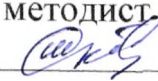




Согласовано:
методист

Т.А.Скачкова

Рассмотрено на
педсовете
Протокол № 1
от 28 08 2024г

**Циклограмма воспитательно-образовательного процесса на 2024-2025 учебный год на основе
Типового учебного плана дошкольного воспитания и обучения и Типовой учебной программы
дошкольного воспитания и обучения**

**Предмет: Физическая культура
Разновозрастная группа «Солнышко»
Инструктор по физической культуре: Скачкова Е.А.**

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса «Физическая культура»

Тема месяца по программе «Біртұтас тәрбие» - «Трудолюбие и профессионализм»

Физ.инструктор Скачкова Е.А.
ГККП «Ясли детский сад «Балауса»
Сентябрь

1-я неделя (02.09.2024–06.09.2024)

Цитата недели: «Білім - қымбат қазына, қанағат тұтпа азына» (Мұзафар Әлімбаев)

Понедельник 02.09.	Вторник 03.09	Среда 04.09	Четверг 05.09	Пятница 06.09
9:00 - Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс упражнений с кубиками. (Физическая культура, музыка, ознакомление с окружающим миром) 1. Исходное положение: ноги врозь, корпус прямой, руки вниз. 1.1. Дети, вытягивая руки вперед, раскрывают ладонь, произносят: «Вот». 1.2. Исходное положение: (повторить 4–5 раз). 2. Исходное положение: ноги врозь, корпус прямой, держат кубики на уровне груди. 2.1. Повороты направо, вытягивая руки, показывают кубики и произносят: «Вот. Вот». 2.2. Исходное положение: (повторить на левой стороне 4 раза). 3. Исходное положение: ноги врозь, корпус расслаблен, руки вниз. 3.1. Сесть на пол, вытягивая руки вперед, произносят: «Вот». 1.2. Исходное положение: (повторить 4–5 раз). 3.2. Исходное положение: (повторить 3 раз). 4. Исходное положение: ноги вместе, корпус расслаблен, держат кубики на уровне груди. 4.1. Прыжки на месте, руки на уровне груди, сжать ладони. 4.2. Исходное положение: ладонь раскрыта, произнести: «Вот» (повторить 3 раза).				
"Мы красиво идем в строю". Задачи: развивать навыки свободной ходьбы в колонне по одному, друг за другом, с высоким подниманием колен, соблюдая интервал; умение слушать команду и двигаться по сигналу; навыков катания мячей друг другу. Подвижная игра "Бегите ко мне". Подвижная игра "Как прыгают лесные звери?"		"Смирно в строю!". Задачи: формировать навыки свободной ходьбы в колонне по одному, друг за другом, с высоким подниманием колен, соблюдая интервал; закрепить навыки прыжков на двух ногах, с продвижением вперед 2-3 метра; навыки катания мячей друг другу в положении сидя. Подвижная игра "Попади в круг". Подвижная игра "По ровненькой дорожке".		"В круг вместе с Колобком". Задачи: формировать навыки построения в круг и техники прыжка в длину с места; навыки катания мяча с расстояния 1.5-2 метра в положении сидя, в ворота. Развивать физические качества: ловкость, быстроту, координацию, способствующие укреплению здоровья. Игровое упражнение "Брось мяч в цель". Подвижная игра "Догони меня".

Проверил:
Методист:

29.08.2024г
@skif

Цитата недели: «Жанұям - қорғаным, ата-анам - тірегім!»
2-я неделя (09.09.2024–13.09.2024)

Понедельник 09.09.	Вторник 10.09	Среда 11.09	Четверг 12.09	Пятница 13.09
9:00 Утренняя гимнастика Комплекс упражнений с кубиками. (физическая культура, музыка, ознакомление с окружающим миром, развитие речи) 1. Исходное положение: ноги врозь, корпус прямой, руки вниз. 1.1. Дети, вытягивая руки вперед, раскрывают ладонь, произносят: «Вот». 1.2. Исходное положение: (повторить 4–5 раз). 2. Исходное положение: ноги врозь, корпус прямой, держат кубики на уровне груди. 2.1. Повороты направо, вытягивая руки, показывают кубики и произносят: «Вот. Вот». 2.2. Исходное положение: (повторить на левой стороне 4 раза). 3. Исходное положение: ноги врозь, корпус расслаблен, руки вниз. 3.1. Сесть на пол, вытягивая руки вперед, произносят: «Вот». 1.2. Исходное положение: (повторить 4–5 раз). 3.2. Исходное положение: (повторить 3 раз). 4. Исходное положение: ноги вместе, корпус расслаблен, держат кубики на уровне груди. 4.1. Прыжки на месте, руки на уровне груди, сжать ладони. 4.2. Исходное положение: ладонь раскрыта, произнести: «Вот» (повторить 3 раза).				
"Построение в круг". Задачи: развивать навыки построения в круг и свободной ходьбы с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом, с высоким подниманием колен; в колонне по одному, друг за другом, на носочках, соблюдая интервал. Малоподвижная игра "Пузырь". Подвижная игра "Такси".		"Наш веселый круг". Задачи: закрепить навыки прыжка в длину; катания мяча в ворота; во время подвижной игры закрепить навык метания в горизонтальную цель; развивать физические качества: ловкость, быстроту. Подвижная игра "Тюбетейка". Малоподвижная игра "Пузырь".		"Неуклюжий медвежонок". Задачи: формировать навыки ходьбы в колонне по одному, не натываясь друг на друга, на носках; развивать навыки самостоятельного становления в строй, навыкам ходьбы по наклонной доске и умению ползать в прямом направлении. Подвижная игра "Поезд". Подвижная игра "Пройди мишкой, проползи мышкой".

Проверил: 06.09.2024
 Методист: @keta

Цитата недели: «Ақырын жүріп анық бас, енбегің кетпес далаға!» (Абай)

3-я неделя (16.09.2024–20.09.2024)

Понедельник 16.09.	Вторник 17.09	Среда 18.09	Четверг 19.09	Пятница 20.09
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс упражнений (с полотенцами) (физическая культура, музыка, ознакомление с окружающим миром, развитие речи) 1. Исходное положение: ноги врозь, корпус прямой, руки вниз. 1.1. Дети закрывают лицо полотенцем и произносят: «Найди меня». 1.2. Исходное положение (повторить 4–5 раз). 2. Исходное положение: ноги врозь, корпус прямой, руки вниз. 2.1. Повороты направо, вытягивая руки, мнут полотенце и произносят: «Стираем». 2.2. Исходное положение (повторить на левой стороне 4 раза). 3. Исходное положение: сидят на полу, ноги врозь, полотенца на коленках. 3.1. Ложатся на спинку, закрывают полотенцем лицо и произносят: «Поспим». 3.2. Исходное положение (повторить 3 раза). 4. Исходное положение: ноги вместе, корпус расслаблен, руки вниз. 4.1. Полотенце на уровне груди, прыжки на месте. 4.2. Исходное положение (повторить 3 раза).				
"Ходьба на носках". Задачи: развивать технику ходьбы по наклонной доске и ползания по заданному направлению; подвижность, координацию движений, умение реагировать на сигнал воспитателя. Подвижная игра "Мыши и кот". Малоподвижная игра "Кто пройдет тише".		"Ходьба по наклонной доске". Задачи: развивать навыки построения в круг; ходьбы в колонне по одному не натываясь друг на друга, на носках; навыки бега в колонне по одному, друг за другом, соблюдая интервал; закрепить технику ходьбы по наклонной доске и ползания по заданному направлению. Подвижная игра "Поезд". Малоподвижная игра "Пузырь".		"Солнечный Казахстан". Задачи: учить детей ходить в строю друг за другом на носочках; учить навыкам самостоятельного становления в строй, построению в круг и перестроению; учить навыкам ходьбы по бревну; бросанию и ловле мяча. Подвижная игра "Мой весёлый звонкий мяч". Подвижная игра "Ой, ужалит".

Проверил: 13.09.2024
Методист: @kif

Цитата недели: «Еңбек - жай ғана қызмет емес, адам болмысының айнасы.» (Абай)
4-я неделя (23.09.2024–27.09.2024)

Понедельник 02.09.	Вторник 03.09	Среда 04.09	Четверг 05.09	Пятница 06.09
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс упражнений (с полотенцами) (физическая культура, музыка, ознакомление с окружающим миром, развитие речи) 1. Исходное положение: ноги врозь, корпус прямой, руки вниз. 1.1. Дети закрывают лицо полотенцем и произносят: «Найди меня». 1.2. Исходное положение (повторить 4–5 раз). 2. Исходное положение: ноги врозь, корпус прямой, руки вниз. 2.1. Повороты направо, вытягивая руки, мнут полотенце и произносят: «Стираем». 2.2. Исходное положение (повторить на левой стороне 4 раза). 3. Исходное положение: сидят на полу, ноги врозь, полотенца на коленках. 3.1. Ложатся на спинку, закрывают полотенцем лицо и произносят: «Поспим». 3.2. Исходное положение (повторить 3 раза).				
"Круглое как солнышко". Задачи: развивать навыки построения в круг; ходьбы в колонне по одному не натывая друг на друга, на носках; навыки бега в колонне по одному, друг за другом, соблюдая интервал. Подвижная игра "Бегите к флажку". Подвижная игра "Лови-бросай, не роняй!"		"Ходьба по бревну". Задачи: закрепить технику ходьбы по бревну; навыки бросания и ловле мяча. Подвижная игра "Попади в круг". Подвижная игра "Ой, ужалил!"		"Покатились яблоки". Задачи: формировать навыки ходьбы в колонне по одному, друг за другом на носках, пятках; учить навыкам самостоятельного становления в строй, построения в круг; развивать навыки метания в горизонтальную цель с прыжками вверх; захватывание мяча двумя ногами, катание мяча сидя-стоя. Малоподвижная игра "Кто пройдет тише". Подвижная игра "Полосатый мячик".

Проверил: 20.09.2024г
Методист: @ket

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса ««Физическая культура»

Тема месяца по программе «Біртұтас тәрбие» - Октябрь – месяц независимости и патриотизма

Физ.инструктор Скачкова Е.А..
ГККП «Ясли детский сад «Балауса»
Октябрь

1-я неделя (30.09.2024–04.10.2024)

Цитата недели: «Ел-жұртымның бақыты аталатын, сөнбесін мәңгі сенің, Отан, атың!»

Понедельник 30.09.	Вторник 01.10	Среда 02.10	Четверг 03.10	Пятница 04.10
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс общеразвивающих упражнений (с листочками) (физическая культура, развитие речи, ознакомление с окружающим миром) 1). ИП: стоя, ноги на ширине плеч, листочки в опущенных руках вдоль туловища. 1- вытянуть руки вперед, 2-3 помахать, 4- ИП. Повторить 4 раза. 2). ИП: стоя, ноги на ширине плеч, листочки в опущенных руках вдоль туловища. 1- поднять руки вверх, 2-3 - помахать, 4- ИП. Повторить 4 раза. 3). ИП: стоя, ноги на ширине плеч, листочки в опущенных руках вдоль туловища. 1- вытянуть руки вперед, 2 повернуться в одну сторону, 3 - вперед, 4- ИП. Повторить по 2 раза на каждую сторону. 4). ИП: стоя, ноги шире плеч, листочки в опущенных руках вдоль туловища. 1- наклониться вперед, коснуться листочками носков, 2- ИП. Повторить 4 раза. 5). Прыжки на месте, руки с листочками перед собой, согнуты в локтях. 8 раз. С переходом в марш 8 раз. Повторить 2 раза. 6). Упражнение на дыхание.				
"Мяч в кругу". Задачи: развивать навыки ходьбы в колонне по одному, друг за другом на носках, пятках; учить навыкам самостоятельного становления в строй; построения в круг; развивать навыки метания в горизонтальную цель. Подвижная игра "Поймай комара". Малоподвижная игра "Мяч в кругу".		"Щедрая осень". Задачи: продолжать формировать навыки ходьбы в колонне по одному, друг за другом на носках, пятках; учить навыкам самостоятельного построения в круг, и из круга в строй. Игровое упражнение "Чемпион". Подвижная игра "Такси".		"Мой веселый, звонкий мяч". Задачи: развивать навыки метания в горизонтальную цель с прыжками вверх; закрепить навыки захватывания мяча двумя ногами, катания мяча сидя-стоя. Подвижная игра "Попади в круг". Подвижная игра "Стой".

Проверил:
Методист:

27.09.2024
[Подпись]

2-я неделя (07.10.2024–11.10.24)

Цитата недели: «Туған жердей жер болмас, туған елдей ел болмас!»

Понедельник 07.10.	Вторник 08.10	Среда 09.10	Четверг 10.10	Пятница 11.10
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс общеразвивающих упражнений (с листочками) (физическая культура, развитие речи, ознакомление с окружающим миром) 1). ИП: стоя, ноги на ширине плеч, листочки в опущенных руках вдоль туловища. 1- вытянуть руки вперед, 2-3 помахать, 4- ИП. Повторить 4 раза. 2). ИП: стоя, ноги на ширине плеч, листочки в опущенных руках вдоль туловища. 1- поднять руки вверх, 2-3 - помахать, 4- ИП. Повторить 4 раза. 3). ИП: стоя, ноги на ширине плеч, листочки в опущенных руках вдоль туловища. 1- вытянуть руки вперед, 2 повернуться в одну сторону, 3 - вперед, 4- ИП. Повторить по 2 раза на каждую сторону. 4). ИП: стоя, ноги шире плеч, листочки в опущенных руках вдоль туловища. 1- наклониться вперед, коснуться листочками носков, 2- ИП. Повторить 4 раза. 5). Прыжки на месте, руки с листочками перед собой, согнуты в локтях. 8 раз. С переходом в марш 8 раз. Повторить 2 раза.				
"Волшебный подарок осени". Задачи: формировать навыки ходьбы в колонне по одному, друг за другом на носках, пятках; развивать навыки метания в горизонтальную цель с прыжками вверх; ходьбы по наклонной доске. Игровое упражнение "Чемпион". Подвижная игра "У медведя во бору".		"Капельки дождя". Задачи: продолжать развивать технику метания в горизонтальную цель с прыжками вверх; закрепить навыки ходьбы по наклонной доске. Подвижная игра "Солнышко и дождик". Малоподвижная игра "Пузырь".		"Ценность хлеба". Задачи: развивать умение ходить в колонне по одному на носках, пятках. Формировать навыки ходьбы по бревну; бросании и ловле мяча; развивать навыки ходьбы в строю, построения в круг. Подвижная игра "Чемпион". Подвижная игра: "У медведя во бору".

Проверил: 04.10.2024г
Методист: @kef

3-я неделя (14.10.2024-18.10.2024)

Цитата недели: «Отанды сую - отбасынан басталады!»

Понедельник 14.10	Вторник 15.10	Среда 16.10	Четверг 17.10	Пятница 18.10
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс общеразвивающих упражнений (с мячом) (физическая культура, развитие речи, ознакомление с окружающим миром) 1). ИП: стоя, ноги на ширине плеч, мяч перед собой. 1- вытянуть руки вперед, 2-вверх, 3- вперед, 4- ИП. Повторить 4 раза. 2). ИП: стоя, ноги на ширине плеч, мяч в руках, внизу. 1- поднять руки вверх, 2- ИП. Повторить 4 раза. 3). ИП: стоя, ноги на шири плеч, мяч перед собой. 1- вытянуть руки вперед, 2- повернуться в одну сторону, 3 - вперед, 4- ИП. Повторить по 2 раза на каждую сторону. 4). ИП: стоя, ноги шире плеч, мяч перед собой. 1- наклониться вперед, коснуться мячом пола, 2- ИП. Повторить 4 раза. 5). Прыжки на месте, руки на поясе. Мяч лежит перед собой. 8 раз. С переходом в марш 8 раз. Повторить 2 раза. 6). Упражнение на дыхание.				
"Круглый каравай". Задачи: учить ходить в колонне по одному на носках, пятках; формировать навыки ходьбы по бревну, сохраняя равновесие; бросании и ловле мяча. Развивать навыки ходьбы в строю, построения в круг. Подвижная игра "Попади в круг". Подвижная игра "Найди себе пару"		"Всем нужен хлеб". Задачи: закрепить навыки ходьбы по бревну, сохраняя равновесие; бросание и ловлю мяча; развивать навыки ходьбы в строю, построения в круг. Подвижная игра "Лови,бросай и не роняй". Подвижная игра "Догони меня".		"Скачет по дорожке воробышек". Задачи: продолжать формировать навыки ходьбы в колонне по одному, друг за другом на носках, пятках; развивать навыки захватывания мяча двумя ногами, катание мяча сидя-стоя. Подвижная игра "Воробышек и кот". Подвижная игра "Мяч в кругу".

Проверил: 18.10.2024г.
Методист: @mzf

4-я неделя (21.10.2024-24.10.2024)
Цитата недели: «Отаным - алтын бесігім!»

Понедельник 21.10.	Вторник 22.10	Среда 23.10	Четверг 24.10	Пятница
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс общеразвивающих упражнений (с мячом) (физическая культура, развитие речи, ознакомление с окружающим миром) 1). ИП: стоя, ноги на ширине плеч, мяч перед собой. 1- вытянуть руки вперед, 2-вверх, 3- вперед, 4- ИП. Повторить 4 раза. 2). ИП: стоя, ноги на ширине плеч, мяч в руках, внизу. 1- поднять руки вверх, 2- ИП. Повторить 4 раза. 3). ИП: стоя, ноги на шири плеч, мяч перед собой. 1- вытянуть руки вперед, 2- повернуться в одну сторону, 3 - вперед, 4- ИП. Повторить по 2 раза на каждую сторону. 4). ИП: стоя, ноги шире плеч, мяч перед собой. 1- наклониться вперед, коснуться мячом пола, 2- ИП. Повторить 4 раза. 5). Прыжки на месте, руки на поясе. Мяч лежит перед собой. 8 раз. С переходом в марш 8 раз. Повторить 2 раза. 6). Упражнение на дыхание.				
"Мы любим прыгать". Задачи: продолжать формировать навыки бега с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом, на носках, координирование движения рук и ног, соблюдая интервал, меняя направление, по кругу, с остановкой. Подвижная игра "Воробышек и кот". Подвижная игра "По ровненькой дорожке".		"Прыжки на месте на двух ногах вокруг себя". Задачи: учить детей совершать круговые прыжки на одном месте; приучать к ходьбе по наклонной доске. Подвижная игра " Найди свое место".		

Проверил: 18.10.2024г.
 Методист: *Андрей*

5-я неделя (28.10.2024-01.11.2024)
Цитата недели: «Отаным - алтын бесігім!»

Понедельник 28.10.	Вторник 29.10	Среда 30.10	Четверг 31.10	Пятница 01.11
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс общеразвивающих упражнений (с кубиками) (физическая культура, развитие речи, ознакомление с окружающим миром) 1. ИП: ноги врозь, корпус прямой, руки вниз. 1- руки вперед, раскрыть ладони, произнести "вот". 2- ИП. (Повторить 4-5р) 2. ИП: ноги врозь, корпус прямой, кубики на уровне груди. 1- поворот направо, вытянуть руки, показать кубики, произнести "вот", "вот". 2 - ИП. 3 - то же, что и 1. 4 - ИП (Повторить на каждую сторону по 3 раза) 3. ИП: ноги врозь, корпус расслаблен, руки внизу. 1 - сесть на корточки, вытянуть руки вперед, произнести "вот". 2- ИП (Повторить 4-5р) 4. ИП: ноги вместе, корпус расслаблен, кубики на уровне груди. Прыжки на месте. 1-4 по три раза. Переход в марш 1-4 по три раза. Повторить упражнение с прыжками и упражнение на дыхание.				
"Щедрый петушок". Задачи: формировать навыки ходьбы в колонне по одному, друг за другом на носках, пятках. Развивать технику прыжка в длину с места, в плоский обруч, лежащий на земле. Подвижная игра "Зайка беленький". Малоподвижная игра "Летает – не летает"		"Мы спортивные ребята". Задачи: развивать навыки лазания по наклонной лестнице; прыжка двумя ногами, с продвижением вперед. Привлекать к совместным подвижным играм, правилам позитивных взаимоотношений. Подвижная игра "Проползи – не задень". Малоподвижная игра "Пузырь".		"Лазание по наклонной лестнице". Задачи: развивать навыки лазания по наклонной лестнице; прыжка двумя ногами, с продвижением вперед. Привлекать к совместным подвижным играм, правилам позитивных взаимоотношений. Подвижная игра "Паучок". Малоподвижная игра "Кто пройдет тише".

Проверил: 24.10.2024
 Методист: *евнеф*

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса ««Физическая культура»

Тема месяца по программе «Біртұтас тәрбие» - Ноябрь – месяц справедливости и ответственности

Физ.инструктор Скачкова Е.А.
ГККП «Ясли детский сад «Балауса»
Ноябрь

1-я неделя (04.11.2024-08.11.2024)

Цитата недели: «Әділдік пен жауапкершілік - біртұтас ұғым!»

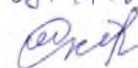
Понедельник 04.11.	Вторник 05.11	Среда 06.11	Четверг 07.11	Пятница 08.11
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс общеразвивающих упражнений (с кубиками) (физическая культура, развитие речи, ознакомление с окружающим миром) 1. ИП: ноги врозь, корпус прямой, руки вниз. 1- руки вперед, раскрыть ладони, произнести "вот". 2- ИП. (Повторить 4-5р) 2. ИП: ноги врозь, корпус прямой, кубики на уровне груди. 1- поворот направо, вытянуть руки, показать кубики, произнести "вот", "вот". 2 - ИП. 3 - то же, что и 1. 4 - ИП (Повторить на каждую сторону по 3 раза) 3. ИП: ноги врозь, корпус расслаблен, руки внизу. 1 - сесть на корточки, вытянуть руки вперед, произнести "вот". 2- ИП (Повторить 4-5р) 4. ИП: ноги вместе, корпус расслаблен, кубики на уровне груди. Прыжки на месте. 1-4 по три раза. Переход в марш 1-4 по три раза. Повторить упражнение с прыжками и упражнение на дыхание.				
"Мчатся машины". Задачи: формировать навыки ходьбы в колонне по одному, друг за другом на носках, пятках; развивать навыки самостоятельного построения в круг, навыки ползания под дугу, технику прыжка в длину с места, в плоский обруч, лежащий на земле. Подвижная игра "Птички и кошка". Малоподвижная игра "Светофор".		"Крепче держим руль". Задачи: формировать навыки построения в круг (с помощью педагога, по зрительным ориентирам); ходьба по дощечкам, которые положены на расстоянии 10 см. Подвижная игра "Автомобили". Упражнение для профилактики плоскостопия "Часы".		"Улицы нашего города". Задачи: продолжать развивать навыки самостоятельного построения в круг; навыки свободной ходьбы по деревянным доскам. Закрепить навыки ползания под дугу; прыжка двумя ногами, с продвижением вперед. Подвижная игра "Воробушки и автомобиль". Малоподвижная игра "Пузырь".

Проверил: 01.11.2024
Методист: @kpf

2-я неделя (11.11.2024-15.11.2024)
Цитата недели: «Тура биде туган жок!»

Понедельник 11.11	Вторник 12.11	Среда 13.11	Четверг 4.11	Пятница 15.11
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс общеразвивающих упражнений (гимнастической палкой) 1. ИП: ОС, руки в опущенных руках перед собой. 1 - руки в палкой вперед, 2 - ИП. (Повторить 4-5раз) 2. ИП: ОС, ноги врозь, двумя руками держать палку, на ногах. 1- не разгибая рук, поднять палку над головой. 2 - палку за голову на плечи. 3 - повторить упр. 1. 4- ИП. (Повторить 4-5р) 3. ИП: ОС, палку внизу в опущенных руках перед собой. 1- палка вперед, 2 - поворот влево, 3 - повторить 1 упр. 4 -ИП. То же в вправую сторону. (Повторить на каждую сторону по 2 р) 4. ИП: ОС, руки на поясе, палка на полу. 1-4 легкие прыжки на месте. 1-4 по три раза. Переход в марш 1-4 по три раза. Повторить упражнение с прыжками и упражнение на дыхание.				
"Серый зайчик". Задачи: продолжать формировать навыки бега в колонне по одному, друг за другом, на носочках, координирование движения рук и ног, лазания по наклонной лестнице, влезание на гимнастическую стенку и спуск. Подвижная игра "Бегите ко мне". Малоподвижная игра "Зайка серый умывается."		"Прыгай выше". Задачи: формировать технику прыжка в длину с места, в плоский обруч, лежащий на земле; через предмет высотой 5–10 сантиметров, прыжки вверх с касанием предмета головой на двух ногах, продвигаясь вперед на расстояние 2–3 метра. Подвижная игра "С кочки на кочку". Малоподвижная игра "Мяч в кругу".		"Свободный бег". Задачи: развивать технику прыжка в длину с места, в плоский обруч, лежащий на земле; через предмет высотой 5–10 сантиметров, прыжки вверх с касанием предмета головой на двух ногах продвигаясь вперед. Подвижная игра "Воробушки и кот" (бег и прыжки). Упражнение для профилактики плоскостопия "Часы".

Проверил:
Методист:

08.11.2024


3-я неделя (18.11.2024-22.11.2024)

Цитата недели: «Жауапкершілік - адамгершілік қасиеттің көрінісі»

Понедельник 18.11.	Вторник 19.11	Среда 20.11	Четверг 21.11	Пятница 22.11
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс общеразвивающих упражнений (гимнастической палкой) 1. ИП: ОС, руки в опущенных руках перед собой. 1 - руки в палкой вперед, 2 - ИП. (Повторить 4-5раз) 2. ИП: ОС, ноги врозь, двумя руками держать палку, на ногах. 1- не разгибая рук, поднять палку над головой. 2 - палку за голову на плечи. 3 - повторить упр.1. 4- ИП. (Повторить 4-5р) 3. ИП: ОС, палку внизу в опущенных руках перед собой. 1- палка вперед, 2 - поворот влево, 3 - повторить 1упр. 4 -ИП. То же в вправую сторону. (Повторить на каждую сторону по 2 р) 4. ИП: ОС, руки на поясе, палка на полу. 1-4 легкие прыжки на месте. 1-4 по три раза. Переход в марш 1-4 по три раза. Повторить упражнение с прыжками и упражнение на дыхание.				
"Колобок". Задачи: продолжать формировать навыки бега в колонне по одному, друг за другом, на носочках, по кругу, с остановкой, "змейкой", обходя предметы; навыки бега с одной стороны площадки на другую; лазания по наклонной лестнице, влезания на гимнастическую стенку и спуск. Подвижная игра "Бегите ко мне". Игра малой подвижности "Чтобы сильным, ловким быть".		"Быстрее, выше, сильнее". Задачи: продолжать формировать навыки бега в колонне по одному, друг за другом, на носочках, координирование движения рук и ног, соблюдая интервал, меняя направление; развивать навыки ползания в прямом направлении между расставленными предметами "змейкой". Подвижная игра «Мыши и кот». Упражнение для профилактики плоскостопия "Часы".		"Ползание "змейкой". Задачи: продолжать формировать навыки бега с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом, на носочках, координирование движения рук и ног, соблюдая интервал, меняя направление. Подвижная игра "Тюбетейка". Малоподвижная игра "Пузырь".

Проверил: 15.11.2024
 Методист: @nef

4-я неделя (25.11.2024-29.11.2024)

Цитата недели: «Әділетте берік болсаң аяғың таймайды!»

Понедельник 25.11	Вторник 26.11	Среда 27.11	Четверг 28.11	Пятница 29.11
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс общеразвивающих упражнений (с флажками) 1. ИП: стоя, ноги на ширине плеч, флажок в одной руке. 1- поднять руки вверх, 2-3 - помахать, 4-ИП. Повторить 3 раза. 2. ИП: сидя, ноги врозь, флажок держать руками внизу перед собой. 1- поднять руки перед грудью, 2- поднять флажок вверх, посмотреть на флажок, 3 - флажок перед грудью, 4-ИП. Повторить 3 раза. 3. ИП: лежа, ноги вместе, флажок на груди. 1- поднять флажок, 2 ИП. Повторить 4 раза. 4. ИП: сидя, ноги врозь, флажок держать в руках внизу. 1 - потянуться вперед, конец флажка между ног. 2 - ИП. Повторить 3 раза. 5. ИП: стоя, ос, флажок рядом на земле. Свободные прыжки на месте. (по 8 раз). Марш на месте (8 раз). Упражнение на дыхание.				
"Медведь в спячке". Задачи: формировать навыки бега с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом соблюдая интервал, меняя направление; навыки ползания в прямом направлении на расстояние 4–6 метров. Подвижная игра "Медведь". Эстафета "Пограничник".		"Мишка, Мишка, лежебока!". Задачи: продолжать формировать навыки бега с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом соблюдая интервал, меняя направление; навыки ползания под дугу, высотой 40 сантиметров. Подвижная игра "Медведь". Малоподвижная игра "Пузырь".		"Ходьба, меняя направление". Задачи: закрепить навыки бега с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом соблюдая интервал, меняя направление; навыки ползания под дугу. Подвижная игра "Найди свой цвет". Подвижная игра "Проползи – не задень" (подлезание).

Проверил: 22.11.2024г

Методист: @mif

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса ««Физическая культура»»

Тема месяца по программе «Біртұтас тәрбие» - Декабрь – месяц единства и солидарности

Физ.инструктор Скачкова Е.А.

ГККП «Ясли детский сад «Балауса»

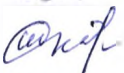
Декабрь

1-я неделя (02.12.2024-06.12.2024)

Цитата недели: «Бірлігі күшті ел озады»

Понедельник 02.12.	Вторник 03.12.	Среда 04.12.	Четверг 05.12.	Пятница 06.12.
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс общеразвивающих упражнений (с флажками) 1. ИП: стоя, ноги на ширине плеч, флажок в одной руке. 1- поднять руки вверх, 2-3 - помахать, 4-ИП. Повторить 3 раза. 2. ИП: сидя, ноги врозь, флажок держать руками внизу перед собой. 1- поднять руки перед грудью, 2- поднять флажок вверх, посмотреть на флажок, 3 - флажок перед грудью, 4-ИП. Повторить 3 раза. 3. ИП: лежа, ноги вместе, флажок на груди. 1- поднять флажок, 2 ИП. Повторить 4 раза. 4. ИП: сидя, ноги врозь, флажок держать в руках внизу. 1 - потянуться вперед, конец флажка между ног. 2 - ИП. Повторить 3 раза. 5. ИП: стоя, ос, флажок рядом на земле. Свободные прыжки на месте. (по 8 раз). Марш на месте (8 раз). Упражнение на дыхание.				
"Я - чемпион". Задачи: учить навыкам катания мячей друг другу с расстояния 1,5–2 метра в положении сидя, ноги врозь, катание мячей в ворота, бросание мяча двумя руками от груди, двумя руками вверх, вниз об пол (землю), ловля мяча. Эстафета "Передай флажок". Игровое упражнение "Чемпион".		"Независимый Казахстан". Задачи: продолжать формировать навыки бега в колонне по одному, друг за другом, на носках, координирование движения рук и ног, соблюдая интервал, меняя направление. Учить ходить по гимнастической скамейке. Эстафета "Передай флажок". Подвижная игра "Воробушки и автомобиль". В выходные дни проводятся в упрощенной форме игры-упражнения. Игра "Тень". Развивать координацию движений, внимание, память. Педагог демонстрирует движения того или иного животного, дети повторяют, угадывают, кого показывают.		"Моя Родина - Казахстан". Задачи: продолжать формировать навыки бега в колонне по одному, друг за другом, на носках, соблюдая интервал, меняя направление. Учить ходить по гимнастической скамейке. Подвижная игра "Полосатый мячик". Упражнение для профилактики плоскостопия "Часы".

Проверил: 29.11.2024

Методист: 

2-я неделя (09.12.2024-13.12.2024)

Цитата недели: «Ынтымак жүрген жерде ырыс бірге жүреді»

Понедельник 09.12.	Вторник 10.12.	Среда 11.12	Четверг 12.12	Пятница 13.12
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс общеразвивающих упражнений (с мячами). 1. ИП: ОС, держать мяч двумя руками, внизу. 1- вытянуть мяч вперед. 2 - ИП. (Повторить 4-5р) 2. ИП: ОС, держать мяч двумя руками, внизу. 1- поднять мяч, 2 - наклон вправо (влево), 3- повторить упр.1, 4 - ИП. (Повторить по 3 р. на каждую сторону) 3. ИП: ноги шире плеч, держать мяч двумя руками, перед собой на груди. 1- поворот вправо (влево), 2 - ИП. (Повторить по 3 р. на каждую сторону) 4. ИП: ноги шире плеч, держать мяч двумя руками, перед собой на груди. 1- наклон вперед, поставить мяч на землю перед собой. 2- ИП, руки на пояс. 3 - повторить упр.1, взять мяч, 4 - ИП. (Повторить 4-5 р) 5. ИП: ОС, мяч в руках перед собой, на груди. 1-4 легкие прыжки на месте. 1-4 по три раза. Переход в марш 1-4 по три раза. Повторить упражнение с прыжками и упражнение на дыхание.				
"Чудеса нового года". Задачи: продолжать формировать навыки бега в колонне по одному, друг за другом, соблюдая интервал, меняя направление, навыки ходьбы по гимнастической скамейке; навыки прыжка в длину с места, закрепить навыки построения в круг. Игровое упражнение "Мы ловкие!" Игровое упражнение "Пойдем по		"Праздник во дворе". Задачи: продолжать формировать навыки ходьбы по гимнастической скамейке; навыки прыжка в длину с места, продвигаясь вперед на расстояние 2–3 метра. Малоподвижная игра "Зайка серый умывается". Подвижная игра "С кочки на кочку".		"Новый год, новый свет!". Задачи: продолжать формировать навыки бега, соблюдая интервал, меняя направление, навыки ходьбы по гимнастической скамейке; навыки прыжка в длину с места, продвигаясь вперед на расстояние 2–3 метра. Игровое упражнение "Мы ловкие!". Подвижная игра "Принеси игрушку".

Проверил: 06.12.2024

Методист: @kif

3-я неделя (17.12.2024-20.12.2024)

Цитата недели: «Бірлік болмай тірлік болмас»

Понедельник	Вторник 17.12	Среда 18.12	Четверг 19.12	Пятница 20.12
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс общеразвивающих упражнений (с мячами). 1. ИП: ОС, держать мяч двумя руками, внизу. 1- вытянуть мяч вперед. 2 - ИП. (Повторить 4-5р) 2. ИП: ОС, держать мяч двумя руками, внизу. 1- поднять мяч, 2 - наклон вправо (влево), 3- повторить упр.1, 4 - ИП. (Повторить по 3 р. на каждую сторону) 3. ИП: ноги шире плеч, держать мяч двумя руками, перед собой на груди. 1- поворот вправо (влево), 2 - ИП. (Повторить по 3 р. на каждую сторону) 4. ИП: ноги шире плеч, держать мяч двумя руками, перед собой на груди. 1- наклон вперед, поставить мяч на землю перед собой. 2- ИП, руки на пояс. 3 - повторить упр.1, взять мяч, 4 - ИП. (Повторить 4-5 р) 5. ИП: ОС, мяч в руках перед собой, на груди. 1-4 легкие прыжки на месте. 1-4 по три раза. Переход в марш 1-4 по три раза. Повторить упражнение с прыжками и упражнение на дыхание.				
		"Бросание мяча в цель". Задачи: продолжать формировать навыки катания мячей друг другу, бросать мяча двумя руками от груди, двумя руками, метать в горизонтальную цель, вдаль, метание в вертикальную цель правой и левой рукой. Подвижная игра "Лови-бросай, не роняй!" Подвижная игра "Попади в круг".		"Ползание по гимнастической скамейке". Задачи: продолжать формировать навыки ходьбы в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками, меняя направление, навыки умения действовать по сигналу педагога; навыки бросания мяча друг другу снизу и ловля его; навыки ползания по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Подвижная игра "Не опоздай", "Мяч среднему".

Проверил: 13.12.2024г

Методист: @mif-

4-я неделя (23.12.2024-27.12.2024)

Цитата недели: «Ынтымақ - бұзылмайтын қорған»

Понедельник 23.12	Вторник 24.12	Среда 25.12	Четверг 26.12	Пятница 27.12
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс общеразвивающих упражнений (с кубиками) 1. ИП: ноги врозь, корпус прямой, руки вниз. 1- руки вперед, раскрыть ладони, произнести "вот". 2- ИП. (Повторить 4-5р) 2. ИП: ноги врозь, корпус прямой, кубики на уровне груди. 1- поворот направо, вытянуть руки, показать кубики, произнести "вот", "вот". 2 - ИП. 3 - то же, что и 1. 4 - ИП (Повторить на каждую сторону по 3 раза) 3. ИП: ноги врозь, корпус расслаблен, руки внизу. 1 - сесть на корточки, вытянуть руки вперед, произнести "вот". 2- ИП (Повторить 4-5р) 4. ИП: ноги вместе, корпус расслаблен, кубики на уровне груди. Прыжки на месте. 1-4 по три раза. Переход в марш 1-4 по три раза. Повторить упражнение с прыжками и упражнение на дыхание.				
"Быстрая ходьба". Задачи: закрепить навыки катания мячей друг другу, навыки метания в горизонтальную цель, вдаль, метание в вертикальную цель правой и левой рукой. Подвижная игра "Шире шагай". Малоподвижная игра "Мяч в кругу". В выходной день проводится в упрощенной форме игры упражнения.		"Скользим на санях". Задачи: формировать навыки построения в строю, находить свое место в строю, круге (по зрительным ориентирам) ходьба приставным шагом вперед, приставным шагом назад, с высоким подниманием колен; прыжки с ноги на ногу. Подвижная игра "Догони меня (бег)". Подвижная игра "Кенгуру".		"Мы любим кататься". Задачи: формировать навыки ходьбы приставным шагом вперед, приставным шагом назад, привлекать к совместным подвижным играм, правилам позитивных взаимоотношений. Подвижная игра "Через ручеек". Подвижная игра "Попади в круг".

Проверил:

Методист:

20.12.2024
@mif

5-я неделя (30.12.2024-31.12.2024)

Цитата недели: «Ынтымак - бұзылмайтын қорған»

Понедельник 30.12.	Вторник 31.12	Среда 01.01	Четверг 02.01	Пятница 03.01
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплексные упражнения (с палками-2) <i>(физическая культура, музыка, развитие речи, ознакомление с окружающим миром)</i> 1. Исходное положение: стоя, корпус прямой, ноги вместе, палка внизу, в опущенных руках перед собой. 1 — поднять палку вверх; 2 — поставить палку на голову; 3 — поднять палку вверх; 4 — исходное положение. (Повторить 4 раза) 2. Исходное положение: стоя, корпус прямой, ноги врозь, палка внизу, в опущенных руках перед собой. 1 — поднять палку вверх, руки выпрямить; 2 — наклон вправо (влево); 3 — выпрямиться, палка вверх; 4 — исходное положение. (Повторить по два раза на каждую сторону) 3. Исходное положение: стоя, корпус прямой, ноги вместе, палка внизу, в опущенных руках перед собой. 1-2 — присесть, поднять палку вверх; 3-4 — исходное положение. (Повторить 4 раза). Упражнение в неторопливом темпе. 4. Исходное положение: стоя, корпус прямой, ноги расставлены, палка сзади в опущенных руках. 1-2 — поднять палку вверх; 3-4 — исходное положение. (Повторить 4 раза) 5. Исходное положение, сидя на полу, ноги врозь, палка на голове. 1 — поднять палку вверх; 2 — наклониться вперед, коснуться правого (левого) носка ноги; 3 — выпрямиться, палка вверх, вытянутых руках; 4 — исходное положение. (Повторить 4 раза на каждую сторону). Упражнение можно проводить, наклоняясь вперед, между ног. 6. Исходное положение: стоя, корпус прямой, ноги вместе, палка перед грудью в согнутых руках. Прыжки на месте на счет до 8-ми. Переход в марш на месте на счет до 8-ми. Повторить череду двух упражнений один раз. Прыжки можно проводить без предмета, положив палку сбоку, руки держать на поясе. 7. Палка на полу. Упражнение на дыхание.				
"Ходьба по наклонной доске". Задачи: закрепить навыки ходьбы и бега по наклонной доске вверх и вниз; навыки бега со средней скоростью в чередовании с ходьбой. Совершенствовать навыки сохранения равновесия, стоя на носках, руки вверх, стоя на одной ноге. Подвижная игра "Парный бег". Игровое упражнение "Чемпион". Отрабатывать навыки самостоятельного выполнения упражнений, умение играть по правилам.				"Ползание по гимнастической скамейке". Задачи: продолжать формировать навыки ходьбы в колонне по одному, в чередовании с бегом, прыжками, меняя направление, навыки умения действовать по сигналу педагога; навыки бросания мяча друг другу снизу и ловля его; навыки ползания по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Подвижная игра "Не опоздай", "Мяч среднему".

Проверил: 27.12.2024

Методист: @nik

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса «Физическая культура»

Тема месяца по программе «Біртұтас тәрбие» - Январь – месяц закона и порядка

Физ.инструктор Скачкова Е.А.

ГККП «Ясли детский сад «Балауса»

Январь

1-я неделя (06.01.2025–10.01.2025)

Цитата недели: «Талап бар жерде тәртіп бар»

Понедельник 06.01.	Вторник	Среда 08.01	Четверг 09.01	Пятница 10.01
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс упражнений с погремушками (физическая культура, ознакомление с окружающим миром) 1. ИП: стоя, ос, поднять руки вверх, встряхнуть погремушки двумя руками; ип. Повторить 3-4 раза. 2. ИП: стоя, ноги на ширине плеч, погремушки внизу, в руках; повороты направо (налево), встряхнуть погремушками; ип. Повторить по 2 раза на каждую сторону. 3. ИП: сидя, ноги врозь, погремушки в согнутых руках перед собой; руки с погремушками в стороны встряхнуть, ноги собрать вместе; ип. Повторить 3-4 раза. 4. ИП: погремушки за спиной, прыжки на месте (4раз). Ходьба на месте, высоко поднимая колени. Повторить прыжки с маршем еще раз. Спокойная ходьба друг за другом, поднимая, опуская руки.				
Задачи: учить легко прыгать, играть, соблюдая правила. Самостоятельная свободные игры с выносными игрушками, развитие навыков движений: ходьба, бег, не наталкиваясь друг на друга (прыжки на месте на двух ногах, перешагивания через предметы, лежание на земле). Подвижная игра "Пузырь".		Подвижная игра "Кто быстрее?". Задачи: упражнять в беге по прямой до ориентира, развивать быстроту, ориентировку в пространстве		Подвижная игра "Бегите к флажку". (физическая культура, основы математики) Задачи: учить детей выполнять действия строго по сигналу воспитателя; развивать внимание, умение различать цвета; упражнять в беге и ходьбе. Самостоятельная свободные игры с выносными игрушками, развитие навыков движений: ходьба, бег, не наталкиваясь друг на друга (прыжки на месте на двух ногах, перешагивания через предметы, лежание на земле)

Проверил: 05. 01. 2025 г.

Методист:

Скачкова Е.А.

2-я неделя (13.01.2025–17.01.2025)
Цитата недели: «Тэртiп - тэрбие бастауы»

Понедельник 13.01	Вторник 14.01	Среда 15.01	Четверг 16.01	Пятница 17.01
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс упражнений с погремушками (физическая культура, ознакомление с окружающим миром) 1. ИП: стоя, ос, поднять руки вверх, встряхнуть погремушки двумя руками; ип. Повторить 3-4 раза. 2. ИП: стоя, ноги на ширине плеч, погремушки внизу, в руках; повороты направо (налево), встряхнуть погремушками; ип. Повторить по 2 раза на каждую сторону. 3. ИП: сидя, ноги врозь, погремушки в согнутых руках перед собой; руки с погремушками в стороны встряхнуть, ноги собрать вместе; ип. Повторить 3-4 раза. 4. ИП: погремушки за спиной, прыжки на месте (4раз). Ходьба на месте, высоко поднимая колени. Повторить прыжки с маршем еще раз. Спокойная ходьба друг за другом, поднимая, опуская руки.				
"Наш веселый каток". Задачи: Формировать навыки бега в разных направлениях; навыки прыжка с ноги на ногу, прямой галоп, подпрыгивание на двух ногах (ноги вместе – ноги врозь). Подвижная игра "Бегите к флажку". Игра малой подвижности "Чтобы сильным, ловким быть".		"Танцуют снежинки". Задачи: формировать навыки бега в разных направлениях, в быстром (до 10 – 20 метров), непрерывно в медленном темпе (в течение 50-60 сек.); навыки подпрыгивания на двух ногах (ноги вместе – ноги врозь). Воспитывать интерес к активной двигательной деятельности и потребности в ней. Подвижная игра "Воробушки и кот (бег и прыжки)".		"Кругом белым-бело". Задачи: формировать навыки вползания в обруч, расположенного вертикально на полу; навыки сохранения равновесия при ходьбе, по веревке лежащему на полу. Игровое упражнение "Поймай мяч".

Проверил:
Методист:

10.01.2025
акт.

3-я неделя (20.01.2025-24.01.2025)
Цитата недели: «Әділ заң - аспан тірегі»

Понедельник 20.01.	Вторник 21.01	Среда 22.01	Четверг 23.01	Пятница 24.01
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс упражнений с флажками. <i>(физическая культура, ознакомление с окружающим миром)</i> 1. ИП: стоя, ноги на ширине плеч, флажок в одной руке, поднять руки вверх, наклониться в одну и другую сторону: "Ветер колышет флажок"; ип. Повторить по 2 раза в каждую сторону.. 2. ИП: сидя, ноги вытянуть, флажок в одной руке, поднять руку вверх, помахать флажком над головой и опустить; ип. Повторить 3-4 раза. 3. ИП: сидя, ноги врозь, флажок в руке наверху потянуться к носкам, коснуться флажком между ног; ип. Повторить 3-4 раза. 4. ИП: лежа на спине, флажок в руках на груди, поднять флажок вверх, поднять ноги, коснуться носков; ип. Повторить 3-4 раза. 5. ИП: стоя, флажки на уровне груди, прыжки на месте. Ходьба на месте. Повторить прыжки и ходьбу. Спокойная ходьба друг за другом.				
"Веселые танцы". Задачи: продолжать формировать навыки вползания в обруч, навыки лазанья под дугой; развивать навыки построения в строю, находить свое место в строю. Игровое упражнение "Поймай мяч".		"Спящий медведь". Задачи: продолжать формировать навыки построения в строю, находить свое место в строю, круге; развивать навыки бросания мяча двумя руками от груди, двумя руками вверх; навыки сохранения равновесия при ходьбе по прямой дорожке. Подвижная игра "Попади в круг". Малоподвижная игра "Кто пройдет тише".		"Мишка любит спать". Задачи: закрепить навыки бега в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга; навыки хождения по прямой дорожке; воспитывать волевые качества. Подвижная игра "Догони меня". Малоподвижная игра "Мяч в кругу".

Проверил: 17.01.2025
 Методист: @kif.

4-я неделя (27.01.2025-31.01.2025)
Цитата недели: «Тәртіпсіз ел болмайды»

Понедельник 27.01	Вторник 28.01	Среда 29.01	Четверг 30.01	Пятница 31.01
Утренняя гимнастика (двигательная активность, игровая деятельность) Комплекс упражнений с флажками. 1. ИП: стоя, ноги на ширине плеч, флажок в одной руке, поднять руки вверх, наклониться в одну и другую сторону: "Ветер колышет флажок"; ип. Повторить по 2 раза в каждую сторону.. 2. ИП: сидя, ноги вытянуть, флажок в одной руке, поднять руку вверх, помахать флажком над головой и опустить; ип. Повторить 3-4 раза. 3. ИП: сидя, ноги врозь, флажок в руке наверху потянуться к носкам, коснуться флажком между ног; ип. Повторить 3-4 раза. 4. ИП: лежа на спине, флажок в руках на груди, поднять флажок вверх, поднять ноги, коснуться носков; ип. Повторить 3-4 раза. 5. ИП: стоя, флажки на уровне груди, прыжки на месте. Ходьба на месте. Повторить прыжки и ходьбу. Спокойная ходьба друг за другом.				
"Следы зверей". Задачи: формировать навыки бега в быстром темпе (до 10 – 20 метров); лазания под дугой; развивать умение действовать по сигналу. Подвижная игра "Двигаемся как животные". Подвижная игра "Кролики".		"Птицы-наши друзья". Задачи: продолжать формировать навыки подпрыгивание на двух ногах (ноги вместе – ноги врозь); навыки метание в вертикальную цель правой и левой рукой. Совершенствовать двигательные умения и навыки. Подвижная игра "Воробушки и кот" (бег и прыжки). Подвижная игра "Лови-бросай, не роняй!".		"Поможем птицам зимой". Задачи: продолжать формировать навыки бега в быстром темпе; навыки метания в вертикальную цель правой и левой рукой. Подвижная игра "Сбей кеглю". Малоподвижная игра "Пузырь".

Проверил: 24.01.2025
 Методист: @kif

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса «Физическая культура»

Тема месяца по программе «Біртұтас тәрбие» - Февраль – месяц созидания и новаторства

Физ.инструктор Скачкова Е.А.

ГККП «Ясли детский сад «Балауса»

февраль

1-я неделя (03.02.2025-07.02.2025)

Цитата недели: «Жасампаздық - бәрімізге өнеге»

Понедельник 03.02	Вторник 04.02	Среда 05.02	Четверг 06.02	Пятница 07.02
Комплекс упражнений с кубиками. 1. ИП: стоя, ноги врозь, корпус прямой, кубики в руках внизу туловища; вытянуть руки вперед, раскрыть ладони вверх, произнести "вот"; ип. 2. ИП: стоя, врозь, кубики в согнутых руках на уровне груди; повороты направо (налево), вытянуть руки, показать кубики, произнести: "вот", "вот"; ип. 3. ИП: стоя, ноги врозь, корпус прямой, кубики в руках внизу туловища; присесть на корточки, вытянуть руки вперед, произнести: "вот"; ип. 4. ИП: стоя, ноги вместе, корпус расслаблен, кубики в согнутых руках на уровне груди; прыжки на месте. Ходьба на месте. Повторить прыжки и ходьбу. 5. Спокойная ходьба друг за другом.				
"Свернувшийся в клубок ежик". Задачи: учить детей ходьбе приставным шагом вперед; прыжкам с ноги на ногу; бросанию мяча в даль. Продолжать формировать навыки бега в разных направлениях. Подвижная игра "Быстрый мяч".		"Я будущий солдат". Задачи: формировать навыки вползания в обруч, расположенного вертикально на полу; ходьбе приставным шагом назад; через подвижные игры развивать навыки бросания мяча в даль, в горизонтальную цель. Подвижная игра "Попади в круг". Подвижная игра "Самолет, лети!".		"Аэродром". Задачи: развивать умения детей навыкам лазанья под дугой; ходьбе приставным шагом вперед, приставным шагом назад. Совершенствовать через подвижные игры навыки бега в разных направлениях. Подвижная игра "Сбей кегли".

Проверил:

31.01.2025

Методист:

Скачкова Е.А.

2-я неделя (10.02.2025-14.02.2025)
Цитата недели: «Шығармашыл бала - ойлы бала»

Понедельник 10.02	Вторник 11.02	Среда 12.02	Четверг 13.02	Пятница 14.02
Комплекс упражнений с набивным мешком. 1. ИП: стоя, ноги слегка расставлены, мешочек в одной руке; поднять руки вверх, передать мешочек в другую руку над головой; и.п. 2. ИП: стоя, ноги на ширине стопы; присесть на корточки, положить мешочек перед собой; встать, сказать "Нет!"; присесть, взять мешочек; встать, сказать "Вот!" 3. ИП: сидя, ноги врозь, мешочек в руках; наклониться вперед к ногам, положить мешочек между ног у носочков; ип; наклониться, взять мешочек; ип. 4. ИП: сидя, ноги врозь, мешочек лежит между ног, упор рук сзади; соединить ноги вместе (накрыв мешочек), сказать "Нет!", ноги врозь, сказать "Вот!" 5. ИП: стоя, ос, мешочек в одной руке перед собой, прыжки на месте. Ходьба на месте. Повторить прыжки и ходьбу. 6. Спокойная ходьба друг за другом.				
"Буду летчиком". Задачи: формировать навыки бега в разных направлениях; метание в вертикальную цель правой и левой рукой. Развивать двигательную активность детей. Подвижная игра "Кролики".		"Крутим педали". Задачи: формировать умение детей ходьбе приставным шагом вперед, приставным шагом назад; лазанью по гимнастической стенке; развивать ловкость, быстроту, координацию движений, умение действовать по сигналу педагога, внимание. Подвижная игра "Догоните мяч". Упражнение "Велосипед".		"Едем, едем на велосипеде". Задачи: продолжать формировать навыки метания в горизонтальную цель правой рукой; навыки вползания в дугу; развивать навыки бега в разных направлениях. Учить действовать по сигналу педагога. Подвижная игра "Быстро в домик". Подвижная игра "Сбей кегли".

Проверил: 07.02.2025
 Методист: @kif

3-я неделя (17.02.2025-21.02.2025)
Цитата недели: «Өнерлі бала өрге жүзер»

Понедельник 17.02	Вторник 18.02	Среда 19.02	Четверг 20.02	Пятница 21.02
Комплекс упражнений с набивным мешком. 1. ИП: стоя, ноги слегка расставлены, мешочек в одной руке; поднять руки вверх, передать мешочек в другую руку над головой; и.п. 2. ИП: стоя, ноги на ширине стопы; присесть на корточки, положить мешочек перед собой; встать, сказать "Нет!"; присесть, взять мешочек; встать, сказать "Вот!" 3. ИП: сидя, ноги врозь, мешочек в руках; наклониться вперед к ногам, положить мешочек между ног у носочков; ип; наклониться, взять мешочек; ип. 4. ИП: сидя, ноги врозь, мешочек лежит между ног, упор рук сзади; соединить ноги вместе (накрыв мешочек), сказать "Нет!", ноги врозь, сказать "Вот!" 5. ИП: стоя, ос, мешочек в одной руке перед собой, прыжки на месте. Ходьба на месте. Повторить прыжки и ходьбу. 6. Спокойная ходьба друг за другом.				
"Велосипед". Задачи: продолжать формировать навыки ползания в прямом направлении на расстояние 4–6 метров, "змейкой", между расставленными предметами; навыки метания в даль в положении сидя. Развивать навыки построения в строю, находить свое место в строю, круге (по зрительным ориентирам). Подвижная игра "Воробышки в гнездышках". Малоподвижная игра "Мяч в кругу".		"Закаляйся!". Задачи: продолжать формировать навыки ходьбы прямой дорожке, сохраняя равновесие; навыки ходьбы приставным шагом вперед; приставным шагом назад; развивать навыки бега в разных направлениях; навыки вползания в обруч. Подвижная игра "Мяч в кругу". Подвижная игра "Через ручеек".		"Прыгаем как кенгуру". Задачи: формировать навыки влезания на гимнастическую стенку и обратно с нее; навыки метания в горизонтальную цель, вдаль правой рукой. Воспитывать интерес к активной двигательной деятельности. Подвижная игра "Принеси игрушку". Подвижная игра "Кот и воробышки".

Проверил: 19.02.2025
 Методист: @kif

4-я неделя (24.02.2025-28.02.2025)

Цитата недели: «Жаңашылдық - заман талабы»

Понедельник 24.02	Вторник 25.02	Среда 26.02	Четверг 27.02	Пятница 28.02
Комплекс общеразвивающих упражнений (с погремушками). (физическая культура, ознакомление с окружающим миром) 1. ИП: стоя, ос, погремушки в опущенных руках, по бокам; 1- поднять руки вверх, встряхнуть погремушки двумя руками; 2- ип. (Повторить 4-5 раз) 2. ИП: стоя, ос, погремушки в опущенных руках, по бокам; 1- повороты направо (налево), встряхнуть погремушками; 2- ип. (Повторить по 2 раза на каждую сторону) 3. ИП: стоя, ноги расставлены; 1- выполнить полуприсед, постучать погремушками по носкам ног; 2- ип. (Повторить 4-5 раз) 4. ИП: сидя, ноги врозь, руки в стороны, ноги вместе, погремушки в опущенных руках перед собой; 1- поднять руки вверх, встряхнуть погремушками; 2- ип. (Повторить 4-5 раз) 5. ИП: стоя, ос, погремушки за спиной; 1-4 прыжки на месте. переход на ходьбу - 1-4. Повторить упражнения два раза. 6. Спокойная ходьба.				
"Здоровый образ жизни". Задачи: закрепить навыки бега с выполнением определенных заданий: в колонне по одному, друг за другом, на носках, соблюдая интервал, меняя направление; навыки метания в даль в положении сидя; навыки прыжка двумя ногами. Подвижная игра "Обезьянки". Подвижная игра "Прокати и догони".		Стойкость - это сила". Задачи: формировать навыки сохранения равновесия при ходьбе по дощечкам. Развивать навыки ходьбы приставным шагом вперед. Во время подвижной игры закрепить навыки влезания на гимнастическую стенку и обратно с нее. Подвижная игра "Поезд". Подвижная игра "Коршун и птенчики".		Прыгни высоко". Задачи: формировать навыки бега в быстром темпе (10-20 метр); навыки ловли мяча двумя руками; развивать навыки сохранения равновесия при ходьбе по дощечкам. Подвижная игра "Быстро в домик". Малоподвижная игра "Пузырь".

Проверил: 24.02.2025

Методист: @ket

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса «Физическая культура»

Тема месяца по программе «Біртұтас тәрбие» - Март – місяць незалежності і патріотизма

Физ.инструктор: Скачкова Е.А.
ГККП «Ясли детский сад «Балауса»
март

1-я неделя (03.03.2025-07.03.2025)

Цитата недели: «Патриотизм - ата-ананды құрметтей білуің...»

Понедельник 03.03.	Вторник 04.03	Среда 05.03	Четверг 06.03	Пятница 07.03
Комплекс общеразвивающих упражнений (с погремушками). (физическая культура, ознакомление с окружающим миром) 1. ИП: стоя, ос, погремушки в опущенных руках, по бокам; 1- поднять руки вверх, встряхнуть погремушки двумя руками; 2- ип. (Повторить 4-5 раз) 2. ИП: стоя, ос, погремушки в опущенных руках, по бокам; 1- повороты направо (налево), встряхнуть погремушками; 2- ип. (Повторить по 2 раза на каждую сторону) 3. ИП: стоя, ноги расставлены; 1- выполнить полуприсед, постучать погремушками по носкам ног; 2- ип. (Повторить 4-5 раз) 4. ИП: сидя, ноги врозь, руки в стороны, ноги вместе, погремушки в опущенных руках перед собой; 1- поднять руки вверх, встряхнуть погремушками; 2- ип. (Повторить 4-5 раз) 5. ИП: стоя, ос, погремушки за спиной; 1-4 прыжки на месте. переход на ходьбу - 1-4. Повторить упражнения два раза. 6. Спокойная ходьба.				
"Смелый как ласточка". Задачи: продолжать формировать навыки бега в колонне по одному, соблюдая интервал, меняя направление; навыки влезания на гимнастическую стенку и обратно с нее; навыки прыжка в высоту, подпрыгивание на двух ногах. Подвижная игра "Поймай мяч". Игровое упражнение "Мяч".		"Бежит ручей". Задачи: учить детей навыкам катания мяча в горизонтальную цель; развивать через подвижные игры навыки быстрого бега; навыки бега в разном направлении. Подвижная игра "Через ручеек". Подвижная игра "Лягушки-попрыгушки".		"Мячики" Задачи: развивать умения прыгать на двух ногах под счет; развивать выносливость, силу. До чего же шустрый мяч, Приглашает поиграть. Раз, два, три, четыре пять! (прыжки на месте под счет) Поскакали? Пошагать! (марш на месте) Раз, два, три, четыре пять! (прыжки на месте под счет) Поскакали? Пошагать! (марш на месте)

Проверил: *Л.С. 02. 2025*

Методист: *А.К.П.*

2-я неделя (10.03.2025-14.03.2025)

Цитата недели: «Тәуелсіздік - тәтті сөз ғана емес, ұлттық жауапкершілік»

Понедельник	Вторник 11.03	Среда 12.03	Четверг 13.03	Пятница 14.03
Комплекс общеразвивающих упражнений (с маленькими пластиковыми шариками). 1. ИП: стоя, ос, шарики в опущенных руках, по бокам; 1- поднять руки вверх, встряхнуть руками (шарики держать крепко); 2- ип. (Повторить 4-5 раз) 2. ИП: стоя, ос, шарики в опущенных руках, по бокам; 1- повороты направо (налево), встряхнуть руками (шарики держать крепко); 2- ип. (Повторить по 2 раза на каждую сторону) 3. ИП: стоя, ноги широко расставлены, шарики в согнутых руках перед собой; 1- наклониться вперед, коснуться шариками носков ног; 2- ип. (Повторить 4-5 раз) 4. ИП: сидя, ноги врозь, руки с шариками вытянуть в стороны ; 1- поднять руки вверх, постучать шариками друг о друга; 2- ип. (Повторить 4-5 раз) 5. ИП: стоя, ос, шарики в согнутых руках перед собой; 1-4 прыжки на месте. Переход на ходьбу - 1-4. Повторить упражнения два раза. 6. Спокойная ходьба.				
		"Чистый родник". Задачи: продолжать формировать навыки бега в колонне по одному, друг за другом, на носках, координирование движения рук и ног, соблюдая интервал, меняя направление. Подвижная игра "Зайка серый умывается". Малоподвижная игра "Мяч в кругу".		"С праздником Наурыз!". Задачи: продолжать учить навыкам построения в строю, находить свое место в строю. Развивать навыки прыжка двумя ногами (ноги вместе). Познакомить детей с национальной игрой "Акшамшык". Подвижная игра "Солнышко и дождик". Подвижная игра "Мы топаем ногами".

Проверил: 07.03.2025г

Методист: @kif

3-я неделя (17.03.2025-20.03.2025)

Цитата недели: «Ар-намыс кана тәуелсіздікке тірек бола алады»

Понедельник 17.03.	Вторник 18.03	Среда 19.03	Четверг 20.03	Пятница
Комплекс общеразвивающих упражнений (с маленькими пластиковыми шариками). <i>(физическая культура, ознакомление с окружающим миром)</i> 1. ИП: стоя, ос, шарик в опущенных руках, по бокам; 1- поднять руки вверх, встряхнуть руками (шарик держать крепко); 2- ип. (Повторить 4-5 раз) 2. ИП: стоя, ос, шарик в опущенных руках, по бокам; 1- повороты направо (налево), встряхнуть руками (шарик держать крепко); 2- ип. (Повторить по 2 раза на каждую сторону) 3. ИП: стоя, ноги широко расставлены, шарик в согнутых руках перед собой; 1- наклониться вперед, коснуться шариком носков ног; 2- ип. (Повторить 4-5 раз) 4. ИП: сидя, ноги врозь, руки с шариками вытянуть в стороны; 1- поднять руки вверх, постучать шариками друг о друга; 2- ип. (Повторить 4-5 раз) 5. ИП: стоя, ос, шарик в согнутых руках перед собой; 1-4 прыжки на месте. Переход на ходьбу - 1-4. Повторить упражнения два раза. 6. Спокойная ходьба.				
"Весеннее равноденствие". Задачи: продолжать формировать сохранение равновесия при ходьбе по веревке. Развивать навыки быстрого бега. Привить интерес к национальным играм. Подвижная игра "Зайка серый умывается". Малоподвижная казахская игра "Ақшамшық".		"Ура, март пришел!". Задачи: продолжать формировать навыки бега в колонне по одному, друг за другом, на носках, координирование движения рук и ног, соблюдая интервал, меняя направление. Подвижная игра "Перетягивание каната". Малоподвижная игра "Кто пройдет тише".		

Проверил:

Методист:

14.03.2025
@mf

4-я неделя (25.03.2025-28.03.2025)

Цитата недели: «Патриотизмі жоқ халық жаны жоқ тәнмен тен»

Понедельник	Вторник 25.03	Среда 26.03	Четверг 27.03	Пятница 28.03
Комплекс общеразвивающих упражнений (с платочками). (физическая культура, ознакомление с окружающим миром) 1. ИП: стоя, ос, платочек перед грудью в согнутых руках; 1- вытянуть руки вперед; 2- ип; 3-поднять руки вверх; 4-ип. (Повторить 4 раза) 2. ИП: стоя, ноги на ширине плеч, платочек перед собой в вытянутых руках; 1- повороты направо (налево); 2- ип. (Повторить по 2 раза на каждую сторону) 3. ИП: стоя, ос, платочек в вытянутых вперед руках; 1- присесть, спрятаться за платочком (согнуть руки); 2- ип. (Повторить 4-5 раз) 4. ИП: сидя, ноги вместе, платочек в вытянутых вверх руках; 1- наклониться к нога, коснуться носки платочком (покрыть); 2- ип. (Повторить 4-5 раз) 5. ИП: стоя, ос, платочек в одной руке, руки согнуты перед собой; 1-4 прыжки на месте. Переход на ходьбу - 1-4. Повторить упражнения два раза. 6. Спокойная ходьба.				
		"Мы умелые ребята". Задачи: продолжать формировать навыки бросания мяча на расстоянии 1-1,5 метра; развивать навыки построения в строй, навыки катания мяча в горизонтальную цель. Подвижная игра "Мыши в кладовой". Малоподвижная игра "По ровненькой дорожке".		с ноги на ногу". Задачи: продолжать формировать навыки ходьбы приставным шагом вперед, приставным шагом назад. Развивать навыки прыжка с ноги на ногу. Закрепить основные двигательные упражнения. Подвижная игра "Быстрый мяч". Малоподвижная игра "Тишина".

Проверил:

Методист:

20.03.2025
@kpf