



«Бекітемін»: *А.К.*
МКҚК «Балапан» мектепке
дейінгі ұйым меңгерушісі
Абдиганова А.К.

«Балапан» кіші тобының
Денешынықтыру ҰІӨ- не арналған
Перспективалық жоспары
2021 -2022 оқу жылы

Тәрбиеші: Муканова С.С
Абдуллина Н.С

Аралтоғай ауылы

Ай апта	№	Міндеті	Қимылды ойындар	Қолданылатын құралдар	Сағат саны
Қыркүйек I-апта	1	(негізгі қимылдар) Жүру, жүгіру Мақсаты: Педагогтың артынан жүреді және бір қалыпты жүгіре алады.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар. 4 к моделі, бала үні Өнім арқылы саралау Жетелеуші сұрақтар арқылы бақылау Тәрбиешінің жетекшілігімен ойын: -Доға астынан еңбектеп өту Өнім арқылы саралау Құрылымдалған ойын Қимылды ойын: «Балабақшаға барамыз» Еркін ойын: « Құстар жем жейді» мақсат: құстардың қимылын салып көрсетеді.	Доп, желергі	1
	2	(негізгі қимылдар) Жүру, жүгіру Мақсаты: Ересектердің көрсетуі бойынша дене жаттығуларын орындайды	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар. Тәрбиешінің жетекшілігімен ойын: Қимылды ойын: «Топта шар үрлейік» Құрылымдалған ойын «Көңілді жалауша» Шарты: Аяқтарын алшақ қойып, жалаушалар жоғары төмен көтере алады.. Еркін ойын: Арқан тартыс Шарты: екі топқа бөлініп , арқанды тартады. Бақылау әдісі: Жаппай мадақтау Бала үні Балаларды мадақтау	Шенбер	1
	3	(негізгі қимылдар) Таза ауада жүру, жүгіру Мақсаты: Таза ауада педагогтың артынан жүреді және бір қалыпты жүгіре алады.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар. Құрылымдалған ойын Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп,	Доп, шарлар.	1

			<p>«үйшік» сияқты біріктіреді. демді ишке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады.</p> <p>Тәрбиешінің жетекшілігімен ойын:</p> <p>Қимылды ойын: «Балабақшадағы көңілді доптар»</p> <p>Еркін ойын: «Қызықты таяқташлар»</p> <p>Шарты: Түрлі-түсті таяқшалар арқылы балабақша құрастырып ойнайды.</p>		
II- атта	4	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Жүру, жүгіру</p> <p>Мақсаты: Педагогтың артынан жүру және бір қалыпты жүгіре алады.</p> <p>Әдіс-тәсілдер: 4К моделі: командада жұмыс жасау, ҮОҚ өтілу барысы:</p> <p>1. Амандасу.</p> <p>2. Кіріспе</p> <p>Тәрбиешінің артынан жүру, жүгіру.</p> <p>Шенберге тұру.</p> <p>3. Жалпы даму жаттығулары.</p>	<p>Қимылды ойын: «Менің досым»</p> <p>Шарты: балалар допты досына қарай лақтырып досының атын атай алады.</p> <p>Құрылымдалған ойын: <i>Доппен</i></p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>Шарты: балалар екі топқа бөлініп доптарды түстеріне қарай жинай алады.</p> <p>Тәрбиешінің жетекшілігімен ойын:</p>	Кедергілер, шенбер, доп	1
	5	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Дене жаттығулары (қолға арналған) (Қайталау)</p> <p>Мақсаты: Ересектердің көрсетуі бойынша дене жаттығуларын орындайды. Тыныс алу: «Шарды үрлеу».</p> <p>4 к моделі, бала үні</p> <p>Мазмұн арқылы саралау, тікелей бақылау</p>	<p>Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары:</p> <p>Қолға сылдырмақ ұстап гимнастикалық орындық үстімен жүру.</p> <p>Құрылымдалған ойын:</p> <p>«Қайда жасырылғанын та</p> <p>Шарты: Балалар жасырынған заттарды дұрыс таба алады.</p> <p>Бала үні, сыни ойлау</p> <p>Тәрбиешінің жетекшілігімен ойын:</p> <p>Қимылды ойын: «Кім жылдам?»</p>	Кедергі, доп.	1
	6	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Таза ауада жүру, жүгіру. (Қайталау)</p> <p>Мақсаты: Таза ауада педагогтың артынан жүреді және бір қалыпты жүгіре алады.</p> <p>Тыныс алу: «Сылдырмақты үрлеу».</p> <p>4К моделі, бала үні, өнім арқылы саралау.</p>	<p>Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулары:</p> <p>Қолға сылдырмақ ұстап Екі жіп арасымен түзу жүру. Еркін ойын. Мысық пен тышқан»</p> <p>Шарты: балалар епті, шапшаң қимылдайды. Командада жұмыс, бала үні.</p> <p>Құрылымдалған ойын:</p> <p>Қимылды ойын: «Ақ қоянмен бірге»</p>	Бөрене, Доп және қолшатыр	1

атта III-	7	(негізгі қимылдар) Жүру, жүгіру(Қайталау) Мақсаты: Педагогтың артынан жүру және бір қалыпты жүгіре алады Тәрбиешінің жетекшілігімен	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Түрлері Гимнастикалық орындық үстінен ішімен тартылып жүру. Сыни ойлау, бала үні. Еркін ойын: «Мысық пен торғайлар» Шарты: Сапқа тұрады, әр түрлі бағытта жүреді, ұзындық бойынша тұрады. Сұрақ – жауап. Балаларды мадақтау. Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Ойыншыққа жету» Шарты: екі топқа бөлініп кедергілер арқылы өтіп ойыншықтарды жыйнай алады. Сұрақ – жауап. Балаларды мадақтау	Доп , тақтай пайдалану.	I
	8	(негізгі қимылдар) Дене жаттығулары (қоға арналған) Мақсаты: Ересектердің көрсетуі бойынша дене жаттығуларын орындайды	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен Қимылды ойын: «Сызықты баспай, көжекке жет»	Шенбер, тақтай.	I
	9	(негізгі қимылдар) Таза ауада жұптасып жүру. Мақсаты:Таза ауада педагогтың артынан жұптасып жүреді.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен Қимылды ойын: «Қонжыққа қарай жүгірейік»	Әр түрлі көлемдегі допты пайдалану.	I
IV-атта	10	(негізгі қимылдар) Жұптасып жүру. (Қайталау) Мақсаты:Педагогтың артынан жұптасып жүреді.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Амандасу Шенбер бойымен жүру,жүгіру. Тәрбиешінің жетекшілігімен «Орман аңдары» жүрісін салу. Құрылымдалған ойын: «Допты қуып жет»	Доп.	I

			<p>Ойын шарты: Тәрбиеші балаларға доп салынған кәрзеңкені көрсетеді де алашың бір жағында өзімен бірге қатарласа тұруды ұсынады</p> <p>Еркін ойын : «Доп кімде?»</p>		
	11	<p>(негізгі қимылдар) Дене жаттығулары (белге арналған) (Қайталау) Мақсаты: Ересектердің көрсетуі бойынша дене жаттығуларын орындайды.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Құрылымдалған ойын: Қ.О. «Допты кәрзеңкеге түсір» Сурет салу Тақырыбы: «Түрлі-түсті жіптер» Мақсаты: негізгі түстерді пайдаланып тік, толқын тәрізді сызықтарды жүргізе алады. ҮОҚ барысы: 1. Шаттық шеңбері. Құрылымдалған ойын: Д/О:«Кім тез жинайды?»</p>	Доп, қапшық	1
	12	<p>(негізгі қимылдар) Таза ауада жұптасып жүру. Мақсаты: Таза ауада педагогтың артынан жұптасып жүре алады</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Амаңдасу. Шеңбер бойымен жүру, жүгіру. Құрылымдалған ойын: Қ.О. «Күн мен жаңбыр» ойыны.</p>	Суреттер, плакаттар.	1
Қазан I- апта	13	<p>(негізгі қимылдар) Шеңбер бойымен бірқалыпты жүріп. Мақсаты: Белгі бойынша шашырап жүгіреді</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен <i>Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру</i> <i>«Орман аңдары»</i> 1. <i>«Аю» Қолды белге қойып, (қорбандап) табанды нық басып жүру.</i> 2. <i>«Түлкі» Қолды жанға ұстап, (құланып) бір сызықпен жүру</i> 3. <i>«Көжсек» Қолды кеуденің алдында иіп, қос аяқпен секіру.</i> 4. <i>«Қасқыр» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру.</i> Қимылды ойын: «Доптарды жинаймыз»</p>	Кедергі, ысқырғыш.	1

			<p>Шарты: екі топқа бөлініп кедергілер арқылы отін допты жинайды.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>Еркін ойын:</p> <p>«Қояндар мен қасқыр»</p> <p>Шарты: балалар шапшаң, епті қозғала біледі.</p> <p>Командада жұмыс, сыни ойлау, бала үні.</p>		
	14	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Кілем бойымен жүріп. Допты кеуде тұсынан қос қолдан лақтырады.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар</p> <p>Еркін ойын Қимылды ойын:</p> <p>«Доптарды жинаймыз» Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар</p> <p>Құрылымдалған ойын: «Қояндар мен қасқыр»</p> <p>Максаты: балалар шапшаң, епті қозғала біледі. Командада жұмыс, сыни ойлау, бала үні.</p> <p>Қорытынды. Балаларды мадақтау</p>	Кедергі, ысқырғыш	1
	15	<p>Негізгі қимыл</p> <p>Доголар астынан еңбектеп өтеді. Алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіре алады</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар</p> <p>Тәрбиешінің жетекшілігімен</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Маған еңбектеп жет» (тәрбиеші, апай, анасы)</p>	Плакат - кедергі, ысқырғыш	1
II - апта	16	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Кедергілер арасымен жүреді.</p> <p>Максаты: Отырып допты бір-біріне домалата алады.</p>	<p>ҮОҚ барысы: 1. Амандасу.</p> <p>2. Негізгі бөлім:</p> <p>Шеңбер бойымен жүру, жүгіру.</p> <p>3. Жалпы даму жаттығулары</p> <p>Жалаушамаен</p> <p>Тәрбиешінің жетекшілігімен</p> <p>Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді</p>	Футбольный доп	1

			ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады. Бастапқы қалыпқа келу. Балаларды малақтау		
	17	(негізгі қимылдар) Мақсаты: Лентамен еденге 10 см қашықтықта (екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіре алады. Доталар астынан енбектеп өтеді.	ҮОҚ барысы: 1.Амандасу. 2. Негізгі бөлім. Шенбер бойымен жүру, жүгіру. 3.Жалпы даму жаттығулары Тәрбиешінің жетекшілігімен Қимылды ойын: «Допша секір»	Ысқырғыш, әр түрлі пішінді доптар	I
	18	(негізгі қимылдар) Мақсаты: Ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелей алады.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тыныс алу жаттығулары: «Өтеш» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Жанама бақылау, сыни ойлау, бала үні. Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Жолдағы таяқшалардан аттап өт»	Кедергілер, доп, бөрене	I
III- апта	19	(негізгі қимылдар) Енбектеу Мақсаты: Бір бағытпен жүре отырып, кедергіден (жіп) аттап өтеді. Арқанның астымен нысанаға дейін төрттағандап енбектей алады.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады. Бастапқы қалыпқа келу Тәрбиешінің жетекшілігімен Қимылды ойын: «Абайла, балақай!»	Шенбер	I
	20	(негізгі қимылдар) Енбектеу Мақсаты: Заттардың арасымен шенбер бойынша жүгіреді. Допты қағып алады.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Доға астынан енбектеп өту. Еркін ойын: « Құстар жем жейді» Тәрбиешінің жетекшілігімен Қимылды ойын: «Қоңырауды сылдырат»	Бөрене, шенбер, орындық.	I

	21	(негізгі қимылдар) Допты домалату Мақсаты: Отырып допты бір-біріне домалатады. Белгі бойынша шапқырап жүгіреді.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тыныс алу жаттығуы Араның дыбысын салу - 1-1-1 Жанама бақылау, сыни ойлау, бала үні. Тәрбиешінің жетекшілігімен Қимылды ойын: «Жанбырлан тығылайық»	Сылдырмақ	1
IV-апта	22	(негізгі қимылдар) Жұптасып жүру (Қайталау) Мақсаты: Педагогтың артынан жұптасып жүреді.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Шеңбер бойымен жүру жүгіру. Жалпы даму жаттығулары Лентамен Еркін ойын: «Күн мен жаңбыр» Ойын шарты: Балалардың алаңның бір шетінен немесе бөлмеге қойылған орындықтардың артында тізерлеп отырады да «терезеге» орындықтың арқасынан қарайды. 4К моделі бала үні.	Келергі доп	1
	23	(негізгі қимылдар) Дене жаттығулары (белге арналған) (Қайталау) Мақсаты: Ересектердің көрсетуі бойынша дене жаттығуларын орындайды.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Гимнастикалық орындықтан түзу жүріп өту. - Құм салынған қапшықты себетке тура лақтырып салу Құрылымдалған ойын: Қ.О. «Допты кәрзенкеге түсір»	Шеңбер	1
	24	(негізгі қимылдар) Таза ауада жұптасып жүру. (Қайталау) Мақсаты: Таза ауада педагогтың артынан жұптасып жүреді.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тыныс алу жаттығулары: «Әтеш» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару. Жанама бақылау, сыни ойлау, бала үні. Тәрбиешінің жетекшілігімен Қ.О. «Күн мен жаңбыр» ойыны.	Қолшатыр	1

қараша I-апта	25	(негізгі қимылдар)Бағытты өзгерте отыра жүреді. Мақсаты: Алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіртпемен секіреді.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Құрылымдалған ойын: 1.Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, оқишамен жүреді 2.Сапта бір қатармен жүгіреді 3.Тізбенің арасына қапшықты қысып, қос аяқтап секіреді Қимылды ойын: «Мен шыныққан баламын»	Кедергілер	I
	26	(негізгі қимылдар) Белгі бойынша тоқтап жүгіреді. Мақсаты: Дөпті жоғарыға лақтыра алады (қағып алмай).	Жалпы даму жаттығулары: (Дөптармен) Қол мен иық бұлшықеттеріне арналған жаттығулар. Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Дәл түсір»	Жалауша	I
	27	(негізгі қимылдар) Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіреді. Мақсаты: Арқанның астымен еңбектеп өтеді. Қимылды ойын: «Бірге қонаққа барайықшы»	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады. Тәрбиешінің жетекшілігімен Қимылды ойын: «Бірге қонаққа барайықшы»	Қолшатыр	I
	28	(негізгі қимылдар) Шағын топқа бөлініп жүгіреді Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдік сақтап жүре алады.	Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулар Таяқшамен -Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу(3-4 қайталау.) Б.к .келу. - Аяқтары алшақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу.	Түрлі пішінді заттарды пайдалану .	I

II-апта			<p>«кілем қағу» соғу қимылын жасау (3-4рет) Б.к. Құрылымдалған ойын.</p> <p>Қимылды ойын: «Дәрумендер жолындағы кедергілер»</p> <p>Шарты: Балаларға дәрумендер және оның денсаулыққа тигізетін пайдасы жайында түсінік беру,логикалық ой-өрісін, тілін дамыту,сөздік қорын молайту.</p>		
	29	<p>(негізгі қимылдар) Бір қатармен тізені жоғары көтеріп жүріреді. Мақсаты: Қум салынған қапшықты нысанға лақтырады.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Шенбермен жүру. Педагогтың артынан жүру,жүгіру. Шарты: Шенберге тұру. Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шенберге тұрғызу. Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын «Дәрумендерді тап» Балаларға дәрумендер және оның денсаулыққа тигізетін пайдасы жайында түсінік беру,логикалық ой-өрісін, тілін дамыту,сөздік қорын молайту.</p>	Су, тақтай.	I
	30	<p>(негізгі қимылдар) Допты алға домалатады және қуып жетеді. Мақсаты: Бір сызықтан қос аяқпен секіреді.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар 1. Аяқтары нық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /6 рет қайталау Тәрбиешінің жетекшілігімен</p> <p>Қимылды ойын: «Допты қуып жет»</p> <p>Шарты:бұл ойынға 5 бала, тәрбиеші басқаруымен қатыса алады.Тәрбиеші доптарды себетке салып</p>	Карзинка ,доп	I

			алып,балалрдың алдына домалатып жібереді.»Допты қуып жет»деген белгі бойынша ,балалар допты ұстап алып тәрбиеші ұстап тұрған себетке салуы керек.		
III- апта	31	(негізгі қимылдар) Кегельдер арасымен допты көтеріп жүру. Максаты Бір орнында тұрып 15 см биіктіктен секіру	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Шеңбермен жүру. Педагогтың артынан жүру,жүгіру. Шеңберге тұру. Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу Тыныс алу жаттығуы Араның дыбысын салу. -3-3-3 Жанама бақылау, сыни ойлау, бала үні. Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Күн мен түн» Шарты: «Күн» немесе «Түн» дейді. Аталған команда кәше жөнеледі, қарсыластары оларды қуады. Қашқан команда алдын ала белгіленген үйлеріне тығылады. Ойыншылар ойын басталатын жерге жиналады, көмекшілер ұсталған ойыншыларды санайды да, ойын алма-кезек жалғаса береді. Қарсыласын көп ұстаған команда жеңімпаз атанады Командада жұмыс, сыни ойлау, бала үні. Қортынды. Балаларды мадақтау.	Шеңбер, доп, бөрене	1
	32	(негізгі қимылдар) Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүру Максаты: Допта астынан допты домалатып өту	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Шеңбермен жүру. Педагогтың артынан жүру,жүгіру. Шеңберге тұру. Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу Тыныс алу жаттығуы	Тақтай, доп.	1

			<p>Араның дыбысын салу. -з-з-з</p> <p>Жанама бақылау, сыни ойлау, бала үні. Құрылымдалған ойын</p> <p>Құрылымдалған ойын:</p> <p>Қимылды ойын: «Поезд»</p> <p>Шарты: Тәрбиеші «Поезд» ойынын ойнауды ұсынады. Мен паровоз боламын, ал сендер кішкентай вагонсындар. Балалар бірінің соңынан бірі «шу-шу» деп жүре бастайды. Тәрбиеші поезды бір бағытта, одан кейін екінші бағытта жүргізеді. Одан кейін жүруді баяулатады, ақырындап тоқтайды да «Аялдама» деп хабарлайды. Біраз уақыттан кейін тағы да гудок беріледі де поезд кайтадан тәрбиеші «поезд» ойынын ойнауды ұсынады. Мен паровоз жолға аттанады.</p>		
	33	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>30-40 секунд бойынша үзіліссіз жүгіру.</p> <p>Мақсаты: 30-40 секунд бойынша үзіліссіз жүгіру.</p> <p>Кедергі астынан еңбектеп өту</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар</p> <p>1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту.</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /6 рет қайталау Тәрбиешінің жетекшілігімен</p> <p>Қимылды ойын: «Маған көмектес»</p>	Кедергілер	1
IV-апта	34	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Берілген бағытта жалаушаға дейін жүгіру.</p> <p>Мақсаты: Дөңгі қос қолдап лақтыру.</p>	<p>Дөңгі қос қолдап лақтыру</p> <p>1. Балалармен амандасу</p> <p>2. Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру «Орман аңдары»</p> <p>1. «Аю» Қолды белге қойып, (қорбандан) табанды нық басып жүру</p> <p>2. «Түлкі» Қолды жанға ұстап, (қуанып) бір сызықпен жүру.</p>	Түрлі пішінді ойыншықтар	1

			<p>3. «Көжек» Қолды кеуденің алдында иіп, қос аяқпен секіру.</p> <p>4. «Қасқыр» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру.</p> <p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Құрылымдалған ойын.</p> <p>Қимылды ойын: «Жалаушаға дейін жет»</p>		
35	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстінде тұру, қолын жоғары көтеру және түсу.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар</p> <p>1.Қол мен иық бұлшықеттеріне арналған жаттығулар. Б.к.: тік тұру, аяқ бірге, доп кеудеде. Допты алға созу. Жоғары көтеру. Алға созу.</p> <p>2.Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар: Б.к.: аяқ иық көлеміндей ашпақ, қол төменде. Допты алға созу. Отыру, тұру. Б.к. келу. Құрылымдалған ойын.</p> <p>Қимылды ойын: «Сызықты басып кетпе» Шарты: ойын шартын түсіндіру, балалармен бірге ойнау, шеңбер құрып тұрады.</p>	Жалауша	1	
36	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Шеңберден шеңберге аттау.</p> <p>Мақсаты: Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу.</p>	<p>Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен ашпақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады.</p> <p>Бастапқы қалыпқа келу. Балаларды мадақтау.</p> <p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен</p>		1	

			Спорттық іс-шара: «Біз күштіміз, ептіміз»		
Желтоқсан I-апта	37	(негізгі қимылдар) Ұзындығы 2,5-2м, ені 20 см тақтай бойымен жүру. Мақсаты: Алға қарай ұмтыла екі аяқтан секіртемен секіру.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар 1.Қол мен нық бұлшықеттеріне арналған жаттығулар. Б. қ.: тік тұру, аяқ бірге, доп кеудеде. Допты алға созу. Жоғары көтеру. Алға созу. 2.Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар: Б. қ.: аяқ нық көлеміндей алшақ, кол төменде. Допты алға созу. Отыру, тұру. Б. қ. келу Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Жалаушаға дейін жет» Шарты: 1 Ойын шартын түсіндіру. 2 Балалармен бірлесе ойнау. Ән: «Қайсы екен»	Доп шеңбер	1
	38	(негізгі қимылдар) Бір қатармен тізені жоғары көтеріп жүру. Мақсаты: Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы себетке допты дәлдеп лақтыру. 1. Балалармен амаңдасу 2.Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру. «Орман аңдары» 1. «Аю» Қолды белге қойып, (қорбандап) табанды нық басып жүру. 2. «Түлкі» Қолды жанға ұстап, (қуланып) бір сызықпен жүру. 3. «Көжек» Қолды кеуденің алдында иіп, қос аяқпен секіру. 4. «Қасқыр» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Қуыспақ» Шарты: Бірін-бірі қуалап ойнайтын ойын.Бірін-бірі қуып ойнайтын балалар ойыны.	Шеңбер доп	1
	39	(негізгі қимылдар) Шығыршықтың (обруч) ішіне қос аяқпен секіру.	Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп,	Доп	1

		Мақсаты: Келергілер арасынан жүгіру.	«үйшк» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп денені босатып демді шығарады. Бастанқы калыпқа келу. Балаларды мадақтау. Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен Қимылды ойын: «Мен чемпионмын»		
II-апта	40	(негізгі қимылдар) Еденде ирелеңдеп жатқан жіптің үстімен жүру. Мақсаты: Сызықтардың, жіптердің арасымен жүгіру. ҰОҚ өтілу барысы: 1. Балалармен амандасу 2. Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру. «Орман аңдары» 1. «Аю» Қолды белге қойып, (қорбандап) табанды нық басып жүру. 2. «Түлкі» Қолды жанға ұстап, (қуланып) бір сызықпен жүру. 3. «Көжек» Қолды кеуденің алдында иіп, қос аяқпен секіру. 4. «Қасқыр» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Құрылымдалған ойын. Қимылды ойын: «Кішкентай мергендер» Кілемнің бойымен жүріп келіп, бір орында баяу айналу.	Қапшық	I
	41	(негізгі қимылдар) Мақсат Бағдар бойынша кілемнің бойымен жүріп келіп, бір орында баяу айналу. Аяқ бұлшықеттеріне арналған жаттығулар: Б. қ.: Аяқ арасы нық көлеміндей алшақ, доп кеуде тұсында. Допты алға созу. Еңкею, допты тізеге тигізу. Б. қ. келу. Қос аяқпен секіру. Тыныс алу жаттығулары: «Алақандағы допты үрлеу».	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Құрылымдалған ойын. Қимылды ойын: «Қуыршақпен бір-бірі айналайық».	Ысқырғыш, әр түрлі пішінді доптар	I

	42	<p>(негізгі қимылдар) Жүруден жүгіруге және керісінше ауысу. Мақсат Құрылымдалған ойынды қалыптастыру. Аяқтарын ашық қою, жалаушалар екі жақта жерде. Қолдары төменде. «Ал», «қой» - дегенде тез алып, қою керек. /б/ Аяқты бірігіп, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу орнында секіріп аяқты бірігіріу және жалауша-ны белге қою б-рет</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Торғайлар мен мысық» Шарты: Ойын кейіпкерлерін рольге бөліп ойнайды. Командада жұмыс, сыни ойлау, бала үні. Қорытынды: Бір саппен шеңбер бойы жүру. /жалаушаларды себетке салу/</p>	Доп.	1
III- апта	43	<p>(негізгі қимылдар) Бір сызықтан көс аяқпен секіру. Мақсат Допты себетке лақтыру.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Б.к.т.с. ойыншықты алға созып ұстау; 1-2- оңға бұрылу; 3-4- б.к.: 5-6- солға бұрылу; Б.к. негізгі тұрыс; ойыншықты алдына отырғызып; 1-2- саусақпен көрсету; 3-4-б.к. Б.к. ойыншықты кеуде алдына ұстау, қол шынтаққа бұғулі; 1-4-алға еңкею- «ойыншықтар билейді» Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Дәл түсір» Шарты: Балалар дөңгеленіп тұрады. Әр баланың қолында бір-бір кішкентай доп. Шеңбердің ортасында жәшік немесе үлкен кәрзеңке. (Балалар мен жеженің арасы бір жарым-екі метрден аспайды.) Тәрбиешінің сигналы бойынша балалар допты жәшікке лақтырады, оған кейін олар доптарды қайтадан алады да өз орындарына барып отырады. Егер бала жежені дәл көздемесе, допты жерден (еденнен) көтереді де басқалар сияқты шеңберге тұрады.</p>	Доға.	1

	44	(негізгі қимылдар) Гимнастика Мақсат Төрттағандан тақтайдың үстімен жүріп, бірнеше кедергіден (лента, текше) өту.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Құрылымдалған ойын. Қимылды ойын: «Қуыспақ» Шарты: Бірін-бірі қуалап ойнайтын ойын. Бірін-бірі қуып ойнайтын балалар ойыны	Сурет, доға.	I
	45	(негізгі қимылдар) Шенберден шенберге аттау. Мақсат Допты қағып алу.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Шенбермен жүру. Педагогтың артынан жүру, жүгіру. Шенберге тұру. Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шенберге тұрғызу Тыныс алу жаттығуы Араның дыбысын салу. -3-3-3 Жанама бақылау, сыни ойлау, бала үні. Құрылымдалған ойын Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Поезд» Шарты: Тәрбиеші «Поезд» ойынын ойнауды ұсынады. Мен паровоз боламын, ал сендер кішкентай вагонсыңдар. Балалар бірінің соңынан бірі «шу-шу» деп жүре бастайды. Тәрбиеші поездды бір бағытта, одан кейін екінші бағытта жүргізеді. Одан кейін жүруді баяулатады, ақырындап тоқтайды да « Аялдама» деп хабарлайды. Біраз уақыттан кейін тағы да гудок беріледі де поезд қайтадан тәрбиеші « поезд» ойынын ойнауды ұсынады. Мен паровоз жолға аттанады.	Шана мен шаңғы.	I
IV-апта	46	(негізгі қимылдар) Жүгіру Мақсат Шенбер бойымен жүру. 30-40 секунд бойынша үзіліссіз жүгіру.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар «Тік ұшақ» I. <i>Бастапқы қалып:</i> аяқты кресттеп отыру, ұшып келе жатқан ұшақты, басты көтермей жоғары қарау. Ұшып келді тікұшақ	Сақина, доп	I

			<p>Үшып кетем мен олмен 2. <i>Бастапқы қалып:</i> оң қолды жаңға созу, және сол қолды созу Оң канатты создым карадым. Сол канатты создым карадым 3. <i>Бастапқы қалып:</i> кеуденің тұсына қолмен қимылдар жасау. Мен моторды жүргіздім, Ұқыпты карадым. 4. <i>Бастапқы қалып:</i> аяқтың ұшымен тұрып, ұшуга арналған қимылдар жасау. Жоғары созыламын, ұшамын Кері қайтқым келмеді. 5. <i>Бастапқы қалып:</i> көзді қатты бес секунд жұмып ашу. 6. <i>Бастапқы қалып:</i> көзді тез ашып жұму. 1-2 мин Құрылымдалған ойын: Жәй қимылды ойын: «Үшты, үшты»</p>		
47		<p>(негізгі қимылдар) Дал тигізу Мақсат Құм салынған қапшықты нысанға аяқтау. Бір сызықтан қос аяқпен секіру.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар «Орташа донтармен» «Донтты желкеге қоямыз» Б.к. тік тұрып, аяқ алшақ, донт төменде. 1-2- донтты жоғары көтеру. 3-4- желкеге қояу. 5-6- жоғары көтеру. Тәрбиешінің жетекшілігімен Қимылды ойын: «Жалаушаға тез жет» Шарты: донт астынан еңбектен барып, жалаушаға жету керек</p>	Шанғы, донт.	1

	48	<p>(негізгі қимылдар) Заттардың арасымен шеңбер бойында жүгіру. Мақсат Ауданы 50*50см, биіктігі 10см миңбеге өрмелеу</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар «Тік ұшақ» 1. <i>Бастапқы қалып</i> аяқты кресттеп отыру, ұшып келе жатқан ұшақты, басты көтермей жоғары қарау. Ұшып келді тікұшақ Ұшып кетем мен өлмен 2. <i>Бастапқы қалып</i> оң қолды жанға созу, және сол қолды созу. Оң қанатты созым қарадым, Сол қанатты созым қарадым 3. <i>Бастапқы қалып</i> кеуденің тұсына қолмен қимылдар жасау Мен моторды жүргіздім, Ұқыпты қарадым. 4. <i>Бастапқы қалып</i>: аяқтың ұшымен тұрып, ұшуға арналған қимылдар жасау. Жоғары созыламын, ұшамын Кері қайтқым келмеді. 5. <i>Бастапқы қалып</i>: көзді қатты бес секунд жұмып ашу. 6. <i>Бастапқы қалып</i>: көзді тез ашып жұму. 1-2 мин Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Алға, бүлдіршін»</p>	Доп	1
қантар I-атпа	49	<p>(негізгі қимылдар) Бір қалыпты жүріп. Мақсат Бір орында тұрып бір қалыпты секіреді.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар «Өрт сөндірушілер» гантелмен. Б.к. тік тұру, аяқ алшақ, гантелді екі жаққа созып ұстау; Қолды иыққа қою; 2- б.к. Б.к. аяқ алшақ; 1-2- жүрелеп отыру, қолды алға созу; 3-4- б.к. Б.к. тік тұру, аяқ алшақ, қол алда;</p>	скамейка	1

			<p>1-2- оңға бұрылу; 3-4- б.к. 5-6- солға бұрылу; 7-8- б.к. Б.к. т.с. 1-2-алға еңкейіп, гантелді еденге қою; 3-4- тік тұру, қол белде; 5-6-алға еңкейіп, гантелді алу; 7-8-б.к. Орнында аяқты қосып жазып секіру. (20сек) Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын «Ормандағы аю»</p>		
50	(негізгі қимылдар) Бір қалыпты жүгіріп. Мақсат Қар түйіршіктерін себетке лақтырады.	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар «Өрт сөндірушілер» гантелмен. Б.к. тік тұру, аяқ алшак, гантелді екі жаққа созып ұстау; Қолды ныққа қою; 2- б.к. Б.к. аяқ алшак; 1-2- жүрелеп отыру, қолды алға созу; 3-4- б.к. Б.к. тік тұру, аяқ алшак, қол алда; 1-2- оңға бұрылу; 3-4- б.к. 5-6- солға бұрылу; 7-8- б.к. Б.к. т.с. 1-2-алға еңкейіп, гантелді еденге қою; 3-4- тік тұру, қол белде; 5-6-алға еңкейіп, гантелді алу; 7-8-б.к. Орнында аяқты қосып жазып секіру. (20сек) Құрылымдалған ойын: «Себетке жина» Шарты: кішкентай доптарды себетке жинау керек</p>	Музыка, маска	1	

	51	<p>(негізгі қимылдар) Еңбектеу Мақсат Еніс тақтайдың үстімен еңбектейді. Жиектері шектелген тура жолақпен жүреді.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар «Тіс ұшақ» 1. Бастапқы қалып: аяқты кресттеп отыру, ұшып келе жатқан ұшақты, басты көтермей жоғары қарау Ұшып келді тікұшақ Ұшып кетем мен олмен 2. Бастапқы қалып: оң қолды жаңға созу, және сол қолды созу. Оң қанатты сөздім қарадым. Сол қанатты сөздім қарадым 3. Бастапқы қалып: кеуденің тұсына қолмен қимылдар жасау. Мен моторды жүргіздім. Ұқыпты қарадым. 4. Бастапқы қалып: аяқтың ұшымен тұрып, ұшуға арналған қимылдар жасау. Жоғары созыламын, ұшамын Кері қайтқым келмеді. 5. Бастапқы қалып: көзді қатты бес секунд жұмып ашу. 6. Бастапқы қалып: көзді тез ашып жұму. 1-2 мин Құрылымдалған ойын: Жәй қимылды ойын: «Ұшты, ұшты»</p>	Қолшатыр	I
II-апта	52	<p>(негізгі қимылдар) Берілген бағыт бойынша аяқтың ұшымен жүреді. Алаңда шашырап жүгіреді.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Ритмикалық жаттығу. «Мысық» жуынады. Терезеге шығып ап. Жуды мысық құлағын. 1,2,3- кәне қайтала. «Жылан» қолды кеуде алдында толқыту.</p>	маты	I

			<p>Жер бауырлап асықпай. Жылан жылжып келеді. 1.2.3- кәне қайтала. «Тырна» бір қолды жоғары көтеріп, екіншісін белге қойып, бір аяқпен тұру. Күні бойы шалшықтан. Тырна бақа аулайды, 1.2.3- тырнаның қимылын Кәне қайтала. Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Түлкіні ұстап алайық»</p>		
53	<p>(негізгі қимылдар) Алға қарай ұмтыла затқа дейін екі аяқтап секіреді. Максат Кедегілі жазықтың бетімен нысанаға дейін еңбектейді.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар «Бауырсақ» Мен бауырсақ, бауырсақ Балалар басын оңға, солға иеді: Мен сары бауырсақ, Қаймақ қосып иленген, Саусақтарды ашып жабу. Қолды жоғары- төмен түсіру. Пеште пісіріп, терезеде суытқан. Отырып аяқ ұшына көтеріле қолды жоғары көтеру. Атамнан да мен қаштым, Әжемнен де мен қаштым, Орнында жүру Қошнан да құтылдым, Қасқырдан да құтылдым. Екі аяқпен орнында секіру Аюдан да мен қаштым, Аяқты алшақ қойып, қолды екі жаққа қою Оңға, солға тенселу</p>	Доп шеңбер	1	

			<p>Қу түлкі алдап, мені жеп қойды. Терең тыныс алу, тез дем шығару. Тәрбиешінің жетекшілігімен</p> <p>Қимылды ойын: «Ақ қоян» Шарты: Балалар дөңгелектің қол ұстасын тұрады, ортада бір бала қоян болады. Балалар барлығы бірлесіп қоянды оятуға тырысады. -Қояным, қояным ұйқыңнан тұршы Бет-қолыңды жушы, Айнаға қарашы, Шашыңды тарашы, Мәсінді киші, Көлетіңді киші. Енді бізді қушы-деп балалар қаша жөнеледі</p>		
54	(негізгі қимылдар) Қар түйіршіктерін себетке лақтырады. Мақсат Еніс тақтайдың үстімен жүреді.	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар «Бауырсақ» Мен бауырсақ, бауырсақ Балалар басын оңға, солға неді: Мен сары бауырсақ, Қаймақ қосып иленген, Саусақтарды ашып жабу, Қолды жоғары- төмен түсіру. Пеште пісіріп, терезеде суытқан, Отырып аяқ ұшына көтеріле қолды жоғары көтеру. Атамнан да мен қаштым, Әжемнен де мен қаштым, Орнында жүру. Қояннан да құтылдым, Қасқырдан да құтылдым, Екі аяқпен орнында секіру. Аюдан да мен қаштым, Аяқты алшақ қойып, қолды екі жаққа қою. Оңға, солға тенселеу. Қу түлкі алдап, мені жеп қойды. Терең тыныс алу, тез дем шығару. Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Қарлы нысанға лақтыру»</p>	Доп, кедергілер	I	

III-апта	55	<p>(негізгі қимылдар) Шенбер бойымен қолдарымен әртүрлі қалыптар жасай жүреді. Максат Дөптарды бір-біріне домалатады.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар «Орташа шенбермен» «Рул» Б.к. тік тұру, аяқ алшак, шенбер кеуде алдында; 1-2- шенберди оңға, солға бұру; 3-4- б.к. «Алға кара» Б.к.т.с. 1-2- шенбермен алға енкою; 3-4- б.к. «Қағып кетпе» Б.к. –аяқты айкастыра шенбер ішінде отыру, кол басында; 1-2- оңға иілу, оң қолды шенберге тигізу; 3-4- б.к.; 5-6- келесі жаққа; 7-8- б.к. «Шенбер алда» Б.к. н.т. шенбер кеуде алдында; 1-2- отырып, шенберді алға созу; 3-4- б.к. «Секіру» 1-8- шенберді айнала секіру; 9-16- орнында жай жүру; Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын «Дөпты қуып жет» Шарты: Балалар алаңда өзі-өзі ойынап жүреді. Тәрбиеші бірнеше балаларды атап шақырып, дөпты қуып жетуді және онымен ойнауды ұсынады. Балалардың аттарын атай отырып, тәрбиеші кезекпен кезек әр түрлі бағыттарға дөпты домалатады. Әрбір бала дөптың артынан жүгіріп, оны ұстап алып, тәрбиешіге келеді. Тәрбиеші бұл жолы дөпты басқа бағытқа қарай лақтырады.</p>		1
	56	<p>(негізгі қимылдар) Шағын топқа бөлініп, бағытты өзгертіп жүреді. Максат 20 см арақашықтықта орналасқан таспақтардан аттап өтеді</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар «Орташа шенбермен» «Рул» Б.к. тік тұру, аяқ алшак, шенбер кеуде алдында; 1-2- шенберди оңға, солға бұру; 3-4- б.к. «Алға кара»</p>	Келергі . дөп	1

			<p>Б.к.т.с. 1-2- шеңбермен алға еңкею; 3-4- б.к. «Қағып кетпе» Б.к. –аяқты айкастыра шеңбер ішінде отыру, қол басында; 1-2- оңға иілу, оң қолды шеңберге тигізу; 3-4- б.к.; 5-6- келесі жаққа; 7-8- б.к. «Шеңбер алда» Б.к. н.т. шеңбер кеуде алдында; 1-2- отырып, шеңберді алға созу; 3-4- б.к. «Секіру» 1-8- шеңберді айнала секіру; 9-16- орнында жай жүру; Құрылымдалған ойын Қимылды ойын «Жалаушаға дейін жет» Шарты: 5 мөрт қашықтықта орналасқан жалаушаға дейін еңбектей алады.</p>		
57	(негізгі қимылдар) Орнынан ұзындыққа секіреді(20-25 см) Максат Бір және екі қолмен допты еденге ұрады	<p>Негізгі қимыл – қоналыс жаттығулар Ритмикалық жаттығу. «Мысық» жуынады Терезеге шығып ап, Жұды мысық құлағын 1,2,3- кәне қайтала. «Жылан» қолды кеуде алдында толқыту Жер бауырлап асықпай, Жылан жылқып келеді, 1,2,3- кәне қайтала. «Тырна» бір қолды жоғары көтеріп, екіншісі белге қойып, бір аяқпен тұру. Күн бойы шалшықтан, Тырна бақа аулайды, 1,2,3- тырнаның қимылын Кәне қайтала Тәрбиешінің жетекшілігімен Қимылды ойын «Қоянмен от» Шарты: алдың ортасында қойылған орындықтың үстінен жүре алады.</p>	Доп, тақтай пайдалану	1	

IV-апта	58	<p>(негізгі қимылдар) Еніс тақтайдың үстімен теңе-теңдікті сақтап жүреді(ені 25 см, бір басы 15 см көтерілгенде) Допты екі қолмен төменнен лақтырады.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар «Орт сөндірушілер» гантелмен. Б.қ. тік тұру, аяқ алшак, гантелді екі жаққа созып ұстау; Қолды иыққа қою; 2- б.қ. Б.қ. аяқ алшак; 1-2- жүрелеп отыру, қолды алға созу; 3-4- б.қ. Б.қ. тік тұру, аяқ алшак, қол алда; 1-2- оңға бұрылу; 3-4- б.қ. 5-6- солға бұрылу; 7-8- б.қ. Б.қ. т.с. 1-2-алға еңкейіп, гантелді еденге қою; 3-4- тік тұру, қол белде; 5-6-алға еңкейіп, гантелді алу; 7-8-б.қ. Орнында аяқты қосып жазып секіру. (20сек) Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Қарды домалат»</p>	Шенбер. тақтай	I
	59	<p>(негізгі қимылдар) Жүгіру Мақсат Белгі бойынша шашырап жүгіреді. Арканның астымен еңбектейді.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Ритмикалық жаттығу. «Мысық» жуынады. Терезеге шығып ап, Жуды мысық құлагын. 1,2,3- кәне қайтала. «Жылан» қолды кеуде алдында толқыту. Жер бауырлап асықпай. Жылан жылжып келеді. 1,2,3- кәне қайтала. «Тырна» бір қолды жоғары көтеріп, екіншісін белге қойып, бір аяқпен</p>	Әр түрлі көлемдегі допты пайдалану.	I

			<p>түру. Күні бойы шалшықтан, Тырна бақа аулайды. 1.2.3- тырнаның қимылын Кәне қайтала. Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Аққалаға дейін еңбекте»</p>		
	60	<p>(негізгі қимылдар) Түзу бағытта заттарды аттап өтеді. Допты жоғары лақтырады.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Мен сары бауырсақ, Қаймақ қосып иленген, Саусақтарды ашып жабу. Қолды жоғары- төмен түсіру. Пеште пісіріп, терезеде суытқан. Отырып аяқ ұшына көтеріле қолды жоғары көтеру. Атамнан да мен қаштым, Әжемнен де мен қаштым, Орнында жүру. Қояннан да құтылдым, Қасқырдан да құтылдым. Екі аяқпен орнында секіру. Аюдан да мен қаштым, Аяқты алшақ қойып, қолды екі жаққа қою. Оңға, солға теңселу Қу түлкі алдап, мені жеп қойды. Терең тыныс алу, тез дем шығару. Тәрбиешінің жетекшілігімен Спорттық іс-шара: «Шынықсаң шымыр боласың!»</p>	Доп.	1
Ақпан 1-апта	61	<p>(негізгі қимылдар) Бөрене Мақсат Бөренелерден аттап жүреді. Бір орында тұрып бірқилыпты секіреді</p>	<p>Әдіс-тәсілдер 4К моделі, командада жұмыс жасау, ҰОҚ өтілу барысы: 1. Амандасу. 2. Кіріспе</p>	кар	1

			<p>Тәрбиешінің артынан жүру, жүгіру</p> <p>Шенберге тұру</p> <p>3. Жалпы даму жаттығулары. Доппен</p> <p>Тәрбиешінің жетекшілігімен ойын.</p> <p>Қимылды ойын: «Гажайып кедергі» ойыны</p>		
62	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Секіру</p> <p>Мақсат Орнынан ұзындыққа секіреді (25-30 см)</p> <p>Шенберден шенберге аттайды.</p>	<p>Тәрбиешінің жетекшілігімен ойын:</p> <p>Негізгі бөлім:</p> <p>Жалпы даму жаттығулары</p> <p>Б.қ.: «Желбірейді жалау»</p> <p>1. Аяқтары ық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту 4 р</p> <p>Б.қ.: «Өткеншек»</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет/</p> <p>Б.қ.: «Кім жылдам»</p> <p>3. Аяқтарын алшық қою, отыру жалаушаны алға созу, тұру жоғары көтеру.</p> <p>Б. қ.: «Жұлдызша»</p> <p>4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу. Құрылымдалған ойын.</p> <p>Қимылды ойын: «Қоянша секір»</p> <p>Шарты: Қоянша алға қарай секіре алады</p>	сақина	1	
63	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Өрмелеу</p> <p>Мақсат Қарлы төмпешікке өрмелейді. (ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелеу)</p>	<p>Негізгі бөлім:</p> <p>Жалпы даму жаттығулары</p> <p>Б.қ.: «Желбірейді жалау»</p> <p>1. Аяқтары ық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту 4 р</p>	Кедергі, доп	1	

			<p>Б.қ.: «Өткеншек» 2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /5 рет/</p> <p>Б.қ.: «Кім жылдам» 3. Аяқтарын алшық қою, отыру жалаушаны алға созу, тұру жоғары көтеру.</p> <p>Б. қ.: «Жұлдызша» 4. Аяқты бірге, денені тік ұстау. Жалауша белде. Орнында секіріп аяқты және жалаушаны жанға созу.</p> <p>Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Мені қуып жет» Шарты: Балалар тәрбиеші көмегімен бір-бірлерін қуып ойнайды.</p>		
II-апта	64	<p>(негізгі қимылдар) Жүгіру Мақсат Шашырап жүгіреді. Еденде 10-20 см қашықтықта (екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіреді.</p>	<p>Тәрбиешінің жетекшілігімен ойын: Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар 1 Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүреді 2 Сапта бір қатармен жүгіреді 3 Тізенің арасына қапшықты қысып, қос аяқтап секіреді</p> <p>Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Торғайлар мен машина» Шарты: Бір бала машина қалған балалар торғайлар болып орындарда отырады. Педагог торғайларға жем шашып шақырады. Торғайлар жем тере бастаған кезде тырылдап автомобиль келеді. Торғайлар машинадан қашып орындарына отыра қалады.</p>	шана	I
	65	<p>(негізгі қимылдар) Жол бойымен еңбектейді Ұсақ заттарды 1 м қашықтыққа лақтырады.</p>	<p>Тәрбиешінің жетекшілігімен ойын: Жалпы даму жаттығулары: (Доптармен) Қол мен нық бұлшықеттеріне арналған жаттығулар. Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар</p>	Кедергілер	I

			<p>Құрылымдалған ойын. Қимылды ойын «Паровоз»</p> <p>шарты Тәрбиеші «Поезд» ойынын ойнауды ұсынады</p> <p>«Мен паровоз боламын, алсендер кішкентай вагонсыңдар». Балалар бірінің сонынан бірі алдында тұрғанның киімін ұстап колоннаға тұрады</p> <p>«Кеттік», - дейді тәрбиеші, балалардың бәрі «шу-шу» деп дабырлап, оның артынан жүре бастайды. Тәрбиеші поезды бір бағытта, одан кейін екінші бағытта жүргізеді, одан кейін жүруді баяулатады, ақырында тоқтайды да «Кідіріс» («Аялдама»), деп хабарлайды. Біраз уақыттан кейін тағы да гудок беріледі де поезд кайтадан жолға аттанады.</p>		
	66	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Гимнастикалық орындық үстінде бір орында баяу айналады. Секіртпеден секіреді.</p>	<p>Тәрбиешінің жетекшілігімен ойын.</p> <p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар</p> <p>Тыныс алу жаттығулары:</p> <p>«Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді. демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады.</p> <p>Құрылымдалған ойын.</p> <p>Қимылды ойын: «Кім жылдам?»</p>	Жалауша	1
III-атпа	67	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Түзу және ирек жолдармен жүгіреді. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүреді.»</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен «Аңдармен жаттығамыз»</p> <p>Б.к. Аяқ алшақ, ойыншық төменде;</p> <p>1-2 ойыншықты жоғары көтеріп, аяқ ұшына тұру;</p> <p>3-4 б.к. келу.</p> <p>Б.к. ойыншықты алға созып ұстау.</p> <p>1-2 оңға, солға бұрылу, б.к. келу.</p> <p>Б.к. ойыншық кеуде алдында;</p> <p>1-2 алға еңкейіп, ойыншықты еденге қою;</p>	Кедергілер, доға.	1

			<p>3-4 б.к. келу; Б.к.-т.с 1-2 ойыншықпен отыру; 3-4 б.к. келу. (4рет) Ойыншықпен оңға, солға айналу. Құрылымдалған ойын: Ойын-жаттығу: «Көреміз, қайталаймыз»</p>		
68	<p>(негізгі қимылдар) Түзу және ирек жолдармен жүгіреді Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүрүреді.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен «Андармен жаттығамыз» Б.к. Аяқ алшак, ойыншық төменде; 1-2 ойыншықты жоғары көтеріп, аяқ ұшына тұру. 3-4 б.к. келу. Б.к. ойыншықты алға созып ұстау. 1-2 оңға, солға бұрылу, б.к. келу. Б.к. ойыншық кеуде алдында; 1-2 алға енкейіп, ойыншықты еденге қою; 3-4 б.к. келу. Б.к.-т.с 1-2 ойыншықпен отыру; 3-4 б.к. келу. (4рет) Ойыншықпен оңға, солға айналу; Құрылымдалған ойын: Музыкалық жаттығу: «Кірпілер билейді»</p>	Доп	1	
69	<p>(негізгі қимылдар) Шенберден шенберге аттайды. Жүруден жүгруге және керісінше ауысады</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен. Аяқтары нық молшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. 2. Аяқтары алшак қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды</p>	кедергілер	1	

			артка- алдыға карай сермеу. /6 рет қайталау Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Қолшнктен аттап от»		
IV-апта	70	(негізгі қимылдар) Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүреді. Доға астынан допты домалатып өтеді	<p>Дене шынықтыру Бір бағытта шеңбер бойымен жұптасып жүреді. Доға астынан допты домалатып өтеді. Тәрбиешінің жетекшілігімен Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшак ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады.</p> <p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Доп шеңбер ішінде»</p> <p>Көркем әдебиет «Дәрігер Айболит» (ертегі мультфильмін көрсету) Мақсаты: Балалар мейрімділікті, өзге адамдарға, жануарларға қамқорлық танытады ҮОҚ барысы: Шаттық шеңбері. Тосын сый: Дәрігер Айболит. (Бала үні) Тәрбиешінің жетекшілігімен ойын: «Бұл кім» Шарты: Әр топ ертегіні қарап әңгіме құрастырады. Жұмбақ жасыру. Ерте менен күнде сен, Қолыңа сүйкесен.</p>		1

			<p>Кетіп кір ласын. Тап таза боласын. (Сабын) Дәмі жоқ, түсі жоқ. Пайдаланбас кісі жоқ. (Су.) Арқалығы сүйектен, Жапсырылған қылы бар. Тістен көрсе кірлерді, Тұра алмайтын жаны бар. (Тіс шеткасы.)</p> <p>Құрылымдалған ойын: «Тіс тазалайық»</p> <p>Шарты: Суретте берілген тістегі дақтарды тіс шеткасын пайдаланып тістерді тазалайды. /Балалар жұмыстарына кіріседі./ Әр баланың суретіне тоқталып сұрақтар қою арқылы мадақтау.</p> <p>Еркін ойлау: «Дұрыс бұрыс» Шарты: Балалар тіске пайдалы, пайдасыз заттарды атайды.</p>		
71	(негізгі қимылдар) Допты алға домалату, қуып жетеді. Бір сызықтан қос аяқпен секіреді.	<p>Тәрбиешінің жетекшілігімен</p> <p>Жалпы даму жаттығулары: (Доптармен)</p> <p>Қол мен нық бұлшықеттеріне арналған жаттығулар. Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар</p> <p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Допты домалат»</p>	ысқырғыш	1	
72	(негізгі қимылдар) Гимнастикалық орындық үстінде тұрады, қолын жоғары көтереді және түсіреді.	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен</p> <p>1. Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүреді 2. Сапта бір қатармен жүгіреді 3. Тізенің арасына қапшықты қысып,</p>	Доп	1	

			көс аяқтап секіреді. Құрылымдалған ойын. Скаймен музыкалық жаттығулар орындау		
наурыз I-апта	73	(негізгі қимылдар) Шенбер бойымен бірқалыпты жүреді. Белгі бойынша шашырап жүгіреді Тәрбиешінің жетекшілігімен Таяқшамен -Аяқтары алшақ қойылған. таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу(3-4 қайталау.) Б.к келу. - Аяқтары алшақ қойылған. таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау (3-4рет) Б.к.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Құрылымдалған ойын Қимылды ойын: «Біз көпбалды отбасымыз»	жалауша	1
	74	(негізгі қимылдар) Кілем бойымен жүреді. Допты кеуде тұсынан көс қолдап лақтырады.	Тәрбиешінің жетекшілігімен Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. 2. Аяқтары алшақ қойылған. жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /6 рет қайталау Құрылымдалған ойын. Қимылды ойын: «Доптарды жинаймыз»	Ысқырғыш	1
	75	(негізгі қимылдар) Доптар астынан еңбектеп өтеді. Алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіреді.	Тәрбиешінің жетекшілігімен Шенбермен жүру. Педагогтың артынан жүру.жүгіру. Шенберге тұру. Балаларға таяқшалар беру. бірінің соңынан бірін жүгіріп, шенберге	доп	1

			<p>тұрғызу.</p> <p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар</p> <p>Тәрбиешінің жетекшілігімен</p> <p>Қимылды ойын: «Маған еңбектеп жет» (тәрбиеші, апай, анасы)</p>		
II-апта	76	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Кедергілер арасымен жүреді. Отырып допты бір-біріне домалатады</p>	<p>(негізгі қимылдар) Жүруден жүгіруге ауысу</p> <p>Ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге өрмелейді</p> <p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен/1. Аяқтары нық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу /6 рет қайталау Құрылымдалған ойын</p> <p>Қимылды ойын: «Жолдағы таяқшалардан аттап от»</p>	кедергілер	1
	77	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Лентамен еденде 10 см қашықтықта (екі арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіреді.</p> <p>Доғалар астынан еңбектен өтеді.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен Шенбермен жүру.</p> <p>Педагогтың артынан жүру, жүгіру.</p> <p>Шенберге тұру</p> <p>Балаларға таяқшалар беру, бірінші соңынан бірін жүгіріп, шенберге тұрғызу.</p> <p>Құрылымдалған ойын. Қимылды ойын: «Допша секір»</p> <p>Сурет салу Тақырыбы: «Қуыршақтың қойлегін безендіреміз» Мақсаты: Саусак</p>	кедергілер	1

			<p>арқылы көйлекті дөңгелек пішіндермен (үлкен-кіші) безендіреді. Негізгі түстер туралы біледі. ҮОК барысы: 1 Шаттық шеңбері. «Екі жұлдыз, бір тілек»</p> <p>Тәрбиешінің жетекшілігімен ойын:</p> <p>Шарты: Әр түрлі көйлекті түстеріне карап ажыратып орналастырады.</p> <p>Құрылымдалған ойын:</p> <p>«көйлегіті безендіреміз»</p> <p>Шарты: (дөңгелек, сопақша) моншақтарды пішіне қарай орналастыра алады.</p> <p>Еркін ойын: «Моншақтарды жіпке тіз» <i>(жылқыда құлатпай)</i></p> <p>Құрылымдалған ойын:</p>		
	78	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Жүруден жүгіруге ауысу</p> <p>Ауданы 50*50см, биіктігі 10см мінбеге ормелейді</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен</p> <p>1. Аяқтары нық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту.</p> <p>2. Аяқтары алшақ қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу /6 рет қайталау</p> <p>Құрылымдалған ойын</p> <p>Қимылды ойын: «Жолдағы таяқшалардан аттап өт»</p>	Доға	1
III-апта	79	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Бірбағытпен жүре отырып, кедергіден (жіп) аттап өтеді.</p> <p>Арқанның астымен нысанаға дейін төрттағандап еңбектейді</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар 1. Балалармен амандасу</p> <p>2 Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру.</p> <p>«Орман аңдары»</p>	Сақина	1

			<p>1. «Аю» Қолды белге қойып, (қорбандап) табанды нық басып жүру.</p> <p>2. «Түлкі» Қолды жанға ұстап, (қуланып) бір сызықпен жүру.</p> <p>3. «Көжек» Қолды кеуденің алдында иіп, қос аяқпен секіру.</p> <p>4. «Қасқыр» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру.</p> <p>Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Абайла, балақай!»</p>		
80	<p>(негізгі қимылдар) Заттардың арасымен шеңбер бойынша жүгіреді. Допты қағып алады.</p>	<p>Тәрбиешінің жетекшілігімен</p> <p>1. Қол мен нық бұлшықеттеріне арналған жаттығулар. Б.к.: тік тұру, аяқ бірге, доп кеудеде. Допты алға созу. Жоғары көтеру. Алға созу.</p> <p>2. Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар: Б.к.: аяқ нық көлемінде алшақ, қол төменде. Допты алға созу. Отыру, тұру. Б.к. келу</p> <p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Қоңырауды сылдырат» Шарты: Отырып допты бір-біріне домалату. Белгі бойынша шашырап жүгіру</p>	Әр пішінді доптар	1	
81	<p>(негізгі қимылдар) Отырып допты бір-біріне домалатады. Белгі бойынша шашырап жүгіреді</p>	<p>Тәрбиешінің жетекшілігімен</p> <p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік»</p>	Сақина	1	

			сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады. Бастапқы калыпқа келу. Балаларды мадақтау. Құрылымдалған ойын: «Жанбырдан тығылайық»		
IV-апта	82	(негізгі қимылдар) Түзу және ирек жолдармен жүгіреді. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүреді.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алашақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады. Бастапқы калыпқа келу. Құрылымдалған ойын. Спорттық іс-шара: «Себетті толтыр»	келергі	1
	83	(негізгі қимылдар) Түзу және ирек жолдармен жүгіреді. Жиектері шектелген тура жолақтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүреді.	Тәрбиешінің жетекшілігімен 1.Қол мен нық бұлшықеттеріне арналған жаттығулар. Б.к.: тік тұру, аяқ бірге, доп кеудеде. Допты алға созу. Жоғары көтеру. Алға созу. 2.Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар: Б. к.: аяқ нық көлеміндей алашақ, қол төменде. Допты алға созу. Отыру, тұру. Б. к. келу Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Қонырауды сылдырлат» Шарты: Отырып допты бірбіріне домалату. Белгі бойынша шапшаң жүгіру	доп	1

	84	(негізгі қимылдар) Арқаның астымен нысанға дейін төрттағандан еібектейді. Дөңгі нысанға дәлдеп лақтырады	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтерін. «үйшік» сияқты біріктіреді. демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады. Бастанқы қалыңка келу. Құрылымдалған ойын: Спорттық іс- шара: «Себетті толтыр»	Келергі дөп	1
сәуір I-апта	85	(негізгі қимылдар) Орнынан ұшындыққа секіреді. (35-40см) Текшелерден аттап өтеді.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Шенбермен жүру. Педагогтың артынан жүру, жүгіру. Шенберге тұру. Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шенберге тұрғызу Тыныс алу жаттығуы Араның дыбысын салу. -3-3-3 Жанама бакылау, сыни ойлау, бала үні. Командада жұмыс, сыни ойлау, бала үні. Құрылымдалған ойын. Қимылды ойын: «Гүлдерді жинайық» Еркін ойын: Қимылды ойын: «Күн мен түн» Шарты: Балалар бірі «Күн», екіншісі «Түн» тобы болып екіге бөлінеді. Олардың бір - бірінен бөлек, өз үйлері болады. Тәрбиешінің көрсетуі бойынша екі команда да жаттығулар жасап тұрады. Тәрбиеші «Күн» деп белгі берген кезде, сол топтың балалары үйіне жеткізбей қуып жетулері керек. Қолға түскен балалар қуушылар қатарына қосылады.	Шенбер кішкентай қаншық	1

			Сөйтіп, ойын осылайша алма - кезек жүріп отырады. Көп бала ұстаған команда жеңіске жетеді.		
	86	(негізгі қимылдар) Ирелендеген баудың бойымен еркін жүреді. Нысанға дейін еибектейді.	Негізгі қимыл қозғалыс жаттығулар Шенбермен жүру. Педагогтың артынан жүру, жүгіру. Шенберге тұру Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шенберге тұрғызу Тыныс алу жаттығуы Араның дыбысын салу. -3-3-3 Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын. «Құмыраны толтыр»	Жалауша Донғар арқан	1
	87	(негізгі қимылдар) Донты алдарындағы доғадан домалатып өткізеді. Кесілдер арасымен қос аяқпен секіреді.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен Аяқтары нық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. 2. Аяқтары алшак қойылған, жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /6 рет қайталау Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Доп шенбер ішінде» Шарты: балалар алма кезек донты шенберге қойып, келесі баланы алып келу керек.	Бетперде Доп	1
II-апта	88	(негізгі қимылдар) Берілген бағытта әртүрлі қарқынмен жүгіреді. Гимнастикалық орындық үстімен жүріп келіп, бір орнында бағу айналады.	Тәрбиешінің жетекшілігімен Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар 1. Балалармен амандасу 2. Тәрбиешінің артынан шенбермен жүру «Орман аңдары»	бала санына қарап донғар, құрсаулар.	1

			<p>1. «Аю» Қолды белге қойып, (қорбандап) табанды нық басып жүру.</p> <p>2. «Түлкі» Қолды жанға ұстап, (қуланып) бір сызықпен жүру.</p> <p>3. «Кожек» Қолды кеуденің алдында иіп, қос аяқпен секіру.</p> <p>4. «Қасқыр» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру.</p> <p>Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Жолдан шықпа»</p>		
89	(негізгі қимылдар) Шенберден шенберге секіреді. Қабырғадағы гимнастикалық баспалдаққа өрмелейді	<p>Тәрбиешінің жетекшілігімен -</p> <p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар 1.Қол мен нық бұлшықеттеріне арналған жаттығулар.</p> <p>Б.к.: тік тұру, аяқ бірге, доп кеудеде. Допты алға созу. Жоғары көтеру. Алға созу.</p> <p>2.Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар:</p> <p>Б.к.: аяқ нық көлеміндей алшақ, қол төменде. Допты алға созу. Отыру, тұру. Б.к. келу</p> <p>Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Төбешікке мініміз»</p>	<p>бала санына қарай доптар,құрсаулар.</p> <p>гим орындықтар</p>	1	
90	(негізгі қимылдар) Заттардың арасымен қолды белге қойып, аяқтың ұшымен жүреді. Кішкентай допты оң қолдарымен себетке лақтырады.	<p>Тәрбиешінің жетекшілігімен</p> <p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді. демді ішке тартады. қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады.</p> <p>Бастанқы қалыңқа келу.</p>	<p>Қапшықтар Ағаш ат</p>	1	

			Балаларды мадақтау. Құрылымдалған ойын Қимылды ойын: «Астық жинаймыз»		
III-атта	91	(негізгі қимылдар) Бөренелерден аттап өтеді. Допты бір-біріне еңкейіп тұрып домалатады.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен <i>Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру.</i> <i>«Орман аңдары»</i> 1. «Аю» Қолды белге қойып, (қорбанды) табанды нық басып жүру. 2. «Тұлкі» Қолды жанға ұстап, (қулағын) бір сызықпен жүру. 3. «Көжесек» Қолды кеуденің алдында иіп, қос аяқпен секіру. 4. «Қасқыр» Баяу жүгіру, жылдам жүгіру. Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Үсталған шыбындар»	Бетперде Доп Орамал	I
	92	(негізгі қимылдар) Белгі бойынша тоқтап, жүгіреді. Гимнастикалық орындық үстімен қолды белге қойып жүріп өтеді.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алыс ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды томен түсіріп, денені босатып демді шығарады. Бастанқы қалыңқа келу. Балаларды мадақтау Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Аралар»	Бетперде	I
	93	(негізгі қимылдар) Кішкентай доп пен кетельдер арасында ирелеңдеп жүгіреді. Гимнастикалық орындық үстімен қолды белге	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен Тыныс алу жаттығулары: «Өтеш»	Түрлі-түсті Кубиктер	I

		қойып жүріп өтеді	дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару Құрылымдалған ойын. Қимылды ойын: «Астық жинаймыз»		
IV-апта	94	(негізгі қимылдар) Жуан арқан бойымен бір қырындап алымдай жүреді. Допты нысанаға көздеп лақтырады.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Шеңбер бойымен жүру, жүгіру. Жалпы даму жаттығулары Лентамен Құрылымдалған ойын. Қимылды ойын: «Кубиктерді жинастыр» Шарты: кубиктерді түсіне байланысты жинастыра алады.	Қапшық доп	1
	95	(негізгі қимылдар) Бағытты өзгертіп жүгіреді. Доганың астынан еңбектеп өтеді.	Тәрбиешінің жетекшілігімен Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Гимнастикалық орындықтан түзу жүріп оту - Құм салынған қапшықты себетке тура лақтырып салу Құрылымдалған ойын. Қимылды ойын: «Кім жылдам?» Шарты: Балалар бір-бірлерімен жарысып жүгіреді.	Келергілер оқтау	1
	96	(негізгі қимылдар) Допты бір метр қапшықтағы қақпаға домалатады. Допты қос қолдан торға лақтырады	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен Тыныс алу жаттығулары: «Өтеш» дыбысын салу, «ку-ка-ре-ку» деп айту. Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару Жаңама бақылау, сыни ойлау, бала үні Спорттық іс-шара: «Еңгілер, күштілер»	Доп Шеңбер қоюрау	1

I-апта мамыр	97	(негізгі қимылдар) 30-40 секунд бойы үзіліссіз жүгіреді. Арқанның астымен нысанаға дейін төрттағандап еңбектейді.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар 1.Қол мен иық бұлшықеттеріне арналған жаттығулар. Б.к.: тік тұру, аяқ бірге, доп кеудеде. Допты алға созу. Жоғары көтеру. Алға созу. 2.Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар: Б.к.: аяқ иық көлемінде алшак, кол томенде. Допты алға созу. Отыру, тұру. Б.к. келу Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Жапырақтар жинайық»	Айна Доға	1
	98	(негізгі қимылдар) Еңіс тақтай үстімен жүреді. Гимнастикалық таяқшалардан аттап жүреді.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар. Тәрбиешінің жетекшілігімен ойын: Тәрбиешінің жетекшілігімен <i>Тәрбиешінің артынан шеңбермен жүру.</i> <i>«Орман аңдары»</i> 1. <i>«Аю» Қолды белге қойып, (қорбандап) табанды нық басып жүру.</i> 2. <i>«Түлкі» Қолды жаңға ұстап, (қулаһып) бір сызықпен жүру</i> 3. <i>«Көжек» Қолды кеуденің алдында ип. қос аяқпен секіру.</i> 4. <i>«Қасқыр» Бату жүсіру, жылдам жүсіру.</i> Құрылымдалған ойын Музыкалық жаттығу: «Достар жаттығуы»	Доп Ағаш ат шар	1
	99	(негізгі қимылдар) Шеңбер бойында колдарын әртүрлі қалыптармен қимылдар жасай жүреді. Ауданы 50x50см, биіктігі 10см мінбеге	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар. Тәрбиешінің жетекшілігімен ойын: Тыныс алу	Доп Келергілер арқан	1

		өрмелейді.	<p>жаттығулары: «Әтеш» дыбысын салу. «ку-ка-ре-ку» деп айту.</p> <p>Мұрынмен дем алып, ауыздан демді шығару.</p> <p>Құрылымдалған ойын</p> <p>Қимылды ойын: «Досыңа допты домалат»</p> <p>Шарты: Балалар бір-біріне карама қарсы тырып допты домалатады.</p>		
II-апта	100	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Орындық астымен еңбектеп өтеді</p> <p>0,5-1,5метр арақашықтықта отырған қалыпта доптарды бір-біріне домалатады.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тыныс алу жаттығулары:</p> <p>«Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды. қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді. демді ішке тартады. қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады.</p> <p>Құрылымдалған ойын:</p> <p>Қимылды ойын: «Кішкентай мергендер»</p>	Бетперде Қапшық Ағаш ат	1
	101	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Гимнастикалық орындық үстінде колдарын жанына жая жүріп өтеді.</p> <p>Еден үстінде созылып жатқан арқан үстінде бір қырымен жүреді.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Құрылымдалған ойын:</p> <p>1 Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүреді</p> <p>2.Сапта бір қатармен жүгіреді</p> <p>3 Тізенің арасына қапшықты қысып, қос аяқтап секіреді</p> <p>Тәрбиешінің жетекшілігімен ойын:</p> <p>Қимылды ойын: «Үшақтар»</p> <p>Шарты: балалар ұшақ ұқсап қимылын жасайды</p>	Себет Сылдырмақ бетперде	1
	102	<p>(негізгі қимылдар)</p> <p>Кішкене қапшықты төбесіне қойып тақтай үстімен жүреді</p> <p>Доға астынан еңбектеп өтеді.</p>	<p>Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тыныс алу жаттығулары:</p> <p>«Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды. қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді. демді ішке тартады.</p>	орамал	1

			қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады. Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Кішкентай мергендер» Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар <i>Таяқшамен</i> - Аяқтары алшақ қойылған, таяқшаны екі шетінен ұстап, жоғарыға, оңға, солға қарай созылып керілу (3-4 қайталау) Б.к. келу. - Аяқтары алшақ қойылған, таяқша төменде қолдарымен ұстау. Таяқшаны жоғарыға көтеріп созу, «кілем қағу» соғу қимылын жасау (3-4 рет) Б.к. Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Көбелекті ұста»		
III-апта	103	(негізгі қимылдар) Құм салынған қапшықты жолаққа лақтырады. Аласа орыңдық үстінде сінбе-стейді		доға	1
	104	(негізгі қимылдар) Бір және екі қолмен допты еленге ұрады. Таспалардан аттап өтеді.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен Шеңбермен жүру. Педагогтың артынан жүру, жүгіру. Шеңберге тұру. Балаларға таяқшалар беру, бірінің соңынан бірін жүгіріп, шеңберге тұрғызу. Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Менің көңілді добым»	доп	1
	105	(негізгі қимылдар) Жүруден жүгіруге және керісінше ауысады. Доптарды бір-біріне домалатады.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен 1. Аяқтары иық мөлшерінде. Жалаушаны жоғары созып ұстайды. Жалаушаны және басты оң – сол жаққа қисайту. 2. Аяқтары алшақ қойылған,	сақина	1

			жалаушалар төменде. Жалаушаларды артқа- алдыға қарай сермеу. /6 рет қайталау Құрылымдалған ойын: Қимылды ойын: «Қолшік судан атап өт»		
IV-апта	106	(негізгі қимылдар) Бір қалыпты жүреді. Ұсақ заттарды 1 м қашықтыққа лақтырады.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар 1.Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен. өкшемен жүреді 2.Сапта бір қатармен 3.Тізенің арасына жүгіреді қапшықты қысып, қос аяқтап секіреді Құрылымдалған ойын: «Мен дәл тигіземін»	Доптар бала санына қарай	1
	107	(негізгі қимылдар) Гимнастикалық орындық үстімен жүріп келіп,бір орнында баяу айналады.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Жалпы даму жаттығулары: (Доптармен) Қол мен иық бұлшықеттеріне арналған жаттығулар. Дене бұлшықеттеріне арналған жаттығулар Құрылымдалған ойын: Музыкалық жаттығу: «Менен кейін қайтала»	Түрлі-түсті кубиктер беттерде	1
	108	(негізгі қимылдар) Жол бойымен еңбектейді. Гимнастикалық орындық үстінде тұру, қолын жоғары көтереді және түсіреді.	Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар Тәрбиешінің жетекшілігімен Тыныс алу жаттығулары: «Үйшік» - тік тұрып, аяқты бір - бірінен алшақ ұстайды, қолды бастан асыра көтеріп, «үйшік» сияқты біріктіреді, демді ішке тартады, қолды төмен түсіріп, денені босатып демді шығарады. Құрылымдалған ойын: Спорттық іс-шара: «Біз спортшылармыз»	Жалауша Доп арқан	1