колени;</li> <li>• ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами.</li> </ul> <p>Игра: «Үшінші артық» («Третий лишний»)</p>	<p>линию.</p> <p>ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстояние 6 м;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на предплечья и колени;</li> <li>• ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами.</li> </ul> <p>Игра: «Үшінші артық» («Третий лишний») 10.20 – 10.40</p> <p>2. Предшкольная группа № 11 Такырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом» Мақсаты/ Цель: Упражнять в ходьбе, в равновесии; повторить упражнения с мячом. <b>ОВД</b> Ходьба в колонне по одному, по команде переход на ходьбу с высоким подниманием колен, бег враспынную бег между предметами, поставленными в одну линию.</p> <p>ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстояние 6 м;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на предплечья и колени;</li> <li>• ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами.</li> </ul> <p>Игра: «Үшінші артық»</p>	
--	---	--	--	---	--

	Игра «Удочка».	Игра «Удочка».		(«Третий лишний»)	
Серуен Прогулка	<p style="text-align: center;">11.10-12.10</p> <p style="text-align: center;">Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.</p> <p>Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.</p>				
Самостоятельная работа в зале Залдағы өзіндік жұмыс	<p style="text-align: center;">12.15-13.00</p> <p>Уборка оборудования, проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей.</p> <p>Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.</p>				
Өзіндік жұмыс Работа по самообразованию	<p style="text-align: center;">13.00.-15.12</p> <p>Консультации для педагогов старших групп Подготовка материалов для информационных стендов</p>	<p style="text-align: center;">13.00.-15.12</p> <p>Работа с документацией Пополнение картотек</p>	<p style="text-align: center;">13.00.-15.12</p> <p>Консультации для педагогов предшкольных групп</p>	<p style="text-align: center;">13.00.-15.12</p> <p>Работа с документацией, написание планов, циклограмм.</p>	<p style="text-align: center;">13.00.-15.12</p> <p>Работа с документами (картотеки, планы)</p>

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

**Циклограмма Од инструктора по физической культуре на 2024 -2025 учебный год**  
**декабрь (2.12 - 6.12)**  
**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024 - 2025 оқу жылына арналған**  
**ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы**  
**желтоқсан айы (2.12 - 6.12)**

Апта дәйексөзі: «Бірлігі күшті ел озады»					
Цитата недели: «Страна с сильным единством добьется успеха»					
Задача: воспитывать интерес к выполнению физических упражнений, стремление к здоровому образу жизни.					
Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.10 Проветривание. Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	8.10- 8.30 Утренняя гимнастика по плану воспитателей. Таңғы жаттығу				
Подготовка к Од Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	8.40 - 9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя) Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)				
Од 9.00 -10.40 Ұйымдастырылған іс-әрекет  при проведении образовательной деятельности в спортивном зале, проводится	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №12 Тақырыбы /Тема: «Мы веселые ребята» ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить бегать "змейкой" между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа № 9 Тақырыбы /Тема: «Мы веселые ребята» ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Продолжать учить бегать "змейкой" между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов.	9.00 – 9.20 1.Старшая группа №12 Тақырыбы /Тема: «Мы веселые ребята» ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать на двух ногах , продвигаясь вперед, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно	9.00 – 9.20 1.Старшая группа № 9 Тақырыбы /Тема: «Мы веселые ребята» ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Учить прыгать на двух ногах , продвигаясь вперед, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно	9.00 – 11.00 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования для оптимизации физкультурно-оздоровительной

<p>проветривание и влажная уборка, между занятиями.</p>	<p>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. <b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45 2. Предшкольная группа № 3 Такырыбы /Тема:«Заниматься нам не лень» 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. <b>ОВД</b> Ходьба в колонне; бег в колонне по одному между предметами.</p>	<p>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. <b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45 2. Предшкольная группа № 8 Такырыбы /Тема:«Заниматься нам не лень» 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. <b>ОВД</b> Ходьба в колонне; бег в колонне по одному между предметами.</p>	<p>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. <b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45 2.Предшкольная группа № 3 Такырыбы /Тема: «Заниматься нам не лень» ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить перебрасывание мяча. <b>ОВД</b> •ходьба по наклонной доске, прямо, руки в стороны,</p>	<p>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. <b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45 2.Предшкольная группа № 8 Такырыбы /Тема:«Заниматься нам не лень» ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить перебрасывание мяча. <b>ОВД</b> •ходьба по наклонной доске, прямо, руки в стороны,</p>	<p>работы.</p>
---	---	---	--	---	----------------

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• равновесие – ходьба по наклонной доске боком, руки в стороны, свободно балансируют; переход на гимнастическую скамейку, ходьба боком, приставным шагом, руки на пояс;</li> <li>• прыжки на двух ногах через бруски (расстояние между брусками 50 см);</li> <li>• броски мяча друг другу двумя руками из-за головы, стоя в двух шеренгах (расстояние 2,5 м).</li> </ul> <p>Подвижная игра: «Ловишки с ленточками».</p> <p style="text-align: center;">9.50 – 10.10</p> <p>3. Предшкольная группа № 7 Тақырыбы /Тема:«Заниматься нам не лень» 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. <b>ОВД</b> 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; <li>• прыжки на двух ногах через</li> </p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• равновесие – ходьба по наклонной доске боком, руки в стороны, свободно балансируют; переход на гимнастическую скамейку, ходьба боком, приставным шагом, руки на пояс;</li> <li>• прыжки на двух ногах через бруски (расстояние между брусками 50 см);</li> <li>• броски мяча друг другу двумя руками из-за головы, стоя в двух шеренгах (расстояние 2,5 м).</li> </ul> <p>Подвижная игра: «Ловишки с ленточками».</p> <p style="text-align: center;">10.20 – 10.40</p> <p>3. Предшкольная группа № 11 Тақырыбы /Тема:«Заниматься нам не лень» 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. <b>ОВД</b> 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; <li>• прыжки на двух ногах через</li> </p>	<p>переход на гимнастическую скамейку. Ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи (расстояние между мячами 2 шага ребенка);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки на двух ногах между набивными мячами (дистанция 4 м);</li> <li>• перебрасывание мячей (диаметр 20-25 см) друг другу в парах произвольным способом.</li> </ul> <p>Игра «Сделай фигуру».</p> <p style="text-align: center;">10.20 – 10.40</p> <p>3.Предшкольная группа № 7 Тақырыбы/Тема:«Заниматься нам не лень» ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить перебрасывание мяча. <b>ОВД</b> •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); <li>• прыжки на двух ногах между набивными мячами (дистанция 4 м);</li> </p>	<p>переход на гимнастическую скамейку. Ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи (расстояние между мячами 2 шага ребенка);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки на двух ногах между набивными мячами (дистанция 4 м);</li> <li>• перебрасывание мячей (диаметр 20-25 см) друг другу в парах произвольным способом.</li> </ul> <p>Игра «Сделай фигуру».</p> <p style="text-align: center;">10.20 – 10.40</p> <p>3.Предшкольная группа № 11 Тақырыбы/Тема:«Заниматься нам не лень» ОРУ комплекс № 7 Мақсаты/ Цель: Разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить перебрасывание мяча. <b>ОВД</b> •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); <li>• прыжки на двух ногах между набивными мячами</li> </p>	
--	---	---	--	--	--

	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».	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».	• перебрасывание мячей (диаметр 20-25 см) друг другу в парах произвольным способом. Игра «Сделай фигуру».	(дистанция 4 м); • перебрасывание мячей (диаметр 20-25 см) друг другу в парах произвольным способом. Игра «Сделай фигуру».	
Серуен Прогулка	11.10-12.10 Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений. Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес балалармен жеке жұмыс.				
Самостоятельная работа в зале Залдағы өзіндік жұмыс	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей. Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.				
Өзіндік жұмыс Работа по самообразованию	13.00.-15.12 Консультации для педагогов старших групп	13.00.-15.12 Работа с документацией Пополнение картотек	13.00.-15.12 Консультации для педагогов дошкольных групп	13.00.-15.12 Работа с документацией, написание планов, циклограмм.	13.00.-15.12 Работа с документами (картотеки, планы)

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

**Циклограмма ОД инструктора по физической культуре на 2024 -2025 учебный год**  
**декабрь (9.12 - 13.12)**  
**Дене шынықтыру нұсқаушысының 2024 - 2025 оқу жылына арналған**  
**ұйымдастырылған іс-әрекеттің циклограммасы**  
**желтоқсан айы (9.12 - 13.12)**

Апта дәйексөзі: «Бінтымақ жүрген жерде ырыс бірге жүреді» Цитата недели: «Там, где идет солидарность, вместе идет изобилие»					
Задача: приобщать к физической культуре, развивать физические качества: силу, скорость, выносливость, гибкость; создавать условия для проведения национальных подвижных игр.					
Күн тәртібі Режим дня	Дүйсенбі Понедельник	Сейсенбі Вторник	Сәрсенбі Среда	Бейсенбі Четверг	Жұма Пятница
Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық	8.00-8.10 Проветривание. Подготовка к утренней гимнастики Таңғы жаттығуға дайындық				
Таңғы жаттығу	8.10- 8.30 Утренняя гимнастика по плану воспитателей. Таңғы жаттығу				
Прдготовка к ОД Ұйымдастырылған іс-әрекетке дайындық	8.40 - 9.00 Подготовка атрибутов, влажная уборка в зале (пом. воспитателя) Атрибуттарды дайындау, залды дымқыл тазалау (тәрбиешінің көмегімен)				
ОД 9.00 -10.40 Ұйымдастырылған іс-әрекет при проведении	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 Тақырыбы /Тема: «Мы со спортом дружим» ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Учить бросать мяч вертикально вниз о пол и ловить его	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№ 9 Тақырыбы /Тема: «Мы со спортом дружим» ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Учить бросать мяч вертикально вниз о пол и	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№12 Тақырыбы /Тема: «Мы со спортом дружим» ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Учить ползать по гимнастической	9.00 – 9.20 1.Старшая группа№ 9 Тақырыбы /Тема: «Мы со спортом дружим» ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Учить ползать по гимнастической	9.00 – 11.00 Изучение методических инновационных разработок, с целью использования

<p>образовательной деятельности в спортивном зале, проводится проветривание и влажная уборка, между занятиями.</p>	<p>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.</p> <p><b>ОВД</b> 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 9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа № 3 Тақырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом» ОРУ комплекс № 8 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.</p> <p><b>ОВД</b> Ходьба по кругу. По сигналу остановка, поворот в другую сторону и бег по кругу.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на правой и левой ноге (расстояние 5 м);</li> <li>• броски мяча вверх и ловля его двумя руками;</li> </ul>	<p>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.</p> <p><b>ОВД</b> 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 9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа № 8 Тақырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом» ОРУ комплекс № 8 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.</p> <p><b>ОВД</b> Ходьба по кругу. По сигналу остановка, поворот в другую сторону и бег по кругу.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки с ноги на ногу,</li> </ul>	<p>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.</p> <p><b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа № 3 Тақырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом» ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и</p>	<p>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.</p> <p><b>ОВД</b> 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. 9.25 – 9.45</p> <p>2. Предшкольная группа № 8 Тақырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом» ОРУ комплекс № 8 Мақсаты/ Цель: Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и</p>	<p>для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.</p>
--	---	---	---	---	---

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ползание на четвереньках между предметами.</li> </ul> <p>Игра «Не оставайся на полу».</p> <p>III часть. Игра малой подвижности «У кого мяч?».</p> <p>9.50 – 10.10</p> <p>3. Предшкольная группа № 7</p> <p>Тақырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом»</p> <p>ОРУ комплекс № 8</p> <p>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.</p> <p><b>ОВД</b></p> <p>Ходьба по кругу. По сигналу остановка, поворот в другую сторону и бег по кругу.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на правой и левой ноге (расстояние 5 м);</li> <li>• броски мяча вверх и ловля его двумя руками;</li> <li>• ползание на четвереньках между предметами.</li> </ul> <p>Игра «Не оставайся на полу».</p> <p>III часть. Игра малой подвижности «У кого мяч?».</p>	<p>продвигаясь вперед на правой и левой ноге (расстояние 5 м);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• броски мяча вверх и ловля его двумя руками;</li> <li>• ползание на четвереньках между предметами.</li> </ul> <p>Игра «Не оставайся на полу».</p> <p>III часть. Игра малой подвижности «У кого мяч?».</p> <p>10.20-10.40</p> <p>3. Предшкольная группа № 11</p> <p>Тақырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом»</p> <p>ОРУ комплекс № 8</p> <p>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.</p> <p><b>ОВД</b></p> <p>Ходьба по кругу. По сигналу остановка, поворот в другую сторону и бег по кругу.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на правой и левой ноге (расстояние 5 м);</li> <li>• броски мяча вверх и ловля его двумя руками;</li> <li>• ползание на четвереньках между предметами.</li> </ul> <p>Игра «Не оставайся на полу».</p> <p>III часть. Игра малой подвижности «У кого мяч?».</p>	<p>прокатывание мяча.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки попеременно на правой и левой ноге (дистанция 5 м);</li> <li>• ползание по прямой, подталкивая мяч головой (дистанция 3–4 м);</li> <li>• прокатывание набивного мяча</li> </ul> <p>Игра «Мороз Красный нос»</p> <p>10.20- 10.40</p> <p>3. Предшкольная группа № 7</p> <p>Тақырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом»</p> <p>ОРУ комплекс № 8</p> <p>Мақсаты/ Цель: Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и прокатывание мяча.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки попеременно на правой и левой ноге (дистанция 5 м);</li> <li>• ползание по прямой, подталкивая мяч головой (дистанция 3–4 м);</li> <li>• прокатывание набивного мяча</li> </ul> <p>Игра «Мороз Красный нос»</p>	<p>прокатывание мяча.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки попеременно на правой и левой ноге (дистанция 5 м);</li> <li>• ползание по прямой, подталкивая мяч головой (дистанция 3–4 м);</li> <li>• прокатывание набивного мяча</li> </ul> <p>Игра «Мороз Красный нос».</p> <p>10.20-10.40</p> <p>3. Предшкольная группа № 11</p> <p>Тақырыбы /Тема: «Игры и упражнения с мячом»</p> <p>ОРУ комплекс № 8</p> <p>Мақсаты/ Цель: Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и прокатывание мяча.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• прыжки попеременно на правой и левой ноге (дистанция 5 м);</li> <li>• ползание по прямой, подталкивая мяч головой (дистанция 3–4 м);</li> <li>• прокатывание набивного мяча</li> </ul> <p>Игра «Мороз Красный нос».</p>	
<p>Серуен Прогулка</p>	<p>11.10-12.10</p> <p>Наблюдение за двигательной деятельностью детей на прогулке, закрепление подвижных игр, индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений.</p> <p>Балалардың серуендегі қимыл-қозғалысын бақылау, ашық ойындарды бекіту, негізгі қимыл-қозғалыстарын дамыту бойынша жаңа және белсенді емес</p>				

	балалармен жеке жұмыс.
Самостоятельная работа в зале Залдағы өзіндік жұмыс	12.15-13.00 Уборка оборудования, проветривание, подготовка к занятиям, работа по проекту, подготовка к семинару, педагогическому совету, подготовка информации в уголки для родителей. Жабдықты тазалау. Желдету, сабаққа дайындық, жобалық жұмыс, семинарға, педагогикалық кеңеске дайындық, ата-аналарға арналған бұрыштарда ақпарат дайындау, бақылау, балалардың іс-әрекеті.
Өзіндік жұмыс Работа по самообразованию	14.00.-15.12 Құжаттамамен жұмыс, жоспарларды, циклограммаларды жазу. Работа с документацией, написание планов, циклограмм.

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