

Бекітілді:  
№ 23 «Білім» бөлімшесінің  
меңгерушісі

28

.08.2020ж.



**2020 – 2021 оқу жылына арналған «Денсаулық» білім саласы  
Дене шынықтыру оқу қызметінің перспективалық жоспары.  
Кіші топ.**

**2020 – 2021 оқу жылы.**

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қыркүйек. «Балабақша»	I	«Менің балабақшам»	<p><b>Тақырыбы:</b> Бір қатар тізбемен жылдам және баяу жүру.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Жылдам қозғалуды, баяу, жылдам жүруді және доптарды себетке салуды үйрету. Қимылдық ойындарды қызығушылықпен орындауға тәрбиелеу. Дене бітімдерінің дұрыс қалыптасуын қадағалау. Есте сақтау қабілетін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> кішкентай доптар, жүруге арналған жолдар, әр түстегі шарлар мен себеттер.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Қол ұстасып шеңбер жасау.</p> <p><b>Мақсаты:</b> жылдам қозғалуды, жүгіруді үйрету. Қимылдық ойындарды қызығушылықпен орындауға тәрбиелеу. Дене бітімдерінің дұрыс қалыптасуын қадағалау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> кішкентай доптар, жалаушалар әр түстегі шарлар мен себеттер.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Аланның бір шетінен екінші шетіне жылдам және баяу жүгіру.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Баяу және жылдам жүгіруді, қос аяқпен бір орында тұрып секіруді үйрету. Дене бітімдерінің дұрыс қалыптасуын қадағалау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> кішкентай доптар, шарлар.</p>	1
	II	«Менің достарым».	<p><b>Тақырыбы:</b> Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру</p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларды белгіленген жерге дейін (2-3м) еңбектеу ережелеріне үйрету. Қимылдық ойындарға қызығушылықпен қатысуға тәрбиелеу. Дене бітімдерінің дұрыс қалыптасуын қадағалау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> кішкентай доптар, шарлар мен себеттер.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Белгіленген жерге дейін (2-3м) еңбектеу</p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларды белгіленген жерге дейін еңбектеуді қайталату және 3-4 таяқшалардан аттап өтуге үйрету. Ұйымшылдықпен ойнап, бір-бірін сыйлауға тәрбиелеу. Жаттығудың ережесін дұрыс орындаруын қадағалау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> сылдырмақтар, таяқшалар, ойынға қажетті заттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Таяқшалардан (3-4) аттап жүру.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларды таяқшалар арасымен аттап өтуді қайталату және кегельдер арасымен допты қос қолмен ұстап жүруді үйрету. Бір-біріне кедергі жасамауларын қадағалау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> сылдармақтар, таяқшалар, кегельдер, ойынға қажетті заттар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ саны
Қыркүйек. «Балабақша»	III	«Менің сүйікті ойыншықтарым».	<p><b>Тақырыбы:</b> Кегельдер арасымен допты қос қолмен ұстап жүріп өту.  <b>Мақсаты:</b> Балаларға кегельдер арасымен допты қос қолмен ұстап жүруді және еңбектеп жіптің арасымен өтуді үйрету. Жаттығулардың ережесін дұрыс орындауға дағдыландыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> сылдырмақтар, кегельдер жіп және ойынға қажетті заттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Жіптің (биіктігі 30-40см) астынан еңбектеп өту.  <b>Мақсаты:</b> Балаларға еңбектеп жіптің астынан өтуді қайталату және допты қос қолмен ұстап шеңберге лақтыруды үйрету. Бір-біріне кедергі жасамай арақашықтықты сақтауларын қадағалау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> сылдырмақтар, доптар, жіп және ойынға қажетті заттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Допты қос қолмен ұстап шеңберге лақтыру.  <b>Мақсаты:</b> Балаларға допты лақтыруға және еңбектеуді үйрету. Бір-біріне кедергі жасамай арақашықтықты сақтауларын қадағалау. Қимыл-қозғалыстарды орындаған кезде сигналға жауап қайтаруға жаттықтыру, ұқыптылыққа тәрбиелеу. Ұлттық ойындарға қызығушылықтарын арттыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> әр түстегі текшелер, доптар, доға және ойынға қажетті заттар.</p>	1
	IV	«Балабақшадағы үлкендердің пі»	<p><b>Тақырыбы:</b> Доғалар астынан еңбектеп өту.  <b>Мақсаты:</b> Балаларға жаттығу ережелерін толық орындауға үйрету. Бір-біріне кедергі жасамауларын, арақашықтықты сақтауларын қадағалау. Бір-біріне кедергі жасамай арақашықтықты сақтауларын қадағалау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> әр түстегі текшелер, доға арқан және т.б. ойынға қажетті заттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Арқан үстінен секіру.  <b>Мақсаты:</b> Балаларға жаттығу ережелерін толық орындауға үйрету. Бір-біріне кедергі жасамауларын, арақашықтықты сақтауларын қадағалау. Қимыл-қозғалыстарды орындаған кезде сигналға жауап қайтаруға жаттықтыру, ұқыптылыққа тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> текшелер, доға, арқан және т.б</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Тартылған жіптен аттап өту (биіктігі 10-15см)  <b>Мақсаты:</b> Балаларға допты лақтыруға және еңбектеуді үйрету. Бір-біріне кедергі жасамай арақашықтықты сақтауларын қадағалау. Қимыл-қозғалыстарды орындаған кезде сигналға жауап қайтаруға жаттықтыру, ұқыптылыққа тәрбиелеу. Ұлттық ойындарға қызығушылықтарын арттыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> кішкентай текшелер, доптар, жіп және т.б ойынға қажетті заттар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қазан «Менің отбасым»	I	«Менің отбасым».	<p><b>Тақырыбы:</b> Допты бір-біріне лақтырып ұстап алу.  <b>Мақсаты:</b> Допты лақтыру әдістерін игеру жағдайларын қамтамазыз ету түзу және ирек жолдармен жүгіруді үйрету. Жылдамдыққа ептілікке тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> доптар, гүлдер, жалаушалар, текшелер</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Бір тізбекпен тізені жоғары көтеріп жүру.  <b>Мақсаты:</b> Жаттығуларды орындау барысында балалардың икемділігін қалыптастыру. Ұйымшылдыққа ұқыптылыққа тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> шығыршықтар доптар және ойынға қажетті заттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Допты алға домалату және оны қуып жету.  <b>Мақсаты:</b> Допты алға домалату және оны қуып жетуді үйрету. Жаттығуларды орындау алдында балалардың икемділігін дайындау. Жүгіру кезінде дұрыс тыныс алуларын, дене бітімдерін тік ұстауларын қадағалау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Шығыршықтар, доптар.</p>	1
	II	«Менің көшем» « Мен тұратын үй».	<p><b>Тақырыбы:</b> 10-15 см биіктен секіру  <b>Мақсаты:</b> Жұптасып сапта жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру. 10-15 см биіктіктен секіруге үйрету, Қимыл – қозғалысы белсенділігін арттыру, төзімділігін, зейінін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Мат, 15-20 см биіктіктегі орындық.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Алға жылжып допқа дейін секіру.  <b>Мақсаты:</b> Сапта жүру, жәй және жылдам жүру, сигнал бойынша жылдам жүгіру. Алға жылжып допқа дейін секіру, Секіру, жүгіру дағдыларын жетілдіру, зейінділікке, төзімділікке тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> доптар, себет, атрибуттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Жалпақ тақтай бойымен тепе теңділікті сақтап жүру.  <b>Мақсаты:</b> Сапта жәй жүру және жүгіру Аю мен қоянның қимылын жасап жүру және секіру дағдыларын қалыптастыру. Тақтай үстіне шығу және бойымен жүру дағдыларын жетілдіру, қол-аяқ қимыл қозғалысын арттыру. Денсаулығын нығайту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> 30 см ені бар тақтайша, текшелер.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қазан«Меніңотбасым»	III	«Үйдегі және көшедегі қауіпсіздік».	<p><b>Тақырыбы:</b>Отырып (арақашықтығы 50-100см) допты бір-біріне домалату.  <b>Мақсаты:</b> Балаларды арақашықтықты сақтай білуге, кедергілерден аттай білуге дағдыландыру.Жылдамдыққа, ептілікке тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> гүлдер, жалаушалар, доптар, текшелер</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Бірнеше доға астынан еңбектеп өту.  <b>Мақсаты:</b>Сапта тізбектеліп жүруге жыланша ирелеңдеп жүруге және жүгіруге үйрету.Жалпы дамыту жаттығуларын орындауға үйретуді жалғастыру қол –аяқ үйлесімділігін арттыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> әр түсті текшелер, доға, арқан және т.б ойынға қажетті заттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Біз шапшаң және батылмыз.  <b>Мақсаты:</b>Шеңбер етіп қойылған жіптің бойымен жүгіру. Допты кеудеден қос қолмен лақтыру домалап бара жатырған допты қуып жету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Жіп, доп және т.б ойынға қажетті құралдар.</p>	1
	IV	«Алтын күз».	<p><b>Тақырыбы:</b>Бірқалыпты жеңіл секіру.  <b>Мақсаты:</b>.Бірқалыпты жеңіл секіруді үйрету Белгіге жауап беру білігін дамыту Гимнастикалық скамейка үстімен тепе –теңдікті сақтап жүруді белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> гимнастикалық скамейка, бала санына қарай атрибуттар, дөңгелектер.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Шектелген жазық бойымен жүру.  <b>Мақсаты.</b>Тепе –теңдік қалпын сақтай отырып шектелген жазықтық бойымен жүруге үйрету Алға жылжи отырып секіру іскерліктерін бекіту Өртүрлі қалыпта допты қос қолмен лақтыру іскерліктерін жетілдіру Балалардың денсаулығын шынықтыру</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> гимнастикалық скамейка, бала санына қарай атрибуттар, дөңгелектер.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Жерде жатқан тақтай бойымен өрмелеу.  <b>Мақсаты:</b>Сапта тізбектеліп жүруге жыланша ирелеңдеп жүруге және жүгіруге үйрету Жалпы дамыту жаттығуларын орындауға үйретуді жалғастыру қол-аяқ қимыл қозғалысы үйлесімділігін арттыру ойын мазмұнын түсініп ойнауға үйретуді жалғастыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Саты, атрибуттар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қараша. «Дені саудың жаны сау»	I	«Пайдалы көкөністер».	<p><b>Тақырыбы:</b> Отырып (арақашықтығы 50-100см), допты бір-біріне домалату.  <b>Мақсаты:</b>Балаларды арақашықтықты сақтай білуге, кедергілерден аттай алуға дағдыландыру. Жылдамдыққа, ептілікке тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Гүлдер, жалаушалар, доптар, текшелер.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Жіптің (биіктігі 30-40 см) астынан еңбектеп өту.  <b>Мақсаты:</b>Балаларды биіктігі 30-40 см жіптің астынан еңбектеп өтуге үйрету.Бір тізбекпен жүруге, жүгіруге дағдыландыру.Қимыл-қозғалыстарды орындаған кезде сигналға жауап қайтаруға жаттықтыру, ұқыптылыққа тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  гимнастикалық таяқшалар,жіп және ойынға қажетті заттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Екі қатар қойылған кегельдер арасымен допты қос қолдап ұстап жүру.  <b>Мақсаты:</b>Балаларды арақашықтықты сақтай білуге дағдыландыру допты лақтыруға үйретуден бітімінің дұрыс қалыптасуын қадағалау ойлау қабілетін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> әр түстегі шарлар, кегелдер және ойынға қажетті заттар.</p>	1
	II	«Жеміс бағында».	<p><b>Тақырыбы:</b> Допты алға домалату және оны қуып жету.  <b>Мақсаты:</b> Допты алға домалату және оны қуып жету.Жаттығуларды орындау алдында балалардың икемділігін дайындау. Ұйымшылдыққа ұқыптылыққа тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  шығыршықтар, доптар, құм салынған қапшықтар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Бір сызықтан қос аяқтап секіру.  <b>Мақсаты:</b> Балаларды бір тізбекпен жүруге және жүгіруге үйрету.Қимылды ойындарды қызығушылық пен ойнауға тәрбиелеу Балалардың өз бетінше жасалатын қозғалыс қызметін тұрақты қолдап отыру есте сақтау қабілетін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  гимнастикалық таяқшалар,жіп және ойынға қажетті заттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Бір сызықтан қос аяқтап секіру.  <b>Мақ:</b> Балаларды бір тізбекпен жүруге, жүгіруге дағдыландыру. Балалардыңөз бетінше жасалатын қозғалыстық қызметін тұрақты қолдап отыру, есте сақтау қабілеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  гимнастикалық таяқшалар, жіп және ойынға қажетті заттар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қараша. «Дені саудың жаны сау»	III	«Өзім туралы «Мен кімін»».	<p><b>Тақырыбы:</b> Жерде жатқан тақтай бойымен өрмелеу.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Сапта тізбектеліп жүруге, жыланша ирелеңдеп жүруге және жүгіруге үйрету. Жалпы дамыту жаттығуларын орындауға үйретуді жалғастыру, қол-аяқ қимыл-қозғалысы үйлесімділігін арттыру. Ойын мазмұнын түсініп ойнауға үйретуді жалғастыру.</p>	<p><b>Құрал-жабықтар:</b> Саты, атрибуттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Бірін-біріне кедергі жасамай түрлі бағытта жүгіруге үйрету.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Бірін-біріне кедергі жасамай түрлі бағытта жүгіруге үйрету. Қозғалыс үйлесімділігін дамыту. өзінің қимылын басқа балалардың қимылымен сәйкестендіруге үйрету. Денен шынықтыру жаттығуларын орындау ниеттерін тәрбиелеу.</p>	<p><b>Қажеті құралдар:</b> таяқша, доп, жіптермен жаттығуларды орындау.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Жіптің (биіктігі 30-40см) астынан еңбектеп өту.</p> <p><b>Мақсаты:</b> балаларды биіктігі 30-40см жіптің астынан еңбектеп өтуге үйрету. Бір тізбекпен жүруге, жүгіруге дағдыландыру. Қимылдық ойындарды қызығушылықпен ойнауға тәрбиелеу. Балалардың өз бетінше жасалатын қозғалыстық қызметін тұрақтықолдап отыру, есте сақтау қабілеттерін дамыту.</p>	<p><b>Қажеті құралдар:</b> таяқша, доп, жіптермен жаттығуларды орындау.</p>	1
	IV	«Мөлдір су».	<p><b>Тақырыбы:</b> 10-15 см биіктен секіру.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Жұптасып сапта жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру. 10-15см биіктіктен секіруге үйрету, Қимыл –қозғалысы белсенділігін арттыру, төзімділігін, зейінін дамыту.</p>	<p><b>Құрал- жабыдықтар:</b> мат, 10-15 см биіктіктегі орындық.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Алға жылжып допқа дейін секіру.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Сапта жүру, жәй және жылдам жүру, сигнал бойынша жылдам жүгіру. Алға жылжып допқа дейін секіру, Секіру, жүгіру дағдыларын жетілдіру, зейінділікке, төзімділікке тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал- жабыдықтар:</b> доптар, себет, атрибуттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Жалпақ тақтай бойымен тепе теңділікті сақтап жүру</p> <p><b>Мақсаты:</b> Сапта жәй жүру және жүгіру Аю мен қоянның қимылын жасап жүру және секіру дағдыларын қалыптастыру, Тақтай үстіне шығу және бойымен жүру дағдыларын жетілдіру, қол-аяқ қимыл қозғалысын арттыру Денсаулығын нығайту.</p>	<p><b>Құрал- жабыдықтар:</b> 30 см ені бар тақтайша, текшелер, атрибуттар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Желтоқсан «Бізді қоршаған әлем»	I	«Қуыршақтың жиһаздары».	<p><b>Тақырыбы:</b>Жіңішке арқан бойымен қолды белге қойып түзу жүру.</p> <p><b>Мақсаты:</b>Сапта бір-бірлеп заттар арасымен жүруге, жүгіруге үйрету. Қол-аяқ қимыл қозғалысы үйлесімділігін арттыру. Ойын ережесін ойын барысында сақтау қажеттігін түсіндіру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>жіңішке ұзын арқан, әр балаға лента.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Допты бір-біріне домалату.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Сапта бір-бірлеп аяқ ұшымен өкшемен жүруге допты жерде отырып бір-біріне домалатуға үйрету. Жалпы дамыту жаттығуын дұрыс орындауға үйрету.</p>	<p><b>Құрал- жабдықтар:</b>үлкен диаметрлі (20 см) доптар, әр балаға лента.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Доптар салынған себетке дейін жүгіріп қайта оралу.</p> <p><b>Мақсаты:</b>Шеңбер бойымен аралықты сақтай отырыпжүруге және жәйжүгіруге, допты қақпаға домалатып кіргізугеүйрету. Жалпы дамыту жаттығуларын дұрыс орындауға ынталарын арттыру, қол-аяқ қозғалысын жетілдіру.</p>	<p><b>Құрал- жабдықтар:</b>доптар салынған себет,әр балаға атрибуттар.</p>	1
	II	«Қуыршақтың киімдері»	<p><b>Тақырыбы:</b> Кедергілерден аттап өту.</p> <p><b>Мақсаты:</b>Балаларды арақашықтықты сақтай білуге үйрету. Адамгершілік қасиеттерге, ұқыптылыққа тәрбиелеу. Дене бітімдерінің дұрыс қалыптастыруын қадағалау. Есте сақтау қабілетін дамыту.</p>	<p><b>Құрал- жабдықтар:</b> текшелер, әр түстегі шарлар, ойынға қажетті заттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Биіктен қос аяқпен секіру(5-15см).</p> <p><b>Мақсаты:</b>Балаларды арақашықтықты сақтай білуге үйрету. Адамгершілік қасиеттерге, ұқыптылыққа тәрбиелеу. Дене бітімдерінің дұрыс қалыптастыруын қадағалау. Есте сақтау қабілетін дамыту.</p>	<p><b>Құрал- жабдықтар:</b>әр түстегі шарлар, кегельдер, доптар, тақтайшалар және т.б ойынға қажетті заттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Баяу қарқынды өзгерте отырып жүгіру.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Баяу қарқынды өзгерте отырып жүгіруді үйрету. Ұйымшылдыққа ұқыптылыққа тәрбиелеу. Жүгіру кезінде дұрыс тыныс алуларын, дене бітімдерін тік ұстауларын қадағалау және дұрыс қалыптасуын дамыту.</p>	<p><b>Құрал- жабдықтар:</b> шығыршық және ойынға қажетті заттар.</p>	1



№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Желтоқсан «Бізді қоршаған әлем»	III	«Ыдыстар»	<p><b>Тақырыбы:</b>Залдың бір шетінен ойыншыққа дейін қосаяқтап алға жылжып секіріп бару.</p> <p><b>Мақсаты:</b>Сапта жүру, аяқ ұшымен ирлеңдеп жүруге, қимыл үйлесімділігін үйрету. Қос аяқтап секіру біліктерін жетілдіру, қимыл үйлесімділігін дамыту. Аңғарпаздылығы мен зейінін дамыту. Ойын ережесін сақтай ойнауға үйретуді жалғастыру.</p>	<p><b>Құрал -жабдықтар:</b> ойыншықтар, балалар санына қарай құрсаулар, атрибуттар</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Допты бір-біріне домалату (1,5-2м).</p> <p><b>Мақсаты:</b> Сапта қолдарын жоғары көтеріп шапалақтап жүру, жылдам жүгіруге үйрету.Қол-аяқ, қимыл-қозғалыс икемділігі мени үйлесімділігін арттыру, зейінін дамыту. Салауатты өмір дағдыларын қалыптастыру.</p>	<p><b>Құрал - жабдықтар:</b>доптар, балалар санына қарай доптар, атрибуттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Залдың бір шетінен ойыншыққа дейін қосаяқтап алға жылжып секіріп бару.</p> <p><b>Мақсаты:</b>Сапта жүру, аяқ ұшымен ирлеңдеп жүруге, қимыл үйлесімділігін үйрету. Қос аяқтап секіру біліктерін жетілдіру, қимыл үйлесімділігін дамыту. Аңғарпаздылығы мен зейінін дамыту. Ойын ережесін сақтай ойнауға үйретуді жалғастыру.</p>	<p><b>Құрал - жабдықтар:</b>доптар, балалар санына қарай доптар, атрибуттар.</p>	1
	IV	«Ғажайып қыс»	<p><b>Тақырыбы:</b>Допты алысқа кеуде тұсынан лақтыру.</p> <p><b>Мақсаты:</b>Сапта нық кадаммен жүру, белгі бойынша тоқтап жүру және жүгіру. Допты алысқа лақтыруға үйрету.Қол –аяқ қимыл қозғалыс икемділігі мен үйлесімділігін арттыру. төзімділігір зейінін дамыту.</p>	<p><b>Құрал -жабдықтар:</b> доптар, керулі арқан.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Еденде 10-20см қашықтықта 2 арқаннан тұратын жолақтан секіру.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Тізбектеліп сапта аюша қорбандап жүру, сигнал бойынша отырып тұру.Еденде 10-20см қашықтықта жатқан арқаннан секіру.Қимыл қозғалыс белсенділігін арттыру, төзімділігін дамыту.</p>	<p><b>Құрал - жабдықтар:</b>арқан, мат, атрибуттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Арқанның астымен орындыққа дейін еңбектеу.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Шеңбер бойымен аяқ ұшымен және өкшемен жүру, жылдам жүгіру. Арқанның астымен орындыққа дейін еңбектеу. Төзімділігін ,зейінін дамыту.</p>	<p><b>Құрал - жабдықтар:</b>доптар, шеңбер құруға қажетті жіңішке арқан, атрибуттар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қаңтар «Біздің кіші достарымыз».	I	«Ауладағы құстар»	<p><b>Тақырыбы:</b>Допты алысқа кеуде тұсынан лақтыру».</p> <p><b>Мақсаты:</b> Сапта нық қадаммен жүру, белгі бойынша тоқтап жүру және жүгіру. Допты алысқа лақтыруға үйрету. Ойынға деген қызығушылықтарын арттыру.</p>	Құрал - жабдықтар:доптар, керулі арқан, атрибуттар.	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Еденде10-20см қашықтықта 2арқаннан тұратын жолақтан секіру.</p> <p><b>Мақсаты:</b>Тізбектеліп сапта аюша қорбандап жүру, қолды жоғары көтеріп-түсіріп жүру,сигнал бойынша отырып тұру.Еденде жатқан арқаннан секіру.Қимыл-қозғалыс белсенділігін арттыру.</p>	Құрал - жабдықтар:арқан, мат, атрибуттар.	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Допты алысқа кеуде тұсынан лақтыру.</p> <p><b>Мақсаты:</b>Сапта нық қадаммен жүру, белгі бойынша тоқтап жүру және жүгіру.Доптыалысқалақтыруға үйрету.қол-аяққимыл-қозғалысын төзімділігін,зейінін дамыту.</p>	Құрал -жабдықтар: доптар, керулі арқан.	1
	II	«Үй жануарлары»	<p><b>Тақырыбы:</b>Ирек жолмен жүру.</p> <p><b>Мақсаты:</b>Балаларды түзу бағытта қойылған заттардан аттап өтуге үйрету. Іс-әрекет қабілеттілігін арттыру. Ойнау, ойлау қабілеттерін арттыру. Ойын ойнауға деген қызығушылықтарын арттыру.</p>	Құрал-жабдықтар: Себеттер, текшелер.	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>10-15 см биіктен секіру.</p> <p><b>Мақсаты:</b>Жұптасып сапта жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру. 10-15см биіктен секіруге үйрету. Қимыл-қозғалыс белсенділігін арттыру, төзімділігін, зейінін дамыту.</p>	Құрал-жабдықтар: мат, 15-20 см биіктіктегі орындық.	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Жалпы тақтай бойымен тепе –теңдікті сақтай жүру.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Сапта жәй жүру және жүгіру. Аю мен қоянның қимылын жасап жүру және секіру дағдыларын қалыптастыру. Тақтай үстіне шығу және бойымен жүру дағдыларын жетілдіру, қол –аяқ қимыл үйлесімділігін арттыру денсаулығын нығайту.</p>	Құрал-жабдықтар:30 смтақтайша, текшелер, атрибуттар.	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қаңтар «Біздің кіші достарымыз».	III	«Орманда нелер мекендейді»	<p><b>Тақырыбы:</b> Қатар жатқан қос лентадан секіріп өту. (ара қашықтығы. (10-15см). <b>Мақсаты:</b>Әр түрлі қарқында жәй және жылдам жүру, жүгіру. Ұзындықтан секіріп өту, қол-аяқ қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Ұйымшылдықпен ойнап, бір-бірін сыйлауға тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал- жабдықтар:</b> доптар,себет, атрибуттар, бет орамалдар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Бірқалыпты жеңіл секіру. <b>Мақсаты:</b>Бірқалыпты жеңіл секіруді үйрету. Белгіге жауап беру білігін дамыту. Гимнастикалық скамейка үстімен тепе-теңдікті сақтап жүруді, белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру. Жаттығулардың ережесін дұрыс орындауға дағдыландыру.</p>	<p><b>Құрал- жабдықтар:</b>гимнастикалық скамейка, бала санына қарайатрибуттар. Дөңгелектер.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Шектелген жазықтық бойымен жүру. <b>Мақсаты:</b>тепе-теңдік қалпын сақтай отырып шектелген жазықтық бойымен жүруге үйрету. Алға жылжи отырып секіру іскерліктерін бекіту. Әртүрлі қалыпты допты қос қолмен лақтыру іскерліктерін жетілдіру. Балалардың денсаулығын шынықтыру</p>	<p><b>Құрал- жабдықтар:</b>доптар және ойынға қажетті заттар</p>	1
	IV	« Құстар біздің досымыз»	<p><b>Тақырыбы:</b>Допты қақпаға домалату. <b>Мақсаты:</b>Шеңбер бойымен жәй жүру, бағытты өзгертіп жүру, жүгіру. Допты қақпаға домалатуға үйретуді жалғастыру, үлкен моторикасын дамыту, төзімділікке тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> доптар, себет, атрибуттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Доғаның астынан еңбектеп өту. <b>Мақсаты:</b>Қатарда жәй жүру, тізені жоғары көтеріп жүру, аяқ ұшымен және өкшемен жүру. Доғаның астынан еңбектеп өту. Қол-аяқ қимыл үйлесімділігін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> доптар, себет, атрибуттар, бет орамалдар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Шектелген кеңістікте жүріп өту. (10-12 см ендіктегі сызылған лента). <b>Мақсаты:</b> Қатарда жәй жүру, тізені жоғары көтеріп жүру аяқ ұшымен және өкшемен жүру. Жіңішке лента бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру дағдыларын жетілдіру. Қол аяқ қимыл үйлесімділігін дамыту, зейінділікке төзімділікке тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> доптар, себет, атрибуттар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Ақпан « Мен және қоршаған орта».	I	«Көліктер»	<p><b>Тақырыбы:</b> Қарды домалат.  <b>Мақсаты:</b> Жаттығуды орындағанда арақашықтықты сақтауға дағдыландыру. Шыдамдылыққа, ұқыптылыққа тәрбиелеу. Дене бітімдерін дұрыс қалыптасуын қадағалау. Ойлау қабілетін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Шығыршықтар, доптар, құм салынған қапшықтар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Допты алға домалату және оны қуып жету. Құм салынған қапшықты шеңберге лақтыру.  <b>Мақсаты:</b> Допты алға домалату және оны қуып жетуді үйрету. Құм салынған қапшықты шеңберге лақтыруды үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Шығыршықтар, доптар, құм салынған қапшықтар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Бір сызықтан қос аяқпен секіру.  <b>Мақсаты:</b> Балаларды бір тізбекпен жүруге, жүгіруге дағдыландыру. Қимылды ойындарды қызығушылықпен ойнауға тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  секіру, допты домалату, шеңберге лақтыру.</p>	1
	II	«Мамандықтың бәрі жақсы»	<p><b>Тақырыбы:</b> Бірнеше доға астынан еңбектеп өту.  <b>Мақсаты:</b> Сапта тізбектеліп жүруге, жыланша ирелеңдеп жүруге және жүгіруге үйрету. Жалпы дамыту жаттығуларын орындауға үйретуді жалғастыру, қол-аяқ қимыл-қозғалыс үйлесімділігін арттыру. Ойын ережесін сақтай ойнауға үйретуді жалғастыр</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> саты, атрибуттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Үлкен допты алысқа лақтыру.  <b>Мақсаты:</b> Сапта жүру, жәй жүгіру, сигнал бойынша отырып-тұру дағдыларын қалыптастыру. Затты алысқа лақтыруға үйрету. секіру, жүгіру дағдыларын жетілдіру, зейінділікке, ұқыптылыққа тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  доптар, себет, атрибуттар, текшелер.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Үш аяқты велосипед тебу.  <b>Мақсаты:</b> Сапта тізбектеліп жүру, жүгіруге үйрету. Белгі бойынша қарқынды өзгертіп жүру. Жалпы дамыту жаттығуларын зерттеп орындауға үйретуді жалғастыру, қол-аяқ, қимыл-қозғалыс үйлесімділігін арттыру. Ойын ережесін сақтауға үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  велосипед</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Ақпан « Мен және қоршаған орта».	III	«Музыкалық аспаптар»	<p><b>Тақырыбы:</b>Сызықтардың, жіптердің ортасымен (арақашықтықтары 20-30см) жүгіру. Жіптің (биіктігі 30-40см) астынан еңбектеп өту.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларды сызықтардың, жіптердің ортасымен жүгіруге үйрету, бір тізбекпен жүруге, жүгіруге дағдыландыру. Қимылды ойындарды қызығушылықпен ойнауға тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> гимнастикалық таяқшалар, жіптер.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Жіптің (биіктігі 30-40см) астынан еңбектеп өту. Допты бір қолмен (оң, сол) лақтыру.</p> <p><b>Мақсаты:</b>Балаларды биіктігі 30-40см жіптің астынан еңбектеп өтуге үйрету. Бірізбекпен жүруге, жүгіруге дағдыландыру. Қимылды ойындарды қызығушылықпен ойнауға тәрбиелеу</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> жіп, доптар, таяқшалар</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Допты бір қолмен (оң, сол) лақтыру.</p> <p><b>Мақсаты:</b>Балаларды бір тізбекпен ирелеңдеп жүруге, жүгіруге үйрету. Қимылды ойындарды қызығушылықпен ойнауға тәрбиелеу қабілеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> жіп, доптар, таяқшалар</p>	1
	IV	«Ойнаймыз танымыз, зерттейміз»	<p><b>Тақырыбы:</b>Еденде ирелеңдеп жатқан жіптің үстімен жүру. Шығыршықтың ішіне қос аяқпен секір.</p> <p><b>Мақсаты:</b>Балаларды ирелеңдеп жатқан жіптің үстімен жүруді және жаттығулар жасағанда ара қашықтықты сақтауға дағдыландыру. Ұйымшылдыққа тәрбиелеу.Ойлау қабілетін дамыту.</p> <p><b>Тақырыбы:</b>Шығыршықтың ішіне қос аяқпен секіру. Кегелдер арасымен жүру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> доптар, жіп, шығыршықтар, кегельдер.</p>	1
			<p><b>Мақсаты:</b> Балаларды шығыршықтың ішіне қос аяқпен секіруге және кегелдер арасымен жүгіруді үйрету. Дене бітімінің дұрыс қалыптасуын қадағалау.Ой қабілетін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> доптар, жіп, шығыршықтар, кегельдер.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Кегельдер арасымен жүгіру. 5-10см биіктіктен секіру.</p> <p><b>Мақсаты</b> Балаларды биіктіктен секіруді және жаттығуларды толық дұрыс орындауға үйрету.</p> <p>Шыдымдылыққа ,ұқыптылыққа тәрбиелеу.Ойлау қабілетін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> доптар, тақтай орындықтар,кегельдер, доғалар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Наурыз « Мен және қоршаған орта».	I	«Анамды мен сүйемін»	<p><b>Тақырыбы:</b>Шығыршықтың ішіне қос аяқпен секіру. Кегельдер арасымен жүгіру.</p> <p><b>Мақсаты:</b>Балаларды шығыршықтың ішіне қос аяқпен секіруге және кегельдер арасымен жүгіруді үйрету. Шыдамдыққа, ұқыптылыққа тәрбиелеу. Дене бітімдерінің дұрыс қалыптасуын қадағалау. Ойлау қабілеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> доптар, жіп, шығыршықтар, кегельдер.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Кегельдер арасымен жүру. 5-10см биіктіктен секіру.</p> <p><b>Мақсаты:</b>Балаларды биіктіктен секіруді және жаттығуды толық, дұрыс орындауға үйрету. Жаттығу орындағанда арақашықтықтарды сақтауға дағдыландыру. Шыдамдыққа, ұқыптылыққа тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> доптар, тақтай, кішкентай орындықтар, кегельдер, доғалар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>5-10см биіктіктен секіу. Доғаның астымен еңбектеу.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларды биіктіктен секіруді және жаттығуды толық, дұрыс орындауға үйрету. Жаттығу орындағанда арақашық-тықтарды сақтауға дағдыландыру. Шыдамдыққа, ұқыптылыққа тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> доптар, тақтай, кішкентай орындықтар, кегельдер, доғалар.</p>	1
	II	«Ертегілер елінде театр әлемі»	<p><b>Тақырыбы:</b>Еденде жатқан арқан үстімен жүру. Ілулі тұрған заттарға қолын тигізіп секіру.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларға ілулі тұрған заттарға қолын тигізіп секіруді үйрету.Жаттығу ережелерін және жаттығуларды толық орындауға дағдыландыру.Ептілікке, және ұқыптылыққа тәрбиелеу.Секіре білу қабілеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> ойыншықтар, шарлар, арқан, түсті шашақтар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Доптарды себетке лақтыру.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Еденде жатқан арқан үстімен жүруді үйрету.Допты себетке лақтыруды үйрету. Қимыл қозғалыстарды орындаған кезде сигналға жауап қайтаруға жаттықтыру, ұқыптылыққа тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> текшелер, әр түсті шарлар, ойынға қажетті заттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Ирек жолмен жүру.</p> <p><b>Мақсаты:</b>Балаларды түзу бағытта қойылған заттардан аттап өтуге үйрету.Іс-әрекет қабілеттілігін арттыру. Жалпы дамыту жаттығуларын дұрыс орындауға ынталарын арттыру, қол-аяқ қимыл қозғалысын жетілдіру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> себеттер, текшелер.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Наурыз« Мен және қоршаған орта».	III	«Әжеге қонаққа барамыз»	<p><b>Тақырыбы:</b> Ұсақ заттарды 1 м қашықтыққа лақтыру.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Негізгі қимыл жаттығуларының орындау тәртібін үйрету. Қауіпсіздік ережелерімен таныстыру. Денсаулығы мықты, шымыр азамат тәрбиелеу.Ептіліке, шапшаңдыққа баулу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> себеттер, шарлар, кішкентай доптар және ойынғақажетті заттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Аяқ ұшымен жүру.</p> <p><b>Жуан арқан бойымен бір қырындап адымдай жүру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Негізгі қимыл жаттығуларын орындау тәртібін үйрету. Қауіпсіздік ережелерімен таныстыру. Денсаулығы мықты, шымыр азамат тәрбиелеу.Ептіліке, шапшаңдыққа баулу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> арқан, шарлар, кішкентай доптар, себеттер.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Допты 1м қашықтықтағы қақпаға домалату.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Негізгі қимыл жаттығуларының орындау тәртібін үйрету. Қауіпсіздік ережелерімен таныстыру. Денсаулығы мықты, шымыр азамат тәрбиелеу.Ептіліке, шапшаңдыққа баулу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> кегельдер, шарлар, кішкентай доптар, таяқшалар.</p>	1
	IV	«Мерекелік дастархан»	<p><b>Тақырыбы:</b> Ұсақ заттарды 1 м қашықтыққа лақтыру.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Негізгі қимыл жаттығуларының орындау тәртібін үйрету. Қауіпсіздік ережелерімен таныстыру. Денсаулығы мықты, шымыр азамат тәрбиелеу.Ептіліке, шапшаңдыққа баулу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> себеттер, шарлар, кішкентай доптар және ойынғақажетті заттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Аяқ ұшымен жүру.</p> <p><b>Жуан арқан бойымен бір қырындап адымдай жүру.</b></p> <p><b>Мақсаты:</b> Негізгі қимыл жаттығуларын орындау тәртібін үйрету. Қауіпсіздік ережелерімен таныстыру. Денсаулығы мықты, шымыр азамат тәрбиелеу.Ептіліке, шапшаңдыққа баулу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> арқан, шарлар, кішкентай доптар, себеттер.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Допты 1м қашықтықтағы қақпаға домалату.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Негізгі қимыл жаттығуларының орындау тәртібін үйрету. Қауіпсіздік ережелерімен таныстыру. Денсаулығы мықты, шымыр азамат тәрбиелеу.Ептіліке, шапшаңдыққа баулу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> кегельдер, шарлар, кішкентай доптар, таяқшалар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Сәуір«Табиғат әлемі»	I	«Нұр төккен, гүл көктем»	<p><b>Тақырыбы:</b>Таяқшалар арасынан қос аяқтап секіру.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Балаларға таяқша арасымен қос аяқтап секіру және ирелеңдеп жатқан жіптің үстімен жүру кезіндегі қауіпсіздік ережелерін сақтауға үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> гүлдер, таяқшалар, ойынға қажетті заттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Нысанаға дейін еңбектеу.</p> <p><b>Мақсаты:</b>Балаларды еңбектеу, және қос аяқпен секіру жаттығуларының тәртібін толық, дұрыс орындауға үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> гүлдер, таяқшалар, жалаушалар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Допты алға домалату және қуып жүріп ұстау.</p> <p><b>Мақсаты:</b>Бір-біріне кедергі жасамауға тәрбиелеу. Қимыл қозғалыстарды орныдаған кезде сигналға жауап қайтаруға жаттықтыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> доптар, себеттер, гүлдер.</p>	1
	II	«Ағаштар»	<p><b>Тақырыбы:</b>Түзу сызық үстінен аяқ ұшымен жүру.</p> <p><b>Мақсаты:</b> Жаттығуларды орындау алдында балалардың икемділігін дайындау. Ұйымшылдыққа ,ұқыптылыққа тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> таяқшалар, жалаушалар, себеттер және т.б ойынға қажетті заттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b>Допты жерге ұрып ыршытып, ұстап алу»</p> <p><b>Мақ:</b> Балаларға баяу және жылдам жүруді, допты қағып ұстапалуды үйрету.Іс-әрекет қабілеттілігін арттыру.Ептілікке, шыдамдылыққа тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> сылдырмақтар, гимнастикалық таяқшалар, доптар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> «Таяқшалар арасынан қос аяқпен секіру»</p> <p><b>Мақ:</b> Балалар таяқшалар арасымен қос аяқпен секіру және ирелеңдеп жатқан жіптің үстінен жүру кезіндегі қауіпсіздік ережелерін сақтауға үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> таяқшалар, жіп, доптар, себеттер.</p>	1



№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Сәуір «Табиғат әлемі»	III	«Су әлемі». «Аквариум»	<p><b>Тақырыбы:</b> Алға жылжып допқа дейін секіру.  <b>Мақсаты:</b> Сапта жүру, жәй және жылдам жүру, сигнал бойынша жылдам жүгіру. Секіру, жүгіру дағдыларын жетілдіру, зейінділікке, төзімділікке тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> доптар, себеттер, атрибуттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Жалпақ тақтай бойымен тепе теңдікті сақтап жүру.  <b>Мақсаты:</b> Сапта жәй жүру және жүгіру. Аю мен қоянның қимылын жасап жүру және секіру дағдыларын қалыптастыру. Тақтай үстіне шығу және бойымен жүру дағдыларын жетілдіру. Допты жоғары лақтыруды жаттықтыру. Жерде жатқан арқан үстімен түзу жүруді үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> 30 см ені бар тақтайша, текшелер, атрибуттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Сызылған сызық бойымен жүру.  <b>Мақсаты:</b> Сызылған сызық бойымен аралықты сақтай отырып жүруге, бір біріне кедергі жасамай жүруге үйрету. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау біліктерін арттыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> ойынға қажетті заттар.</p>	1
	IV	«Жәндіктер»	<p><b>Тақырыбы:</b> Еңіс қойылған тақтай бетімен өрмелеп өту.  <b>Мақсаты:</b> Шеңбер бойымен жүру, сигнал бойынша тоқтап, қайта жүру, бір-біріне соқтықпай жүруге, шектелген кеңістікте өрмелеп жүруге үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> ұзындығы 1,5 м, ені 30 см тақтай.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Залдың бір шетінен ойыншыққа дейін қос аяқтап, алға жылжып секіріп бару.  <b>Мақсаты:</b> Сапта жүру, аяқ ұшымен ирелендеп жүруге, жылдам жүгіруге үйрету. Қос аяқтап секіру біліктерін жетілдіру, қимыл үйлесімділігін дамыту, аңғарымпаздығы мен зейінін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> ойыншықтар, балалар санына қарай құрсаулар, атрибуттар.</p>	1
			<p><b>Тақырыбы:</b> Үлкен допты алысқа лақтыру.  <b>Мақсаты:</b> Сапта жүру, жәй жүгіру, сигнал бойынша отырып-тұру дағдыларын қалыптастыру. Затты алысқа лақтыруға үйрету. Секіру, жүгіру дағдыларын жетілдіру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> доптар, себет, атрибуттар, текшелер.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Мамыр «Әрқашан күн сөнбесін»	I	«Аялайық гүлдерді. Гүлдер, шөптер»	Тақырыбы: Нысанаға дейін еңбектеу. Таяқшалардан қос аяқпен секіру. Мақсаты: Балаларды еңбектеу және қос аяқпен секіру жаттығуларының тәртібін, толық дұрыс орындауға үйрету.	Құрал-жабдықтар: гүлдер, таяқшалар, жалаушалар.	1
			Тақырыбы: Бірқалыпты жеңіл секіру. Мақсаты: Бірқалыпты жеңіл секіруді үйрету. Белгіге жауап беру білігін дамыту. Гимнастикалық скамейка үстімен тепе-теңдікті сақтап жүруді белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру.	Құрал-жабдықтар: гимнастикалық скамейка, бала санына қарай атрибуттар, дөңгелектер.	1
			Тақырыбы: Допты қақпаға домалату. Мақсаты: Қатарда жүру, аяқ ұшымен, өкшемен, жәй жүгіруге, тоқтап қайта жүгіруге, допты мақсатты домалатуға үйрету.	Құрал-жабдықтар: үлкен диаметрлі доптар, әр балаға лента.	1
	II	«Менің сүйікті үй жануарларым»	Тақырыбы: Қатар жатқан қос лентадан секіріп өту. Мақсаты: Әртүрлі қарқында жәй және жылдам жүру, жүгіру. Ұзындықтан секіріп өту, қол-аяқ қимыл қозғалыс үйлесімділігін дамыту.	Құрал-жабдықтар: доптар, себет, атрибуттар, бет орамалдар.	1
			Тақырыбы: Допты бір-біріне домалату. Мақсаты: Сапта қолдарын жоғары көтеріп шапалақтап жүру, жылдам жүгіруге үйрету. Қол-аяқ қимыл қозғалыс икемділігі мен үйлесімділігін арттыру, зейінін дамыту.	Құрал-жабдықтар: үлкен доптар, әр балаға лента.	1
			Тақырыбы: Допты қос қолмен торға лақтыру. Кішкентай қапшықты төбесіне қойып, тақтай үстімен жүру. Мақсаты: Балаларды допты қос қолмен торға лақтыруға, және қапшықты төбесіне қойып жүруге үйрету. арттыру.	Құрал-жабдықтар: доптар, себеттер, қапшықтар, тақтай.	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Мамыр«Әрқашан күн сөнбесін»	III	«Мен жасай аламын»	Тақырыбы:Арқанның астынан еңбектеп өту. Шеңбер бойымен айнала жүгіру. Мақсаты:Балаларды шеңбер бойымен айнала жүгіруге және жаттығу кезінде арақашықтықты сақтай білуге үйрету,ойынға қызығушылығын арттыру.	Құрал-жабдықтар: қапшықтар, тақтай, арқан, шығыршықтар.	1
			Тақырыбы:Таяқшалар арасымен қос аяқтап секіру. Еденде жатқан жіптің үстімен жүру. Мақсаты:Балаларға таяқша арасымен қос аяқпен секіру және ирелендеп жатқан жіптің үстімен жүруді үйрету.	Құрал-жабдықтар: таяқшалар, жіп, доптар, себеттер	1
			Тақырыбы:Ирек жіптің үстімен жүру. Аласа,ұзын орындық үстімен еңбектеу. Мақсаты:Балаларға ирек жіптің үстімен жүру және еңбектеу кезіндегі қауіпсіздік ережесін сақтауға үйрету.	Құрал-жабдықтар: шығыршықтар, гимнастикалық орындық және т.б.	1
	IV	«Көңілді жаз»	Тақырыбы:Шектелген жазық бойымен жүру. Мақсаты:Тепе теңдік қалпын сақтай отырып,шектелген жазықтық бойымен жүруге үйрету.	Құрал-жабдықтар: кегелдер, жіп, әр түсті текшелер.	1
			Тақырыбы:Қатар жатқан қос лентадан секіріп өту. Мақсаты:Әртүрлі қарқында жәй және жылдам жүру,жүгіру.Ұзындықтан секіріп өту,қолаяқ қимыл қозғалысын дамыту.Салауатты өмір салтына тәрбиелеу.	Құрал-жабдықтар: доптар, себеттер,атрибуттар,бет орамалдар.	1
			Тақырыбы:Доғаның астынан еңбектеп допқа дейін бару. Мақсаты:Шеңбер бойымен аралықты сақтай отырып жүруге,жәй жүгіруге ,доғаның астынан еңбектеп допқа шейін баруға үйрету.	Құрал-жабдықтар: доға, доптар салынған себет, әр бір балаға атрибут.	1

Бекітілді:  
№ 23 «Ынтымақ» бөбекжай бақшасының  
менгерушісі Урынтаева Р. Ж.

28 .08.2020 ж.



**2020 – 2021 оқу жылына арналған «Денсаулық» білім саласы  
Дене шынықтыру оқу қызметінің перспективалық жоспары.  
Ортаңғы тобы.**

**2020 – 2021 оқу жылы.**

**2020 – 2021 оқу жылының ортаңғы топқа арналған дене шынықтыру ҰОҚ перспективалық жоспары**  
**Білім саласы: «Денсаулық»**

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қыркүйек. «Балабақша»	I	«Менің балабақшам»	Дене шынықтыру <b>Мақсаты:</b> Меңгерген іскерлік, ептілік дағдыларды бекіту: шағын топпен тұру, нұсқаушының соңынан жүру, жүгіру. Тура жолмен жүруге үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			Дене шынықтыру <b>Мақсаты:</b> Орында тұрып қос аяқпен секіруге үйрету. Шағын топпен жүру, жүгіру кезінде қолды еркін қалыпта ұстап жүруге жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			Дене шынықтыру <b>Мақсаты:</b> Балаларды тапсырманы дұрыс түсініп орындауға, шапшаңдыққа үйрету; қимыл белсенділігін арттыру, ептілікке баулу. Жылдамдық ж/е ептіліктерін дамыту. Есте сақтау қабілеттерін дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
	II	«Менің достарым».	Дене шынықтыру <b>Мақ:</b> Ирелең жолмен жүруге, қос аяқпен секіруге (аяқ бірге – аяқ алшақ) үйрету. Шағын топпен бір – біріне кедергі жасамай жүгіру; саптан шықпай, бағытты сақтай жүру; аяқты тізеден сәл бүгіп, секіріп, аяқты алшақ, бірге ұстау дағдыларын бекіту. Музыканың басталуын сезініп, музыкаға сәйкес жүруге баулу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			Дене шынықтыру <b>Мақ:</b> Қос аяқпен секіруге (аяқ бірге – аяқ алшақ) бір – біріне доп домалатуды үйрету. Ирелең жолмен жүру. Қос аяқпен секіру (аяқ бірге – аяқ алшақ) дағдыларын бекіту. Музыканың басталуын сезініп, музыкаға сәйкес жүру; сөздерді қайталау және оны орындау дағдыларын қалыптастыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			Дене шынықтыру <b>Мақ:</b> Балалардың ойлау, байқампаздық қасиеттерін дамыту. Шапшаңдыққа ептілікке, баулу. Дене жаттығуларын сүюге үйрету; ойлау, есте сақтау қабілеттерін дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ саны
Қыркүйек. «Балабақша»	III	«Менің сүйікті ойыншықтарым».	Дене шынықтыру <b>Мақ:</b> Бір-біріне доп домалатуды үйрету. Допты домалату кезінде қолдың қозғалу күшін, қимыл үйлесімділігін, ұсақ сезім мүшелерін дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			Дене шынықтыру <b>Мақ:</b> Тура жолмен жүру және жүгіру. Шектелген алаң бойы жүруде тепе – теңдік сақтау қалпын бекіту. Төрттағандап еңбектеу кезінде, еңбектеуде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіре білуді, ұсақ сезім мүшелерін дамыту	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			Дене шынықтыру <b>Мақ:</b> Балаларды аңғарымпаздыққа тәрбиелеу. Шапшаңдыққа Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру ж/е жүгіруге жаттықтыру. Негізгі қасиеттерді шапшаңдық, ептілікті дамыту. Қимыл қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
	IV	«Жихаздар»	Дене шынықтыру. <b>Мақ:</b> Шеңбер құру, шеңбер бойымен жүру және жүгіруге жаттықтыру. Қос аяғымен бір мезгілде екпінмен серпіліс жасай білу дағдыларын бекіту. Жаттығулар орындау кезінде тынысты тоқтатпау дағдыларын қалыптастыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			Дене шынықтыру. <b>Мақ:</b> Қос аяғымен бір мезгілде екпінмен серпіліп жасай білу дағдыларын бекіту. Жаттығулар орындау кезінде тынысты тоқтатпау дағдыларын қалыптастыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			Дене шынықтыру. <b>Мақ:</b> Балаларды шапшаңдыққа, ептілікке тәрбиелеу. Есте сақтау қабілеттерін дамыту. Көңіл қоя білу, тез қимылдауды дамыту. Ойын бейнесіне сәйкес әрекет етуді үйрету. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам әрекет етуге үйрету. бір орыннан ұзындыққа секіруді жетілдіру	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қазан «Менің отбасым»	I	«Менің отбасым, ата-аналар еңбегі»	<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Қос аяқпен секіруді ( аяқ бірге – аяқ алшақ ) үйрету. Саптізбекте бір-бірден тұру; секіру ( аяқ бірге- аяқ алшақ) қимылдарын бекіту. Сепрпіліп секіру. Жаттығу орындау кезінде кезінде тынысты тоқтатпау дағдыларын үйрету. Тоқтап және тапсырманы орындай жүгіру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Тура бағытта төрттағандап еңбектеуге үйрету. Бір – бірден сап – тізбекке тұру; тоқтап және тапсырманы орындай жүру; музыкаға сәйкес қимыл жасауға жаттықтыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Өлең жолдары арқылы балалардың сөйлеу тілін дамыту. Шапшандыққа, қырағылыққа баулу. Аңғарымпаздыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу. Есту қабілеттерін жақсарту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	II	«Менің көшем»	<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Допты қақпа арқылы домалатуға үйрету. Берілген белгіге көңіл аударуға; қос аяқтап алға секіруге жаттықтыру. Көзмөлшерін дамыту және табан бұлшықеттерін нығайту. Мақсатқа жету үшін ойын барысында қалай әрекет ету керектігін түсіндіріп, шешім қабылдауға үйрету</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Допты қақпа арқылы домалатуға үйрету. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. Берілген белгіге көңіл аударуға; қос аяқтап алуға секіруге жаттықтыру. Көзмөлшерін дамыту және табан бұлшықеттерін нығайту. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап, жүруге ж/е жүгіруге үйрету</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Балаларды шапшандыққа, ептілікке тәрбиелеу. Есте сақтау қабілеттерін дамыту. Көңіл қоя білу, тез қимылдауды дамыту. Ойын бейнесіне сәйкес әрекет етуді үйрету. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық ж/е ептіліктерін дамыту. Ойын ережелерін сақтауға үйрету</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Казан «Менің отбасым»	III	«Үйдегі және көшедегі қауіпсіздік».	<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Еңбектеу кезінде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіре білуге; көтеріңкі (зат үстінде) тіреуде статикалық тепе-теңдікті сақтауды; заттарды сол және оң жағынан айналып өтуін бекіту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Допты қақпа арқылы домалатуды үйрету. Еңбектеу кезінде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіре білуге; көтеріңкі (зат үстінде) тіреуде статикалық тепе-теңдікті сақтауды; заттарды сол және оң жағынан айналып өтуін бекіту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Балаларды аңғарымпаздыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу. Есту қабілеттерін жақсарту. Балалардың қимыл белсенділігін арттыра отырып, оларды шапшаңдыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	IV	«Алтын күз».	<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Жай жүру, аяқтың ұшымен жүру, жүгіру; бытырап, бір – біріне соқтығыспай, заттарды айнала жүру. Басты дұрыс ұстап, табанға толық басып жүру. Заттардың арасынан «ирелеңдеп» жүру. Екі аяқпен бір мезгілде серпіле қос аяқтап алға жылжи секіру және жерге жеңіл, аяқтың ұшымен қонуға үйрету. Дене бітімінің дұрыс дамуын қадағалау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Тоқтап және тапсырманы орындай жүгіру, текшенің үстінде тепе – теңдік сақтап тұру («тиін бұтақа секірді» - текше, орындық үстіне шығып, шектеулі алаңдаттепе – теңдік сақтау).</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Балаларды кеңістікті еркін бағдарлай алуға, ептілікке тәрбиелеу. Аңғарымпаздыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу. Есту қабілеттерін жақсарту. Балалардың қимыл белсенділігін арттыра отырып, оларды шапшаңдыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1



№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қараша. «Дені саудың жаны сау»	I	«Өзім туралы»	<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Бір орыннан тұрып қос аяқпен «доптарша» секіруге үйрету. Орында тұрып жеңіл секіру және еенге (жерге жұмсақ) қону, жаттығуды орындау сәтінде дұрыс тыныс алу дағдыларын жетілдіру. Сап тізбекте тұруға жаттықтыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Еденге қойылған тақтай-мен төрттағандапалақан мен тізеге сүйеніп, еңбектеуге (ені 25 см, ұзындығы 2м) үйрету. Орын да тұрып жеңіл секіру және еденге (жерге жұмсақ) қону, жаттығуды орындау сәтінде дұрыс тыныс алу дағдыларын жетілдіру. Мойын, иық және қолдың бұлшықеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Балалардың сөйлеу тілін дамыту. Белсенді қимыл қозғалысын жетілдіру. Берілген белгіге көңіл аудару, қимыл-қозғалысты белгі бойынша орындау қабілеттерін жетілдіру. Музыкаға деген әсерленушілік сезімін бекіту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	II	«Дұрыс тамақтану. Дәрумендер»	<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Допты екі қолмен кеуде тұсынан қолдарын екпінді қимылмен жаза лақтыруға үйрету. Қимылды ырғақпен жеңіл, еркін, қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіре орындау қабілеттерін қалыптастыру. Жеңіл бытырап жүгіруге жаттықтыру. Дене түзілісін бақылау. Балалардың қимыл тәжірибесін молайту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Еденге салынған резеңке кілемше үстімен төрттағандап алақан мен табанға сүйеніп, еденге еңбектеуге үйрету. Допты екі қолмен кеуде тұсынан қолдарын екпінді қимылмен жаза лақтыруға үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Ойын шартын түсініп орындауға, кеңістікті бағдарлауға үйрету. Мойын, иық және қолдың бұлшықеттерін дамыту. Қимылды музыка ырғағына сәйкес орындау. Балаларды көңілді, пысық, ширақ білуге талпындыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қараша. «Дені саулық жаны сау»	III	«Өзіңе және өзгелерге көмектес»	<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Бір орында тұрып ұзындыққа секіруді үйрету. Аяқ пен қол қимылын үйлестіре, серпіле екпінмен секіруді бекіту. Музыкаға сәйкес өздігінен бейнелі қимылдар орындау қабілеттерін қалыптастыру. Бұлшықеттер мен аяқ-қолдың үйлесімді қимылын дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Допты екі қолмен желке тұсынан лақтыруға үйрету; доптың ұшуына дұрыс траектория беру, қолдарын екпінді қимылмен жаза білуді бекіту. Музыкаға сәйкес өздігінен бейнелі қимылдар орындау қабілеттерін қалыптастыру. Бұлшықеттер мен аяқ-қолдың үйлесімді қимылын дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Балалардың лақтырып, қағып алу қимылдарын жетілдіру. Берілген белгіге көңіл аудару, қимыл-қозғалысты белгі бойынша орындау қабілеттерін жетілдіру. Музыкаға деген әсерленушілік сезімін бекіту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	IV	«Ас атасы – нан»	<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Біртіндеп доғаға тимей 3 доғаның астынан еңбектеп өтуге үйрету. Ұсақ сезім (иоторика) мүшелерін дамыту. Бірқатар қабылдау қабілеттерінің дамуына ықпал ету. Қимыл-қозғалыс сапасын, ептілік, шапшаңдық, икемділік қабілеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Бір-біріне соқтығыспай, бытырап жүгіруге үйрету. Шектелген алаңмен тепе-теңдікті сақтай жүруді бекіту. Барлық топпен қатарға тұру. Ұсақ сезім (иоторика) мүшелерін дамыту. Бірқатар қабылдау қабілеттерінің дамуына ықпал ету. Қимыл-қозғалыс сапасын, ептілік, шапшаңдық, икемділік қабілеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ:</b> Балаларды ептілікке, шапшаңдыққа баулу. Кеңістікті еркін бағдарлай алуға, ептілікке тәрбиелеу. Аңғарымпаздыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу. Есту қабілеттерін жақсарту. Балалардың қимыл белсенділігін арттыра отырып, оларды шапшаңдыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Желтоқсан «Менің Қазақстаным»	I	«Тәуелсіз Қазақстан Президенті, Мемлекеттік рәміздер.»	<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Ұзындыққа бір орында тұрып, аяқпен неғұрлым күшті серпіле секіруге үйрету. Шектелген алаңмен тепе-теңдік сақтай жүруді бекіту. Сап-тізбекке бойына қарай тұру. Дене түзілісінің дұрыс қалыптасуын қадағалау. Аяқ бұлшықеттерін дамыту, музыка ырғағына сәйкес табиғи, еркін қимыл жасауға талпындыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақсаты:</b> Допты қақпа арқылы домалатуға үйрету. Шектелген алаңмен тепе-теңдік сақтай жүруді бекіту. Сап-тізбекке бойына қарай тұру. Дене түзілісінің дұрыс қалыптасуын қадағалау. Аяқ бұлшықеттерін дамыту, музыка ырғағына сәйкес табиғи, еркін қимыл жасауға талпындыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Балаларды аю қимылын жасауға, ептілікке үйрету. Аңғарымпаздыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу. Есту қабілеттерін жақсарту. Балалардың қимыл белсенділігін арттыра отырып, оларды шапшаңдыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	II	«Туғанөлкем»	<p><b>«Денсаулық»</b>  <b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Педагогтің лақтырған добын қағып алу және кері лақтыруды және допты саусақтарды еркін ұстап, алақанмен қағып алуын бекіту. Тақпақ, өлең сөз мазмұнына, музыка ырғағына сәйкес қимыл жасауын, қол басының икемділігін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Гимнастикалық қабырғаның екінші көлденең салмасына бекітілген көлбеу тақтайеңбектеуді үйрету. Педагогтің лақтырған добын қағып алу және кері лақтыруды және допты саусақтарды еркін ұстап, алу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Балаларды ептілікке тәрбиелеу. Ойын шартын түсініп орындауға, кеңістікті бағдарлауға үйрету. Мойын, иық және қолдың бұлшықеттерін дамыту. Қимылды музыка ырғағына сәйкес орындау. Балаларды көңілді, пысық, ширақ білуге талпындыру</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Желтоқсан «Менің Қазақстаным»	III	«Нұрсұлтан – Отанымыздың жүрегі»	<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Педагогтің лақтырған добын қағып алу және кері лақтыруды және допты саусақтарды еркін ұстап, алақанмен қағып алуын бекіту. Тақпақ, өлең сөз мазмұнына, музыка ырғағына сәйкес қимыл жасауын, қол басының икемділігін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Гимнастикалық қабырғаның екінші көлденең салмасына бекітілген көлбеу тақтайеңбектеуді үйрету. Педагогтің лақтырған добын қағып алу және кері лақтыруды және допты саусақтарды еркін ұстап, алу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b>Балаларды ептілікке тәрбиелеу. Ойын шартын түсініп орындауға, кеңістікті бағдарлауға үйрету. Мойын,иық және қолдың бұлшықеттерін дамыту. Қимылды музыка ырғағына сәйкес орындау. Балаларды көңілді,пысық,ширақ білуге талпындыру</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	IV	«Тарихқасаяхат»	<p><b>Дене шынықтыр</b>  <b>Мақ/ы:</b>Екі аяқпен екпінмен серпіле, аяқтың ұшына тұруды үйрету Сап тізбекте өз жұбын есте сақтау қабілеттерін дамыту</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b>  Еденде жатқан жалпақ шығыршыққа екі аяқпен екпінмен серпіле секіріп, аяқтың ұшына тұруды; педагогтің лақтырған добын қағып алу және кері лақтыру және допты саусақтарды еркін ұстап,алақанмен қағып алуды үйрету. Алаңныңбір шетінен екінші шетіне жүгіруді бекіту. Кеңестікті бағдарлау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыруды үйрету. Допты лақтырған соң қолды түзу ұстауды бекіту.Қимыл үйлесімділігін, сап – тізбекте өз орнын таба білу қабілеттерін дамыту</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Қаңтар «Қыс қызығы».	I	«Қыс мезгілі».	<p>«Денсаулық»  Дене шынықтыру  <b>Мақ/ы:</b>Бөрененің үстінен еңбектеп өтуді үйрету.Допты лақтырған соң қолды түзу ұстауды бекіту. Қимыл үйлесімділігін, сап – тізбекте өз орнын таба білу қабілеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p>Дене шынықтыру  <b>Мақ/ы:</b> Балаларды ептілікке , шапшаңдыққа баулу. Кеңістікті еркін бағдарлай алуға, ептілікке тәрбиелеу. Аңғарымпаздыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу.Есту қабілеттерін жақсарту. Балалардың қимыл белсенділігін арттыра отырып, оларды шапшаңдыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p>Дене шынықтыру  <b>Мақ/ы:</b> Бір орында тұрып қос аяқпен өзін айнала секіруге үйрету жетілдіру.Жағымды көңіл күй,өзіндік қимыл белсенділігін қалыптастыру.Аяқ пен табан бұлшықеттерін нығайту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	II	«Жануарлар әлемі»	<p>Дене шынықтыру.  <b>Мақ/ы:</b>Бір орында тұрып қос аяқпен өзін айнала секіруге үйрету.Денені түзу ұстап, тепе-теңдік сақтау қабілеттерін жетілдіру.Жағымды көңіл күй,өзіндік қимыл белсенділігін қалыптастыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p>Дене шынықтыру  <b>Мақ/ы:</b>Балаларды ептілікке тәрбиелеу. Ойынға деген қызығушылығын дамыту. Иық бұлшықеттерін, қол басын дамыту. Бейнелі қимыл бере білу, тепе- теңдік сақтау, ептілік пен төзімділік қабілеттерін дамыту</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p>Дене шынықтыру  <b>Мақ/ы:</b> Тереңдікке секіруге үйрету. Орындықтан секірген кезде алға қарап, бас пен денені түзу ұстап, аяқты сәл бүгіп, табанды жазып, жерге жеңіл қону; шеңбер құру; бір-біріне кедергі жасамай, алға-артқа жылжи білу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Қаңтар «Қыс қызығы».	III	«Құстар біздің досымыз»	<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Допты жоғары лақтыру және оны қағып алуға үйрету. Тереңдікке секіруге үйрету. Орындықтан секірген кезде алға қарап, бас пен денені түзу ұстап, аяқты сәл бүгіп, табанды жазып, жерге жеңіл қону; шеңбер құру; бір-біріне кедергі жасамай, алға-артқа жылжи білу қабілеттерін бекіту. музыкаға сәйкесзатпен (таспа) қимыл жасауға талпыну.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Балаларды сақтыққа, аңғарымпаздыққа тәрбиелей отырып, сөйлеу тілін дамыту. Ойынға деген қызығушылығын дамыту. Иық бұлшықеттерін, қол басын дамыту. Бейнелі қимыл бере білу, тепе- теңдік сақтау, ептілік пен төзімділік қабілеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Белгі бойынша тоқтай білуге жаттықтыру. Допты астынан екі қолмен алға (алысқа) еркін лақтыруға үйрету. көтеріңкі кеңістікте тепе - теңдік сақтап жүруді бекіту. Музыкаға сәйкес адымдап, аяқты жоғары көтере, қолды еркін ұстап жүру дағдыларын дамыту</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	IV	«Ғажайып қыс»	<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ:</b> Белгі бойынша тоқтай білуге жаттықтыру. Гимнастикалық орындық үстімен қолға зат ұстап жүру. Еденге тік қойылған шығыршықтан еңбектеп өтуді үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Балаларды сақтыққа, аңғарымпаздыққа тәрбиелей отырып, сөйлеу тілін дамыту. Ойынға деген қызығушылығын дамыту. Иық бұлшықеттерін, қол басын дамыту. Бейнелі қимыл бере білу, тепе- теңдік сақтау, ептілік пен төзімділік қабілеттерін дамыту</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы.</b> Допты еденге ұру және шынтақтан сәл бүгілген екі қолмен қағып алуды үйрету. Допты қағып алған соң кеудеге қыспай, қолмен еркін ұстауды бекіту. Жүру, жүгіру кезінде аяқты тырпылдатпай, жеңіл жүгіруге жаттықтыру</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Ақпан «Бізді қоршаған әлем».	I	«Ғажайыптар әлемі»	<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Көлбеу саты үстімен өрмелеуді үйрету. Еденге салынған жіп үстімен тепе-теңдікті сақтап, дене түзілісін дұрыс ұстап жүруді бекіту. Жүру, жүгіру кезінде аяқты тырпылдатпай, жеңіл жүгіруге жаттықтыру</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Балаларды үйлесімді қимылдауға үйрету, ептілікке тәрбиелеу. Ойынға деген қызығушылығын дамыту. Иық бұлшықеттерін, қол басын дамыту. Бейнелі қимыл бере білу, тепе- теңдік сақтау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Қос аяқпен еденнен жігерлі серпіле заттардың үстінен секіруге үйрету. Қарқынды екпінмен жүгіруге жаттықтыру. Музыкаға ырғағына сәйкес бейнелі қимыл жасау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	II	«Көліктер»	<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Бөренеден қырымен еңбектеп өтуді үйрету. Бір орында шыр айналуы бекіту. Қарқынды екпінмен жүгіруге жаттықтыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Балаларды ептілікке тәрбиелеу. Ойын шартын түсініп орындауға, кеңістікті бағдарлауға үйрету. Мойын, иық және қолдың бұлшықеттерін дамыту. Қимылды музыка ырғағына сәйкес орындау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Гимнастикалық орындықтан асып түсуді үйрету. Тереңдікке секіру – аяқты сәл бүгіп, табанды толық жазып, жерге қонутәсілін бекіту. Дене түзілісін бақылау. Музыка ырғағына сәйкес ырғақты қимыл алақан шапалақтау, қолдың басын ию, бұрау, аяқты тарсылдату.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Ақпан «Бізді қоршаған әлем»	III	«Киімдер әлемі»	<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Гимнастикалық орындықтан асып түсуді үйрету. Тереңдікке секіру – аяқты сәл бүгіп, табанды толық жазып, жерге қонутәсілін бекіту. Дене түзілісін бақылау. Музыка ырғағына сәйкес ырғақты қимыл ( алақан шапалақтау, қолдың басын ию, бұрау, аяқты тарсылдату, орында тұрып айналу) жасау; музыканың басталуына және аяқталуына назар қойып, көңіл бөлу; бір-біріне соқтығыспай жүгіру; белгіге көңіл аудару дағдыларын жетілдіру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы.</b> Балаларды ептілікке тәрбиелеу. Ойын шартын түсініп орындауға, кеңістікті бағдарлауға үйрету. Мойын, иық және қолдың бұлшықеттерін дамыту. Қимылды музыка ырғағына сәйкес орындау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы.</b> Балаларды ептілікке тәрбиелеу. Ойын шартын түсініп орындауға, кеңістікті бағдарлауға үйрету. Мойын, иық және қолдың бұлшықеттерін дамыту. Қимылды музыка ырғағына сәйкес орындау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	IV	«Мамандықтың бәрі жақсы»	<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Бір – бірінен 15 см қашықтықта қойылған кірпіштер үстінен (шектелген алаңда) тепе – теңдік сақтап жүруге үйрету. Көрнекі бағыт бойынша қатардан шеңбер құрып тұру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Құм салынған дорбашаны бастан асыра екі қолмен алға, жоғары (алысқа) лақтыруды үйрету. Қол ұстасып шеңбер бой жүгіруді бекіту. Көрнекі бағыт бойынша қатардан шеңбер құрып тұру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Балаларды ептілікке , шапшаңдыққа баулу. Кеңістікті еркін бағдарлай алуға, ептілікке тәрбиелеу. Аңғарымпаздыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу. Есту қабілеттерін жақсарту</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1



№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Наурыз « Салттар мен фольклор».	I	«Табиғаттың гүлденуі»	<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b>Еденнен екпінмен серпіле екі аяқпен зат үстінен секіруге үйрету. Бір-біріне соқтықпай, тепе-теңдік сақтап , екпінмен серпіле заттың үстінен секіріп, сәл бүгілген аяқпен жұмсақ жерге қонуға үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Еденнен екпінмен серпіле екі аяқпен зат үстінен секіруге үйрету. Бір-біріне соқтықпай, тепе-теңдік сақтап , екпінмен серпіле заттың үстінен секіріп, сәл бүгілген аяқпен жұмсақ жерге қонуға үйрету; басты түсірмей, музыка ырғағына сәйкес би қимылдарын жаттықтыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Еденнен екпінмен серпіле екі аяқпен зат үстінен секіруге үйрету.Тепе – теңдікті сақтап,еденнен 20 см көтерілген сатының таяқшаларынан аттап жүруді бекіту. Қолдың басынайналдыра,қол бұлғап, бытырап жүгіру; бір-біріне соқтықпай, тепе теңдік сақтау</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	II	«Ертегілер елінде театр әлемі»	<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b>Балалардың шығармашылығын дамыту. Ептілікке баулу. Балаларды ептілікке, шыдамдылыққа тәрбиелеу. Қимыл қозғалыс сапасын арттыру</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және көлденең шабақтан дұрыс ұстап, төмен түсуді үйрету. Музыкалық ырғақты қабылдау, көңілді көңіл күй бере білу сезімдерін, мәтін мазмұнына сәйкес қимыл жасау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b>Орында тұрыпжіп үстінен (арқылы) секіруді үйрету. Денені түзу ұстап, тізені жоғары көтеріп,аяқты екпінмен аяқтың ұшына қойып, тепе – теңдік сақтап, кедергілер (шаршының үстіне қойылған тақтайша) арқылы аттауды бекіту. Музыкалық ырғақты қабылдау, көңілді көңіл күй бере білу сезімдерін, мәтін мазмұнына сәйкес қимыл жасау; қол мен аяқ қимылының үйлесімділігін дамыту. Дене түзілісін (аяқтарын тарсылдатпау, басты төмен түсірмеу) бір – бірімен соқтығыспауын қадағалау. Көктем туралы қысқа әңгімелесу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Наурыз «Мен және қоршаған орта».	III	«Өнер көзі халықта»	<p><b>«Денсаулық»</b>  <b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Аяқпен алма-кезек жеңіл секіруге үйрету. Еденнен бір аяқпен екпінмен серпіле секіріп, екінші аяққа тұруды бекіту. Табан бұлшықеттерін нығайту, дамыту. Дұрыс жүруді талап ету, дене түзілісін қадағалау. Балалардың берілген белгіге назар аудару, қабылдау, шығармашылық қабілеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Құм салынған дорбашаны оң және сол қолмен еркін қалыпта алға (алысқа) лақтыруды үйрету. Аяқпен алма-кезек жеңіл секіруге үйрету. Еденнен бір аяқпен екпінмен серпіле секіріп, екінші аяққа тұруды бекіту. Дұрыс жүруді талап ету, дене түзілісін қадағалау. Балалардың берілген белгіге назар аудару, қабылдау, шығармашылық қабілеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Балаларды ептілікке тәрбиелеу. Ойын шартын түсініп орындауға, кеңістікті бағдарлауға үйрету. Мойын, иық және қолдың бұлшықеттерін дамыту. Қимылды музыка ырғағына сәйкес орындау. Балаларды көңілді, пысық, ширақ білуге талпындыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	IV	«Нұр төккен, гүл көктем»	<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Құм салынған дорбашаның дұрыс ұшуыны дұрыс бағыт беріп, дорбашаның астынан қос қолымен, көлденең нысанаға лақтыруды; құм салынған дорбашаның лақтырған соң қолды түзу ұстауды үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Еденге қойылған тақтай бойымен төрттағандап, алақан мен табанға сүйініп, еңбектеуге үйрету. Көлбеу бөрене үстімен жүру; шектелген алаң бойынша тепе – теңдікті сақтай жүруге жаттықтыру. Уақытты, кеңістікті бағдарлау, тепе-теңдік, ырғақты сақтау, көзмөлшерд және үйлесімді қимыл жасау қабілеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Балаларды шапшаңдыққа, ептілікке тәрбиелеу. Есте сақтау қабілеттерін дамыту. Балалардың ойлау, есте сақтау қабілеттерін дамыту. Балалардың ептілік, шапшаңдық қасиеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Сәуір «Біз еңбекқор баламыз»	I	«Аялайық гүлдерді»	<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Аяқты алға созып, аяқты ұшына, өкшеге қоя жүруге жаттықтыру. Баяу қарқында жүгіру (40секунд). Еденнен бір шеті 20см биіктікте көтерілген көлбеу тақтай үстімен жүру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Аяқты алға созып, аяқты ұшына, өкшеге қоя жүруге жаттықтыру. Баяу қарқында жүгіру (40секунд). Еденнен бір шеті 20см биіктікте көтерілген көлбеу тақтай үстімен жүру. Шектелген алаң бойы тепе- теңдік сақтап, тура алға қарап, денені түзу ұстап жүруге, орында тұрып қосарланып өос аяқпен жеңіл секіруге және қимылды жұбымен келісе орындауды үйрету</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Балаларды аңғарымпаздыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу. Есту қабілеттерін жақсарту. Балалардың дене жаттығуларына деген қызығушылығын арттыра отырып, қимыл белсенділіктерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	II	«Біз күштіміз, ептіміз»	<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Аттарын қимылын бейнелей, қолды еркін қалыпта ұстап жай, шапшаң қарқынмен жүру, жүгіру, өздігінен сарланып шеңбер құрып тұру, қол ұстасып, шеңберді тартылтпай жүру, бір-біріне соғылмай, тез тоқтауға жаттықтыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Аттарын қимылын бейнелей, қолды еркін қалыпта ұстап жай, шапшаң қарқынмен жүру, жүгіру, өздігінен сарланып шеңбер құрып тұру, қол ұстасып, шеңберді тартылтпай жүру, бір-біріне соғылмай, тез тоқтауға жаттықтыру. Қол мен аяқ қимылын үйлестіре тура шоқырақтап шабу. Допты көлденең нысанға кеуде тұсынан екі қолмен лақтыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Балалардың қимыл белсенділігін арттыра отырып, оларды шапшаңдыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу. Балалардың дене жаттығуларына деген қызығушылығын арттыра отырып, қимыл белсенділіктерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Сәуір«Біз еңбекқор баламыз»	III	«Жәндіктер мен қосмекенділер әлемі»	<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b>Биіктіктен еденге салынған шеңберге шеңберге секіріп түсуді үйрету.Аяқты – аяққа тақап қойып.алға жылжи жүру дағдыларын бекіту.Ырғақты және жеңіл жүгіру дағдыларын дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Алақан мен тізеге тіреліп,төрттағандап еңбектеп,модуль арқылы аунап өтуді үйрету. Аяқты – аяққа тақап қойып.алға жылжи жүру дағдыларын бекіту.Музыка ырғағына сәйкес өз қимылын бере білу,қимыл үйлесімді,жеңіл жүгіру дағдыларын,иық пен аяқтың бұлшықеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Балалардың жұптасып жүуге жетілдіру. Баланы үйлесімді қимылдауға үйрету, ептілікке тәрбиелеу. Ойынға деген қызығушылығын дамыту. Иық бұлшықеттерін, қол басын дамыту. Бейнелі қимыл бере білу, тепе- теңдік сақтау, ептілік пен төзімділік қабілеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	IV	«Еңбек бәрін жеңбек»	<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b>Алақан мен тізеге тіреліп, төрттағандап еңбектеп модуль арқылы аунап өтуді үйрету. Алақан мен тізеге тіреліп, төрттағандап еңбектеп модуль арқылы аунап өтуді бекіту. Музыкаға ырғағына сәйкес жануарлардың жүрісін бейнелей жүруге талпындыру. Иық пен аяқтың бұлшықеттерін дамыту.Дене түзілісін қадағалау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b>Орташа допты бастан асыра жіп арқылы лақтыру. Қолды еденге тигізбей,доға астынан өтуге үйрету.Алақан мен тізеге тіреліп, төрттағандап еңбектеп модуль арқылы аунап өтуді бекіту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b>Балалардың қимыл белсенділігін арттыра отырып, оларды шапшандыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу. Балалардың дене жаттығуларына деген қызығушылығын арттыра отырып, қимыл белсенділіктерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Мамыр «Әрқашан күн сөңбесін»	I	«Достық – біздің тірегіміз»	<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b>Төмпешіктер үстінен тізені жоғары көтеріп,еденнен екпінмен серпіле,серпілу мен қолды сермеу қимылын үйлестіре және тепе теңдік сақтап жүруге үйрету. Қимылды музыка ырғағына сәйкес орындау дағдыларын дамыту.  Дене түзілісі мен басты дұрыс ұстауларын қадағалау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b>Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету. Қимылды музыка ырғағына сәйкес орындау дағдыларын дамыту. Дене түзілісі мен басты дұрыс ұстауларын қадағалау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b>Балаларды аю қимылын жасауға, ептілікке үйрету.  Аңғарымпаздыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу.Есту қабілеттерін жақсарту.  Балалардың қимыл белсенділігін арттыра отырып, оларды шапшаңдыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	II	«Отан қорғаушылар»	<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b>Шектелген алаң үстімен денені түзу ұстап, тепе теңдікті сақтап жүруді пысықтау. Алға қарай жылжи отырып қос аяқпен жеңіл секіру, белгі бойынша тоқтауды үйрету.Музыка ырғағына сәйкес шығармашылық қабілетін табан бұлшықеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b>Орындықтың аяқтарының арасынан еңбектеп өтуді үйрету.Алға қарай жылжи отырып қос аяқпен жеңіл секіру, белгі бойынша тоқтауды үйрету.Музыка ырғағына сәйкес шығармашылық қабілетін табан бұлшықеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b>Балаларды ептілікке , шапшаңдыққа баулу. Кеңістікті еркін бағдарлай алуға, ептілікке тәрбиелеу. Аңғарымпаздыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу.Есту қабілеттерін жақсарту. Балалардың қимыл белсенділігін арттыра отырып, оларды шапшаңдыққа, байқампаздыққа тәрбиелеу. Ойынға деген қызығушылығын дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Мамыр «Әрқашан күн сөңбесін»	III	«Көңілді жаз»	<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Қосымша тапсырмалар орындап жүгіру, қуғыншылардан жалтара қашуға үйрету. Музыка ырғағына сәйкес таныс би қимылын орындау; шығармашылық қабілеттерін дамыту; Иық, мойын және аяқ бұлшықеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақ/ы:</b> Қосымша тапсырмалар орындап жүгіру, қуғыншылардан жалтара қашуға үйрету. Музыка ырғағына сәйкес таныс би қимылын орындау; шығармашылық қабілеттерін дамыту; Иық, мойын және аяқ бұлшықеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Балаларды ептілікке тәрбиелеу. Ойын шартын түсініп орындауға, кеңістікті бағдарлауға үйрету. Мойын, иық және қолдың бұлшықеттерін дамыту. Қимылды музыка ырғағына сәйкес орындау. Балаларды көңілді, пысық, ширақ білуге талпындыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	IV	«Мен жасай аламын»	<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Музыкаға сәйкес қимыл беруге талпындыру. Қимыл кезінде қол мен аяқты үйлесімді қимылдату; иық, мойын және аяқ бұлшықеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Дене шынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Велосипед тебуді (3 аяқты) үйрету. Алаңның бір шетінен екінші шетіне қарай жүру, жүгіру және жүгіруге жаттықтыру. Музыка ырғағына сәйкес өз би қимылын орындау; шығармашылық қабілеттерін дамыту; Иық, мойын және аяқ бұлшықеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>Денешынықтыру.</b>  <b>Мақ/ы:</b> Балаларды ептілікке тәрбиелеу. Ойынға деген қызығушылығын дамыту. Иық бұлшықеттерін, қол басын дамыту. Бейнелі қимыл бере білу, тепе- теңдік сақтау, ептілік пен төзімділік қабілеттерін дамыту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

Бекітілді:  
№ 23 «Билым» ОББСЖАИ бақшасының  
меңгерушісі Урынтаева Ғ.Ж.

28



**2020 – 2021 оқу жылына арналған «Денсаулық» білім саласы  
Дене шынықтыру оқу қызметінің перспективалық жоспары.  
Ересек тобы.**

**2020 – 2021 оқу жылы.**

**2020 – 2021 оқу жылының ересек топқа арналған дене шынықтыру ҰОҚ перспективалық жоспары**

**Білім саласы: «Денсаулық»**

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қыркүйек. «Бәрі мен жайлы»	I	«Мен және менің тобым»	<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақсаты:</b>Балаларға балабақша туралы тереңірек түсінік беру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту.                      Тапсырманы орындай отырып, бір-бірлеп тізбекпен жүруге және шашырап жүгіруге жаттықтыру.</p>	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақсаты:</b>Балалардың балабақша, өз топтары туралы түсініктерін молайту. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. Қолдарымен еденге сүйеніп, шығыршыққа еңбектеп кіруге үйрету.</p>	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақсаты:</b>Балалардың балабақша туралы түсініктерін молайту. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру.                      Бір орында тұрып қос аяқпен секіруге үйрету.</p>	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
	II	«Мен және менің жақындарым».	<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақсаты:</b> Балаларға отбасы туралы тереңірек түсінік беру.                      Спортқа деген қызығушылықтарын арттыру.                      1.Допты еденге соғуға жаттықтыру.                      2. 1-1,5 арақашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеуді үйрету.</p>	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақсаты:</b> Балаларды отбасы мүшелерін сыйлауға баулу. Балалардың жылдамдық және ептіліктерін дамыту.                      1.Шашырап жүруге және жүгіруге үйрету.                      2.Бір бағытта ұстап, бір-біріне допты домалатуды үйрету.</p>	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<p><b>Дене шынықтыру</b>  <b>Мақсаты:</b> Балалардың отбасы мүшелері туралы түсініктерін молайту. Балалардың спортқа деген қызығушылықтарын арттыру.                      1.Бір орында оңға, солға бұрылып секіруді үйрету.                      2.Гимнастикалық отырғышта тартылуды үйрету.</p>	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>



№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ саны
Қыркүйек. «Бәрі мен жайлы»	III	«Отбастылық дәстүрлер».	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балаларға отбасы туралы тереңірек түсінік беру. Спортқа деген қызығушылықтарын арттыру. 1.Допты бір—біріне төменнен лақтыру және қағып алуды үйрету (1,5 м қашықтықта).	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2. Дене шынықтыру</b> Балалардың отбасылық дәстүрлер туралы түсініктерін молайту. Балалардың шапшаңдығын, ептілігін дамыту. 1.Допты екі қолымен бастан асыра кедергі арқылы лақтыруды үйрету (2м қашықтықтан).	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3. Дене шынықтыру</b> Балаларды отбасы мүшелерін сыйлауға, құрметтеуге баулу. Негізгі қасиеттер ептілік, күштіліктерін дамыту. 1.Допты еденге соғуға жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
	IV	«Үлкендер еңбегі»	<b>1. Дене шынықтыру</b> Үлкендер еңбегі туралы балаларға тереңірек түсіндіру. Ептілік, күш, шапшаңдық сияқты қасиеттерді дамыту. 1.Жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыруды үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2. Дене шынықтыру</b> Балаларды үлкендердің еңбегін бағалауға үйрету. 1.Допты бір-бірінің қақпасына домалатуды үйрету. 2.Доға астынан еңбектеп өтуге жаттықтыру (биіктігі 50 см).	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3. Дене шынықтыру</b> Үлкендердің еңбегі туралы балалардың түсініктерін молайту. Негізгі қасиеттер- ептілік, күштіліктерін дамыту. 1.Гимнастикалық қабырға арқылы өрмелеуге жаттықтыру. 2.Гимнастикалық отырғыш үстінде еңбектеуге үйрету	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1

№	апта	Апта	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қазан «Өсімдіктер әлемі»	I	«Дала, бөлме»	<p><b>1. Дене шынықтыру.</b> Балаларға өсімдіктер әлемі туралы тереңірек түсінік беру. Негізгі қасиеттер-ептілік, күштіліктерін дамыту.</p> <p>1. Гимнастикалық отырғыш үстінде жүруді үйрету.</p> <p>2. Доп лақтырып және допты екі қолмен қағып алуды үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>2. Дене шынықтыру.</b> Балалардың дала, бөлме гүлдері туралы түсініктерін молайту. Балалардың спортқа деген қызығушылықтарын арттыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>3. Дене шынықтыру.</b> Балалардың өсімдіктер әлемі туралы түсініктерін молайту. Физиологиялық мүмкіншіліктеріне қарай балаларды топтасып ойнауға үйрету.</p> <p>1. Жан- жаққа шашырап жүру мен жүгіру түрлерін үйрету.</p> <p>2. Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыруға үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	II	«Аулада нелер өседі?»	<p><b>1. Дене шынықтыру</b> Мақсатқа жету үшін ойын барысында қалай әрекет ету керектігін түсіндіріп, шешім қабылдауға үйрету.</p> <p>1. Бір-біріне допты кеуде тұсынан лақтыруға үйрету.</p> <p>2. Қапшықты басқа қойып, жіптің үстімен жүруге жаттықтыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>2. Дене шынықтыру</b> Балалардың өсімдіктер әлемі туралы тереңірек түсінік беру. Балалардың зейінін дамыту.</p> <p>1. Қысқа секіртпемен секіруді (демалу үзілістері бар 2-3 реттен 10 рет секіру) үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>3. Дене шынықтыру</b> Балалардың өсімдіктер әлемі туралы түсініктерін молайту. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру.</p> <p>1. Кедергі заттардан аттап отыра жүруді үйрету.</p> <p>2. Шашырап жұптасып жүру мен жүгіруге жаттықтыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қазан «Өсімдіктер әлемі»	III	«Аяғы бар қалпақтар».	<p><b>1. Дене шынықтыру</b> Балалардың өсімдіктер әлемі туралы түсініктерін молайту. Тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. Ептілік, күштілік қасиеттерін дамыту.</p> <p>1. Гимнастикалық отырғыш үстімен еңбектеуге жаттықтыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>2. Дене шынықтыру</b> Ойын барысында балаларды ынтымақтастыққа баулу, жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Ойын ережелерін сақтауға үйрету.</p> <p>1. Заттар арасымен доптарды, құрсауларды домалатуды үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>3. Дене шынықтыру</b> Балалардың өсімдіктер әлемі туралы түсініктерін молайту. Балалардың нұсқаушының белгісіне жауап беру білігін дамыту.</p> <p>1. Бірқалыпты (баяу) жартылай отыру және жеңіл секірулерді үйрету. 2. Кесек ағаштан аттап өтуге үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	IV	«Алтын күз».	<p><b>1. Дене шынықтыру</b> Балаларға күз туралы тереңірек түсінік беру. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу.</p> <p>1. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеп жүруге жаттықтыру. 2. Оң және сол қолмен құм толтырылған қалташаны алысқа лақтыруға жаттықтыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>2. Дене шынықтыру</b> Балаларға күз мезгілінің ерекшеліктері туралы түсінік беру. Балалардың ептілік, күштіліктерін дамыту.</p> <p>1. Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру мен жүгіруге жаттықтыру. 2. Бір орында тұрып ұзындыққа секіруге жаттықтыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>3. Дене шынықтыру</b> Балаларды ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық пен ептіліктерін дамыту.</p> <p>1. Бастаушыны ауыстырып жүру және секіруді үйрету. 2. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеуді қайталау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қараша. «Табиғат әлемі»	I	«Тірі және өлі табиғат»	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балаларға табиғат әлемі туралы түсінік беру. Негізгі қасиеттерді- ептілік пен шапшаңдықтарын дамыту. 1.Биіктіктен секіруге үйрету. 2.1,5-2 м арақашықтықта кеглилерді құлап түсіруге үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2. Дене шынықтыру</b> Балалардың табиғат туралы түсініктерін молайту. Тепе-теңдікті сақтау және бағдарлай білу біліктерін дамыту. 1.Гимнастикалық қабырғада өрмелеуге жаттықтыру. 2.Гимнастикалық орындық үстінде жүруді бекіту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3. Дене шынықтыру</b> Ойындарды ойнау және жаттығуларды орындау барысында ұжымдық қимыл әрекеттердің үйлесімділігін дамыту. 1.Еңбектеу мен доға немесе білге таяқтың (рейка) астынан өтуді үйрету. 2.Көлденең тұрған нысанаға затты лақтырып жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
	II	«Құстар біздің досымыз»	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балалардың табиғат әлемі туралы түсініктерін молайту. Негізгі қасиеттерді- ептілік пен шапшаңдықтарын дамыту. 1.Бір-бірлеп тізбекте жүру білігін және жүгіру дағдысын бекіту. 2.Бір орыннан ұзындыққа секіруді жетілдіру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2. Дене шынықтыру</b> Балалардың құстар туралы түсініктерін молайту. Ойындарды ойнауға қызығушылықтарын арттыру. 1.Орындықта отырып орындалатын жаттығу түрлерін үйрету. 2.Допты қабырғаға лақтырып, ыршыған допты қайта қағып алуды үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3. Дене шынықтыру</b> Балалардың құстар туралы түсініктерін молайту. Салауатты өмір салтын ұстануды, дене сапаларын дамыту. 1.Кедір-бұдыр тақтай үстімен тепе-теңдік сақтай жүруді үйрету. 2.Еденде бір-біріне параллель созылып жатқан 3-4 жіптен кезекпен секіріп өтуді үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Қараша. «Табиғат әлемі»	III	«Жабайы жануарлар әлемі»	<p><b>1. Дене шынықтыру</b>  Балаларға жабайы жануарлар туралы тереңірек түсінік беру. Балалардың зейінін дамыту; қимыл-қозғалыс тәжірибесін дамыту.  1. Доғаның астымен төрттағандап, допты басымен итеріп еңбектеуді үйрету.  2. Бір қырымен тізе бүгіп отырып жүруді үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>2. Дене шынықтыру</b>  Балалардың жабайы жануарлардың тіршілігі туралы түсініктерін молайту. Ойын ережелерін сақтауға үйрету.  1. Шығыршықтан- шығыршыққа қос аяқпен секіруді үйрету.  2. Қысқа секіртпемен секіруді үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>3. Дене шынықтыру</b>  Баланың денсаулығын қорғау және нығайту. Дене шынықтыруға деген қызығушылықтарын арттыру.  1. Жұптасып шеңбер бойымен жүруді үйрету.  2. Гимнастикалық орындық үстінде алға жылжи тартылуды үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	IV	«Жануарлар қысқа қалай дайындалады?»	<p><b>1. Дене шынықтыру</b>  Балалардың жануарлардың тіршілігі туралы түсініктерін молайту. Балалардың спортқа деген қызығушылықтарын арттыру.  1. Затты желке тұсынан оң және сол қолмен лақтыруды үйрету.  2. Заттардың арасымен еңбектеуге жаттықтыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>2. Дене шынықтыру</b>  Ұжым болып әрекет етуге, ұйымшылдыққа тәрбиелеу.  1. Орындықтың үстінде тұрып жерге жеңіл секіріп түсуді үйрету.  2. Гимнастикалық орындық үстінде тұзу және бір бүйірімен жүруді үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>3. Дене шынықтыру</b>  Қызыл кітапқа енген жабайы жануарлар туралы балаларға кеңінен түсіндіру. Балаларды қамқорлыққа баулу.  1. Құм салынған қапшықты екі тізенің ортасына қысып ұстап, алға секіруді үйрету.  2. Керіліп тартылған жіптердің астынан өтуге жаттықтыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Желтоқсан «Менің Қазақстаным»	I	«Алақай қыс келді»	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балаларға Отан, туған жер туралы түсінік беру. Отанға деген сүйіспеншілікке баулу. 1.Бір орында тұрып өкшемен бұрылуды үйрету. 2.Аяқты қайшылап секіруге жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2. Дене шынықтыру</b> Туған өлке туралы балалардың түсініктерін молайту. Достыққа, ұйымшылдыққа баулу. 1.Таза ауада ойналатын қысқы ойындармен таныстыру. 2.Таякпен серпіле сырғанауды үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3. Дене шынықтыру</b> Балалардың туған жер туралы түсініктерін молайту. Балалардың зейінін дамыту; қимыл-қозғалыс тәжірибесін дамыту. 1.Алға қарай баспен домалауды үйрету. 2.Бір орында тұрып биіктікке секіруге жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
	II	«Тәуелсіз Қазақстан»	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балаларға Отан, туған жер туралы тереңірек түсінік беру. Балалардың спортқа деген қызығушылықтарын арттыру. 1.Музыка ырғағына сәйкес қимылдарды үйрету. 2.Қолды жерге тигізбей шығыршықтан тура және бүйірмен өтуді үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2. Дене шынықтыру</b> Балалардың туған өлке туралы түсініктерін молайту. 1.Бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелеңдеп кедергілерден өтуді үйрету. 2.Доға астымен қолына доп ұұстап еңбекеуді үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3. Дене шынықтыру</b> Физиологиялық мүмкіншіліктеріне қарай балаларды топтасып ойнауға үйрету. 1.Қосалқы қадаммен арқан бойымен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге тигізіп) .	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Желтоқсан «Менің Қазақстаным»	III	«Ауыл мен қала»	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балаларға Отанымыз туралы тереңірек түсінік беру. Ептілік, күштіліктерін дамыту. 1.«Баскетбол». Кеуде тұсынан допты қос қолмен бір-біріне лақтыруды үйрету. Допты еденге соғып, адымдап алға алып жүруді үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2. Дене шынықтыру</b> Балаларды Отанға деген сүйіспеншілікке баулу. Ұжымдасып ойнауға жаттықтыру. 1.Допты жоғары лақтырып және екі қолымен қағып алуды үйрету. 2.Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алуды үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3. Дене шынықтыру</b> Балалардың салауатты өмір салтын ұстануын, дене сапаларын дамыту. 1.Кегли арасымен ирелендеп жүгіруді үйрету. 2.Допты еденнен ыршытып, жоғары лақтырып, қос қолмен қағып алуды үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
	IV	«Қош келдің, Жаңа жыл!»	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балаларды туған жерге деген сүйіспеншілікке баулу. 1.Алға және артқа домалауды үйрету. 2.Керіліп тартылған жіптердің астынан өтуге жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2. Дене шынықтыру</b> Балалардың Қызыл кітап туралы түсініктерін молайту. Ептілік, шапшаңдықтарын дамыту. 1.Қос аяқтап заттар үстінен, оң және сол аяқпен кезектесе секіруді үйрету. 2.Қос қолмен допты жоғары жіптің үстінен лақтыруды үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3. Дене шынықтыру</b> Қызыл кітапқан енген жабайы жануарларды қорғауға үйрету. Сүйіспеншілікке баулу. Ойындар ойната отырып, балалардың спортқа қызығушылықтарын арттыру. 1.Қолды еденге, құрсаудың шетіне тигізбей оң және сол жақ бүйірімен топталып құрсаудың ішінен өтуді үйрету. 2.Құрсауды түзу сызық бойымен домалатуды үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1

№	апта	Апта	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Қаңтар «Дені саулық жаны сау»	I	«Ғажайып қыс»	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балаларға қыс мезгілі туралы тереңірек түсінік беру. Таза ауада айналатын ойындармен таныстыру. 1. Шанамен сырғанауға жаттықтыру. 2. Қарды жұмарлап лақтыруға жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<b>2. Дене шынықтыру</b> Қыс мезгілінің ерекшеліктерімен таныстыра отырып, балалардың ой-өрісін кеңейту. Қысқы серуеннің пайдасы туралы айту. 1. Алға баспен домалауды үйрету. 2. Допты лақтырып қайта қағып алуды қайталау.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<b>3. Дене шынықтыру</b> Қыс мезгілінің құбылыстары туралы балалардың білімдерін кеңейту. 1. Шанамен сырғанауға жаттықтыру. 2. Сырғанап адымдауды үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
	II	«Дұрыс тамақтану. Дәрумендер.»	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балаларға денсаулық туралы тереңірек түсінік беру. Салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу. 1. Баскетбол ойынының элементтерімен таныстыру. 2. Допты оң (сол) қолымен жерге ұрып қағып алуды үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<b>2. Дене шынықтыру</b> Спорттың денсаулыққа пайдасы зор екендігін балаларға түсіндіру. Негізгі қасиеттер-ептілік пен шапшаңдық қасиеттерін дамыту. 1. Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын құм толтырылған қапшықты артынан қолдан қолға ауыстыра жүруге жаттықтыру. 2. Допты қос қолымен желке тұсынан себетке лақтыруды үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<b>3. Дене шынықтыру</b> Денімізді сау болуы үшін дұрыс тамақтану туралы балаларға түсінік беру. Ептілік, күш, шапшаңдық сияқты қасиеттерді дамыту. 1. Еденге қолымен сүйеніп, шығыршықтың ішінен өтуді үйрету. 2. Допты бір-біріне домалату дағдыларын бекіту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>



№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Қаңтар «Қыс қызығы».	III	«Күн, су, ауа.»	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балалардың денсаулық туралы білімдерін одан әрі молайту. Спорттың денсаулыққа пайдасы туралы айту. 1. Алға домалауды үйренуді қайталау 2. Ұзын секіртпемен секіруге жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2. Дене шынықтыру</b> Балалардың күн, су, ауа туралы түсініктерін молайту. Оның пайдасы туралы айту. 1. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге жаттықтыру. 2. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуге жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3. Дене шынықтыру</b> Ойындар ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 1. «Футбол». Берілген бағытқа допты оң және солаяқпен домалатуды үйрету. 2. Допты қатарынан бірнеше рет қақпаға соғуды үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
	IV	«Үйде жалғыз қалғанда»	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балалардың жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Спортқа деген қызығушылықтарын арттыру. 1. Гимнастикалық орындық үстінде басына құм қапшық қойып еңбектеп жүруді үйрету. 2. Құрсаудан құрсауға бір аяқпен, қос аяқпен секіруді үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2. Дене шынықтыру</b> Балаларға спорттың денсаулыққа пайдалы екендігін кеңінен түсіндіру. 1. Гимнастикалық орындыққа қолдарымен тартылу арқылы ішімен еңбектеуге жаттықтыру. 2. Допты бір-біріне төменнен лақтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3. Дене шынықтыру</b> Тапсырмаларды орындай отырып, бір-бірлеп тізбектеп жүруге және шашырап жүгіруге жаттықтыру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 1. Гимнастикалық орындық үстінде аяқтың ұшымен жүруге жаттықтыру. 2. Қолды әр түрлі қалыпта ұстап, қапшықты басқа қойып, жіптің үстімен жүруге жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1

№	апта	Апта	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Ақпан «Бізді қоршаған әлем».	I	«Ұшады, жүзеді, жүреді. Жол ережесі»	<p><b>1. Дене шынықтыру</b> Балаларға бізді қоршаған әлем туралы түсінік беру. Ептілік, күштіліктерін дамыту.</p> <p>1.Тізбекпен тізені жоғары көтеріп адымдап, «шаңғышылар» қимылын шапшаң қалыпта орындай жүруге жаттықтыру.</p> <p>2.Қар кесегін иық тұсынан оң және сол қолмен лақтаруды үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>2. Дене шынықтыру</b> Балаларға жол ережесі туралы түсінік беру. Айналада болып жатырған келеңсіз оқиғалар туралы балаларға мағлұмат беру. Сақтық шараларына дайындау.</p> <p>1.Қатарынан қойылған доғаның астымен қолына доп ұстап еңбектеуді бекіту.</p> <p>2.Допты қос қолдап заттар арасымен алып жүруді бекіту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>3. Дене шынықтыру</b> Ойын ережесімен таныстыру және оларды орындауға жаттықтыру.</p> <p>1.Жүгіріп келіп биіктікке секіруді үйрету.</p> <p>2.Сақинаны лақтырып, таяққакигізуді үйрету</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	II	«Арнайы көліктер»	<p><b>1. Дене шынықтыру</b> Балалардың бізді қоршаған әлем туралы түсініктерін молайту. Ептілікке, ұйымшылдыққа, берілген жаттығуларды нақты орындауға дағдыландыру.</p> <p>1.Көлбеу қойылған шығыршыққа қар кесегін лақтыруды үйрету.</p> <p>2.Табанмен қысқа таяқшаны алға, артқа домалату.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>2. Дене шынықтыру</b> Балаларға арнайы көліктер туралы, ол көліктердің атқаратын қызметтері туралы тереңірек түсінік беру.</p> <p>Ойындаройнатаотырыпзейіндеріндамыту.</p> <p>1.Допты лақтырудыжәнеқағыпалудықайталату.</p> <p>2.Алға және артқадомалаудықайталау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>3. Дене шынықтыру</b> Балалардың спортқа қызығушылығын ояту. Жылдамдық қасиеттерін дамыту.</p> <p>1.Гимнастикалық қабырғада әрмелеуге жаттықтыру.</p> <p>2.Кедір-бұдыр тақтай үстімен тепе-теңдікті сақтай жүруді үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	апта	Апта	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Ақпан «Бізді қоршаған әлем»	III	«Электроника әлемі. Байланыс құралдары»	<p><b>1. Дене шынықтыру</b> Балалардың біздің қоршаған әлем туралы түсініктерін молайту. Үйренген жаттығуларын орындай білу дағдысын дамыту.</p> <p>1. Бір-біріне допты кеуде тұсынан лақтыруға үйрету.</p> <p>2. Қолды әр түрлі қалыпта ұстап, қапшықты басқа қойып, жіптің үстімен жүруге жаттықтыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>2. Дене шынықтыру</b> Балалардың байланыс құралдары туралы түсініктерін молайту. Гимнастика деген қызығушылықтарын арттыру.</p> <p>1. Бір жақ қырымен жіптің үстінен аттап секіруді үйрету.</p> <p>2. Ұзындыққа қапшықты лақтыруға жаттықтыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>3. Дене шынықтыру</b> Балалардың бізді қоршаған әлем туралы түсініктерін молайту.</p> <p>1. Уқалау мен сылап-сипаудың жеңіл түрлерін үйрету.</p> <p>2. Бір-біріне уқалау мен сылап-сипауға жаттықтыру.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	IV	«Заттардың қасиеттері» (неден жасалған?)	<p><b>1. Дене шынықтыру</b> Балалардың бізді қоршаған әлем туралы түсініктерін молайту. Ептілікке, ұйымшылдыққа, берілген жаттығуларды нақты орындауға дағдыландыру.</p> <p>1. Көлбеу қойылған шығыршыққа қар кесегін лақтыруды үйрету.</p> <p>2. Табанмен қысқа таяқшаны алға, артқа домалату.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>2. Дене шынықтыру</b> Балаларға арнайы көліктер туралы, ол көліктердің атқаратын қызметтері туралы тереңірек түсінік беру. Ойындаройната отырып зейіндерін дамыту.</p> <p>1. Допты лақтыруды және қағып алуды қайталау.</p> <p>2. Алға және артқа домалауды қайталау.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>3. Дене шынықтыру</b> Балалардың спортқа қызығушылығын ояту. Жылдамдық қасиеттерін дамыту.</p> <p>1. Гимнастикалық қабырғада өрмелеуге жаттықтыру.</p> <p>2. Кедір-бұдыр тақтай үстімен тепе-теңдікті сақтай жүруді үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Наурыз «Салттар мен фольклор»	I	«Қазақ халық ауыз әдебиеті бізде қонақта»	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балаларға салт-дәстүрлер, аналар мерекесі туралы тереңірек түсінік беру. Дене сымбатының дұрыс түзілуіне арналағн жаттығуларын қайталау. 1.Білте таяқшалары арқылы аттап өтуге үйрету. 2.Допты қабырғаға лақтырып,кері ыршыған допты ұстап алуға үйрету.Балаларды аналарын құрметтеуге,сыйлауға тәрбиелеу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2. Дене шынықтыру</b> 1.Жүгіріп өту мен ұзын секіртпемен секіруді жаттықтыру. 2.Бір орында тұрып,аяқты ауысытырып басып бұрылуды үйрету және алуға үйрету.Аналарын сыйлай білуге баулу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3. Дене шынықтыру</b> 1.Тұрған орнынан ұзындыққа секіруге жаттықтыру. 2.Допты екі қолмен бастан асыра лақтыру дағдысын бекіту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
	II	«Өнер көзі халықта.»(ұлттық киімдер,бұйымдар)	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балаларға ұлттық құндылықтарымыз салт-дәстүр туралы тереңірек түсінік беру. 1.Гимнастикалық орындық үстінде құм толтырған қаптардан аттап жүруді үйрету. 2. Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын допты қолдан қолға аустыра жүруге жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2. Дене шынықтыру</b> Балалардың жылдамдықтарын және ептіліктерін дамыту. 1.Бір бағытты ұстап,бір-біріне допты дамылатуды үйрету. 2.Доғаның астымен еңбектеп өтуді бекіту.Туған жерге,Отанға деген сүйіспеншілікке баулу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3. Дене шынықтыру</b> 1.Гимнастикалық орындық үстінене қарында жатып,қолымен тартыла жылжуға жаттықтыру. 2.30см зат үстінен белгіленген орынға секіруді үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1

№	апта	Апта	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Наурыз «Салттар мен фольклор»	III	«Біздің салт дәстүріміз»	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балаларға ұлттық құндылықтарымыз салт-дәстүр туралы тереңірек түсінік беру. 1. Гимнастикалық орындық үстінде құм толтырған қаптардан аттап жүруді үйрету. 2. Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын допты қолдан қолға аустыра жүруге жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2. Дене шынықтыру</b> Балалардың жылдамдықтарын және ептіліктерін дамыту. 1. Бір бағытты ұстап, бір-біріне допты дамылатуды үйрету. 2. Доғаның астымен еңбектеп өтуді бекіту. Туған жерге, Отанға деген сүйіспеншілікке баулу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3. Дене шынықтыру</b> 1. Гимнастикалық орындық үстінен қарында жатып, қолымен тартыла жылжуға жаттықтыру. 2. 30см зат үстінен белгіленген орынға секіруді үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
	IV	«Табиғат оянады»	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балалардың бізді қоршаған әлем туралы түсініктерін молайту. Ептілікке, ұйымшылдыққа, берілген жаттығуларды нақты орындауға дағдыландыру. 1. Көлбеу қойылған шығыршыққа қар кесегін лақтыруды үйрету. 2. Табанмен қысқа таяқшаны алға, артқа домалату.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2. Дене шынықтыру</b> Балаларға арнайы көліктер туралы, ол көліктердің атқаратын қызметтері туралы тереңірек түсінік беру. Ойындаройната отырып зейіндерін дамыту. 1. Допты лақтыруды және қағып алуды қайталау. 2. Алға және артқа домалауды қайталау.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3. Дене шынықтыру</b> Балалардың спортқа қызығушылығын ояту. Жылдамдық қасиеттерін дамыту. 1. Гимнастикалық қабырғада өрмелеуге жаттықтыру. 2. Кедір-бұдыр тақтай үстімен тепе-теңдікті сақтай жүруді үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1

№	апта	Апта	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Сәуір «Біз еңбекқор баламыз»	I	«Көктемгі еңбек (бақта, бақшадағы еңбек, гүлдер)»	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балаларға салт-дәстүрлер, аналар мерекесі туралы тереңірек түсінік беру. Дене сымбатының дұрыс түзілуіне арналағн жаттығуларын қайталау. 1. Білте таяқшалары арқылы аттап өтуге үйрету. 2. Допты қабырғаға лақтырып, кері ыршыған допты ұстап алуға үйрету. Балаларды аналарын құрметтеуге, сыйлауға тәрбиелеу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2. Дене шынықтыру</b> 1. Жүгіріп өту мен ұзын секіртпемен секіруді жаттықтыру. 2. Бір орында тұрып, аяқты ауысытырып басып бұрылуды үйрету және алуға үйрету. Аналарын сыйлай білуге баулу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3. Дене шынықтыру</b> 1. Тұрған орнынан ұзындыққа секіруге жаттықтыру. 2. Допты екі қолмен бастан асыра лақтыру дағдысын бекіту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
	II	«Ғарышқа саяхат»	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балалардың бізді қоршаған әлем туралы түсініктерін молайту. Ептілікке, ұйымшылдыққа, берілген жаттығуларды нақты орындауға дағдыландыру. 1. Көлбеу қойылған шығыршыққа қар кесегін лақтыруды үйрету. 2. Табанмен қысқа таяқшаны алға, артқа домалату.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2. Дене шынықтыру</b> Балаларға арнайы көліктер туралы, ол көліктердің атқаратын қызметтері туралы тереңірек түсінік беру. Ойындаройната отырып зейіндерін дамыту. 1. Допты лақтыруды және қағып алуды қайталау. 2. Алға және артқа домалауды қайталау.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3. Дене шынықтыру</b> Балалардың спортқа қызығушылығын ояту. Жылдамдық қасиеттерін дамыту. 1. Гимнастикалық қабырғада өрмелеуге жаттықтыру. 2. Кедір-бұдыр тақтай үстімен тепе-теңдікті сақтай жүруді үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1

№	апта	Апта	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Сәуір «Біз еңбекқор баламыз»	III	«Мамандықтың бәрі жақсы»	<b>1.Дене шынықтыру</b> Балаларға ұлттық құндылықтарымыз салт-дәстүр туралы тереңірек түсінік беру. 1.Гимнастикалық орындық үстінде құм толтырған қаптардан аттап жүруді үйрету. 2. Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын допты қолдан қолға аустыра жүруге жаттықтыру. Балалардың жылдамдықтарын және ептіліктерін дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2.Дене шынықтыру</b> 1.Бір бағытты ұстап,бір-біріне допты дамылатуды үйрету. 2.Доғаның астымен еңбектеп өтуді бекіту.Туған жерге,Отанға деген сүйіспеншілікке баулу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3.Дене шынықтыру</b> 1.Гимнастикалық орындық үстінен қарында жатып,қолымен тартыла жылжуға жаттықтыру. 2.30см зат үстінен белгіленген орынға секіруді үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
	IV	«Ас атасы-нан»	<b>1.Дене шынықтыру.</b> Балаларға ұлттық құндылықтарымыз салт-дәстүр туралы тереңірек түсінік беру. 1.Гимнастикалық орындық үстінде құм толтырған қаптардан аттап жүруді үйрету. 2. Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын допты қолдан қолға аустыра жүруге жаттықтыру. Балалардың жылдамдықтарын және ептіліктерін дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2.Дене шынықтыру.</b> 1.Бір бағытты ұстап,бір-біріне допты дамылатуды үйрету. 2.Доғаның астымен еңбектеп өтуді бекіту.Туған жерге,Отанға деген сүйіспеншілікке баулу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3.Дене шынықтыру.</b> 1.Гимнастикалық орындық үстінен қарында жатып,қолымен тартыла жылжуға жаттықтыру. 2.30см зат үстінен белгіленген орынға секіруді үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1

№	ап та	Апта	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Мамыр«Әрқашан күн сөнбесін»	I	«Достық біздің тірегіміз» (халықтар достығы)	<b>1.Дене шынықтыру</b> Балаларға салт-дәстүрлер, аналар мерекесі туралы тереңірек түсінік беру. Дене сымбатының дұрыс түзілуіне арналағн жаттығуларын қайталау. 1.Білте таяқшалары арқылы аттап өтуге үйрету. 2.Допты қабырғаға лақтырып,кері ыршыған допты ұстап алуға үйрету.Балаларды аналарын құрметтеуге,сыйлауға тәрбиелеу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2.Дене шынықтыру</b> 1.Жүгіріп өту мен ұзын секіртпемен секіруді жаттықтыру. 2.Бір орында тұрып,аяқты ауысытырып басып бұрылуды үйрету және алуға үйрету.Аналарын сыйлай білуге баулу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3.Дене шынықтыру</b> 1.Тұрған орнынан ұзындыққа секіруге жаттықтыру. 2.Допты екі қолмен бастан асыра лақтыру дағдысын бекіту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
	II	«Отан қорғаушылар»	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балалардың бізді қоршаған әлем туралы түсініктерін молайту. Ептілікке, ұйымшылдыққа, берілген жаттығуларды нақты орындауға дағдыландыру. 1.Көлбеу қойылған шығыршыққа қар кесегін лақтыруды үйрету. 2.Табанмен қысқа таяқшаны алға, артқа домалату.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2. Дене шынықтыру</b> Балаларға арнайы көліктер туралы, ол көліктердің атқаратын қызметтері туралы тереңірек түсінік беру. Ойындаройнатаотырыпзейіндеріндамыту. 1.Допты лақтырудыжәнеқағыпалудықайталату. 2.Алға және артқадомалаудықайталау.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3.Дене шынықтыру</b> Балалардың спортқақызығушылығынояту. Жылдамдыққасиеттеріндамыту. 1.Гимнастикалық қабырғадаөрмелеугежаттықтыру. 2.Кедір-бұдыр тақтайүстімен тепе-теңдіктісактайжүрудіүйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1



№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Мамыр «Әрқашан күн сөнбесін»	III	«Шөпте не жорғалайды?»	<b>1. Дене шынықтыру</b> Балаларға ұлттық құндылықтарымыз салт-дәстүр туралы тереңірек түсінік беру. 1.Гимнастикалық орындық үстінде құм толтырған қаптардан аттап жүруді үйрету. 2. Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын допты қолдан қолға аустыра жүруге жаттықтыру. Балалардың жылдамдықтарын және ептіліктерін дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2. Дене шынықтыру</b> 1.Бір бағытты ұстап,бір-біріне допты дамылатуды үйрету. 2.Доғаның астымен еңбектеп өтуді бекіту.Туған жерге,Отанға деген сүйіспеншілікке баулу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3. Дене шынықтыру</b> 1.Гимнастикалық орындық үстінен қарында жатып,қолымен тартыла жылжуға жаттықтыру. 2.30см зат үстінен белгіленген орынға секіруді үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
	IV	«Көңілді жаз»	<b>1.Дене шынықтыру</b> Балаларға ұлттық құндылықтарымыз салт-дәстүр туралы тереңірек түсінік беру. 1.Гимнастикалық орындық үстінде құм толтырған қаптардан аттап жүруді үйрету. 2. Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын допты қолдан қолға аустыра жүруге жаттықтыру. Балалардың жылдамдықтарын және ептіліктерін дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>2.Дене шынықтыру</b> 1.Бір бағытты ұстап,бір-біріне допты дамылатуды үйрету. 2.Доғаның астымен еңбектеп өтуді бекіту.Туған жерге,Отанға деген сүйіспеншілікке баулу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>3.Дене шынықтыру</b> 1.Гимнастикалық орындық үстінен қарында жатып,қолымен тартыла жылжуға жаттықтыру. 2.30см зат үстінен белгіленген орынға секіруді үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1

Бекітілді:  
№ 23 «Битымак» бөбекжай бақшасының  
меңгерушісі: Урғынтаева Ж.

08. 2020ж.



**2020 – 2021 оқу жылына арналған «Денсаулық» білім саласы  
Дене шынықтыру оқу қызметінің перспективалық жоспары.  
Мад тобы.**

**2020 – 2021 оқу жылы.**

**2020 – 2021 оқу жылының мад тобына арналған дене шынықтыру ҰОҚ перспективалық жоспары**  
**Білім саласы: «Денсаулық»**

№	апта	Апта	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қыркүйек. «Балабақша»	I	«Менің балабақшам»	1.Тапсырманы орындай отырып, сапқа тұру, жүру Бір-бірден тізбекпен жүгіру, жан-жаққа жүгіру. Жылдамдық және ептіліктерін. Еденде жатқан екі жіптің үстімен тіке жүруді. Қос аяқпен секіруге (аяқ бірге- аяқ алшак) үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			2. Сапқа тұру, жүру . Бір-бірден тізбекпен жүгіру,жан-жаққа жүгіру. Оындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру .	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			3.Орындықтан қойылған тақтайшалар аттап жүруді үйрету. Қос аяқпен секіруге (аяқ бірге- аяқ алшак) жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
	II	«Дұрыс тамақтану.Менің достарым»	1.Қысқа адымдар жасап жүру . Бір бағытта бүкіл топпен жүгіру.Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Бір орында тұрып қос аяқпен жіптен секіруді үйрету. Жан жаққа еңбектеп жүруді үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			2.Қысқа адымдар жасап жүру. Бір бағытта бүкіл топпен жүгіру. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Бір біріне қарама қарсы тұрып допты домалатуды үйрету. Жан жаққа еңбектеп жүруді жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<b>Қауіпсіздік мінез құлық негіздері</b> <b>Т/бы:</b> « Қауіпсіздік мінез-құлық негіздері, валеология» <b>М/ты:</b> Денсаулық туралы ғылым валеология туралы түсінік беру,сол туралы білімдерін тереңдету.Қауіпсіздік мінез-құлық негіздерін яғни ережелерін күнделікті өмірде қолдана білуге дағдыландыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ саны
Қыркүйек. «Бәрі мен жайлы»	III	«Менің сүйікті ойыншықтарым».	<p><b>Денешынықтыру</b>  Бір колонада жүру. Алаң бойынша баяу жүгіру 2,5мин. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту.  Тіке жолмен еңбектеп жүру. Бір біріне қарама қарсы отырып допты домалатуды үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p>Бір колонада жүру. Алаң бойынша баяу жүгіру 2,5мин. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Қол белде еденде жатқан жіптің үстімен жүру үйрету. Қос аяқтап текшені аттап, алға секіруді үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p>Бір колонада жүру. Алаң бойынша баяу жүгіру 2,5мин. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту.  Қол белде еденде жатқан жіптің үстімен жүруді жаттықтыру. Бір біріне қарама қарсы отырып допты домалатуды бекіту.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
	IV	«Жиназдар»	<p>Жүру түрлері жан-жаққа шышырап жүру.  Бір-бірден тізбекпен жүгіру жан- жаққа шышырап жүгіру. Спортқа деген қызығушылықтарын арттыру. Аяқтың ұшымен жіптің үстімен жүруді үйрету. Қос у34аяқпен алға секіріп жүруді үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p>Жүру түрлері жан-жаққа шышырап жүру.  Бір-бірден тізбекпен жүгіру жан- жаққа шышырап жүгіру. Спортқа деген қызығушылықтарын арттыру. Қос аяқпен алға секіріп жүруді жаттықтыру. Допты домалатуды үйрету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1
			<p><b>3.Қауіпсіздік мінез құлық негіздері</b>  <b>Т/бы:</b> « Менің күн тәртібім»  <b>М/ты:</b>Балаларға күн тәртібі туралы түіндіру.Балалардың өз күн ержелері туралы білімдерін тереңдету.</p>	<p><b>Құрал-жабдықтар:</b>  Оқу қызметіне қажетті құралдар.</p>	1

№	ап та	Апт а	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қазан «Менің отбасым»	I	«Менің отбасым. Ата – аналар еңбегі».	Екі жіптің ортасымен жүруді үйрету. Қос аяқты қозғалып секіруді жаттықтыру. Балалар тепе – теңдік сақтау үйрету; ойынға қызығушылықтарын тәрбиелеу. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			Допты қақпашаға қашықтығы (3м) домалатуды, қойылған гим тақтайшаның астымен еңбектеп өту үйрету. Дене түзілісін бақылау. Тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл – қозғалыс ойындарын үйрету; ойын ережелерін сақтау.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			Екі жіптің ортасымен жүруді үйрету. Қос аяқты қозғалып секіруді жаттықтыру. Балалар тепе – теңдік сақтау үйрету; ойынға қызығушылықтарын тәрбиелеу. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
	II	«Менің көмекшім»	Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап жүруге және жүгіруге үйрету. Еңбектеп жүру мен жіптің астынан өтуді кезектестіріп орындауды үйрету; қолды белге қойып, арқаның үстімен жүруді үйрету; тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту. Ойын ережелерін сақтауға үйрету	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			.Бір қатармен жүру, арқандарды аттап жүруді жаттықтыру. Жан – жаққа шашырап жүру және жүгіру түрлерін үйрету. Қолды белге қойып, арқаның үстімен жүруді бекіту. Бір біріне қарамағарс тұру, допты бір-біріне лақтыруды үйрету, белгіге назар аударып, жылдам жауап беру дағдысын қалыптастыру; лақтыруды жетілдіру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<b>Қауіпсіздік мінез құлық негіздері</b> <b>Т/бы:</b> « Қалай дұрыс тамақтану керек» <b>М/ты:</b> Балаларды дұрыс тамақтану мәдениеті және ережелерімен таныстыру. Азық-түлік сапасын, ісіне, түсіне, пішініне қарай ажырата білуді үйрету. Кез келген асты құрметтеуге тәрбиелеу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>

№	апта	Апта	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қазан«Менің отбасым»	III	«Үйдегі және көшедегі қауіпсіздік»	Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап жүруге және жүгіруге үйрету. Еңбектеп жүру мен жіптің астынан өтуді кезектестіріп орындауды үйрету; колды белге қойып, арқаның үстімен жүруды үйрету; тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту. Ойын ережелерін сақтауға үйрету	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			2. Бір қатармен жүру, арқандарды аттап жүруді жаттықтыру. Жан – жаққа шашырап жүру және жүгіру түрлерін үйрету. Қолды белге қойып, арқаның үстімен жүруды бекіту. Бір біріне қарамағарс тұру, допты бір-біріне лақтыруды үйрету, белгіге назар аударып, жылдам жауап беру дағдысын қалыптастыру; лақтыруды жетілдіру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап жүруге және жүгіруге үйрету. Еңбектеп жүру мен жіптің астынан өтуді кезектестіріп орындауды үйрету; колды белге қойып, арқаның үстімен жүруды үйрету; тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту. Ойын ережелерін сақтауға үйрету	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
	IV	«Алтын күз».	Жатқан жіптің үстімен қапшықшаны басына қойып жүруды үйрету. Тепе – теңдік сақтау қабілетін дамыту. Басымен допты итеріп, еңбектеп жүруді (қашық-3-4м) бекіту. Ұсақ сезім мүшелерін дамыту. Достық қарым- қатынасқа тәрбиелеу. Көзмөлшері мен ептілікті дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			Жатқан жіптің үстімен қапшықшаны басына қойып жүруді, допты алға домалатып, доптың артынан жүгіруді бекіту. Негізгі қасиеттерді- шапшаңдық, ептілікті дамыту. Қимылды белгілі тәсілмен, белгіленген бағытта нұсқау бойынша бастап, орындап, аяқтауға тәрбиелеу. Музыкаға деген әсерленушілік сезімін бекіту. Дене бітімінің дұрыс дамуын қадағалау.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>Қауіпсіздік мінез құлық негіздері</b> <b>Т/бы:</b> « Табиғат-тіршілік нәрі» <b>М/ты:</b> Балаларға табиғат туралы түсінік беру, табиғат аясында жанды және жансыз заттарға қамқорлық жасауға баулу	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қараша. «Дені саудың жаны сау»	I	«Күз сыйы»	Үлкен адым жасап екі жіптің ортасымен жүруді; Дізеге сүйеніп бір біріне допты домалатуді үйрету. Нұсқаушының берген бегісіне қарай жылдам әрекет етуге үйрету. Тепе-теңдік сақтап жүруге жаттықтыру. Негізгі қасиеттерді – шапшандық, ептілікті дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			Жатқан жіптің үстімен қапшықшаны басына қойып жүруді; гим.орын. секіріп міну және одан секіріп түсуді қайталау. Негізгі қасиеттерді – шапшандық, ептілікті дамыту. Балалардың бір – біріне көңіл аударуына , ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			Гимнаст.орын. үстінде етпетінен жатып, ішпен тартылуді; төрт аяқтап жүру 4-6м үйрету. Балаларды тепе – теңдік сақтау үйрету; ойынға қызығушылықтарын тәрбиелеу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
	II	«Дұрыс тамақтану. Дәрумендер»	1.Допты жоғары лақтырып, екі қолымен қағып алуді; гимнаст.орын. үстінде етпетінен жатып, ішпен тартылуді үйрету. Лақтыру күшін және көзбен мөршерлей білуді дамыту. Ойындарды ойнау және жаттығуларды орындау барысында ұжымдық қимыл – әрекеттердің үйлесімділігін дамыту; шапшандылық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерді дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			2.Төрт аяқтап жүруді; допты жоғары лақтырып, екі қолымен қағып алуді бекіту. Бір-бірлеп тізбекте жүру білігін және жүгіру дағдысын бекіту; негізгі қасиеттерді – шапшандық, ептілікті дамыту. Балалардың бір – біріне көңіл аударуына, ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<b>Қауіпсіздік мінез құлық негіздері</b> <b>Т/бы:</b> « Дәрумендер» <b>М/ты:</b> Балаларға дәрумендердің пайдасы туралы түсіндіру.Көкөністер мен жемістердің пайдасы туралы білімдерін толықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Қараша. «Дені саулық жаны сау»	III	«Өзіңе және өзгеге көмектес»	1. Аяқтың ұшымен жүре тұрып, табанмен жүруге көшуді; шығыршықтан жанымен өтуді үйрету. Тепе-тендік сақтау және бағдарлай білу біліктерін дамыту. Негізгі қасиеттерді – шапшандық, ептілікті дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			2. Допты жоғары лақтырып, екі қолымен қағып алуді; аяқтың ұшымен жүре тұрып, табанмен жүруге көшуді бекіту. Допты лақтыруды және қағып алуды бірнеше рет қайталау. Берілген белгіге көңіл аудару, қимыл- қозғалысты белгі бойынша орындау қабілеттерін жетілдіру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			3. Балаларды жүріп бара жатып педагогтің белгісі бойынша тапсырмаларды орындауға жаттықтыру Гимнастикалық орындық үстінде сүйеу қадамен жүруді; допты еденге ұрып оны екі қолмен қағып алуді үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
	IV	«Біз күштіміз, ептіміз»	Ирелендеп жіптің үстінде жүруді; бір орында тұрып жоғарға екі аяқ қосып секіруді үйрету. Жіптің үстімен жүргенде тепе-тендікті сақтауға, дене жаттығуларын үнемі жасауға дағдыландыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			Гимнастикалық орындық үстінде сүйеу қадамен жүруді; допты еденге ұрып оны екі қолмен қағып алуді бекіту. Бірігіп ойнауға тәрбилеу; белгі бойынша әрекет ету дағдасын бекіту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<b>Қауіпсіздік мінез құлық негіздері</b> <b>Т/бы:</b> «Спорт-денсаулық кепілі» <b>М/ты:</b> Спорт адамға пайдалы екендігін түсіндіру. «Спорт-денсаулық кепілі» деген сөздің мағынасын аша отырып, спортқа деген сүйіспеншіліктерін арттыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>



№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Желтоқсан «Менің Қазақстаным»	I	«Тарихқа саяхат»	1.Еңбектеп жүру және заттың арасымен ирелендеп өтуді үйрету; допты еденге ұрып оны екі қолмен қағып алуды дамыту. Шашырап жұптасып жүру мен жүгіруге жаттықтыру.Жылдамдық және ептіліктерін дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			2.Жүгіріп келіп жоғарға секіру қолмен затты тігізуды; еңбектеп жүру және заттың арасымен ирелендеп өтуді жаттықтыру. Ойын ережелерін сақтауға үйрету. Балалардың зейінін дамыту; қимыл- қозғалыс тәжірибесін дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			3. Гимнастикалық орындық үстімен аяқтың үшімен жүруды; басымен допты итеріп, еңбектеп өтуді (қашық-3-4м) үйрету. Төрттағандап еңбектеу кезінде, еңбектеуде бас, қол мен аяқтың, қимылдарын үйлестіре білуді, ұсақ сезім мүшелерін дамыту	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
	II	«Туған өлкем»	<b>Дене шынықтыру</b> Дене түзілісін бақылау.Доптың ұшуына дұрыс траектория беру, қолдарын екпінді қимылмен жаза білуді бекіту.Тепе-тендікті сақтапуға, дене жаттығуларын үнемі жасауға дағдыландыру. Бұлшықеттер мен қол- аяқтың үйлесімді қимылын дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			Гимнастикалық орындық үстімен аяқтың үшімен жүруды; басымен допты итеріп, еңбектеп өтуді (қашық-3-4м) дамыту. Ұсақ сезім (моторика) мүшелерін дамыту.Негізгі қасиеттерді – шапшандық, ептілікті дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<b>Қауіпсіздік мінез құлық негіздері</b> <b>Т/бы</b> :«Өзіңе және өзге адамдарға көмектес» <b>М/ты</b> : Өзіңе және өзге адамдарға көмектесуге тәрбиелеу.Адамгершілікке,мәдениеттілікке тәрбиелеу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Желтоқсан «Менің Қазақстаным»	III	«Нұрсұлтан – Отанымыздың жүрегі»	Дене шынықтыру Допты басынан асырып лақтыруды үйрету; қос аяқтап жылжып арқаннан секіруді дамыту. Қимылды ырғақпен жеңіл, еркін, қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіре орындау қабілеттерін қалыптастыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			2. Құм салынған қапшықшаны оң, сол қолмен алысқа лақтыруды дамыту; қос аяқтап жылжып арқаннан секіруді қайталау. Ұйымшылыққа тәрбиелеу, шашыраңқы жүру мен жүгіру дағдыларын бекіту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			3. Жатқан жіптің үстімен қапшықшаны басына қойып жүруді; керілген жіптің астынан өтуді үйрету. Бір қалыпты тепе-теңдік сақтауды қалыптастыру. Ойында жолдастық сезімге тәрбиелеу. Бұлшықеттер мен қол-аяқтың үйлесімді қимылын дамыту. Қимыл-қозғалыс сапасын, ептілік, шапшаңдық, икемділік қабілеттерін жаттықтыру	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
	IV	«Тәуелсіз Қазақстан»	Жатқан жіптің үстімен қапшықшаны басына қойып жүруді қайталау; таспанын астынан аяқты жартылай бүгіп өтуді үйрету. Бейнелі қимыл бере білу, тепе-теңдік сақтау, ептілік пен төзімділік қабілеттерін жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			Керілген жіптің астынан өтуді қайталау; гимнастикалық орындық үстімен затты аттап жүруді үйрету. Ойын ережелерін білу және нақты орындауға дағдыландыру	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<b>Қауіпсіздік мінез құлық негіздері</b> <b>Т/бы</b> :«Мен кімін? Адам денесі» <b>М/ты</b> : Балаларды адам дене құрлысымен таныстыру. Адамдардың бір-біріден айырмашылығы болатынын түсіндіру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>

№	апта	Апта а	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қаңтар «Табиғат әлемі»	I	«Айналамыздағы өсімдіктер»	Бір орында тұрып ұзындыққа секіруді үйрету. Допты лақтыруды және қағып алуды бірнеше рет қайталау; Тапсырманы орындай отырып, бір- бірлеп тізбекпен жүруге және шашырап жүгіруге жаттықтыру. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			2. Ұзын гим орындық үстімен тізені жоғары көтеріп заттарды аттап жүруді бекіту. Допты лақтыруды және қағып алуды бірнеше рет қайталау; негізгі қасиеттерді- шапшандық, ептілікті дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			3. Қос аяқтап жылжып секіруді үйрету; бастан асып, екі қолмен жіптің үстінен асыра допты алысқа лақтыруді үйрету. Ойындарды ойнау және жаттығуларды орындау барысында ұжымдық қимыл- әрекеттердің үйлесімділігін дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
	II	«Жануарлар әлемі»	<b>Дене шынықтыру</b> Гимнастикалық ұзын орындықтың үстімен еңбектеуді үйрету; бастан асып, екі қолмен жіптің үстінен асыра допты алысқа лақтыруді бекіту. Шапшандық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерді дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			Допты жоғарға лақтырып екі қолмен қағып алуді үйрету; Гимнастикалық ұзын орындықтың үстімен еңбектеуді бекіту. Ойындарды ойнау және жаттығуларды орындау барысында ұжымдық қимыл- әрекеттердің үйлесімділігін дамыту. Ұжым болып әрекет етуге, ұйымшылдыққа тәрбиелеу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<b>Қауіпсіздік мінез құлық негіздері</b> <b>Т/бы:</b> « Табиғат қауіпсіздік ержелері» <b>М/ты:</b> Балаларды табиғаттағы қауіпсіздік ережелерімен таныстыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Қаңтар «Табиғат әлемі».	III	«Құстар біздің досымыз»	Дене шынықтыру Қапшықшаны басқа қойып гим.орын.үстімен жүруді бекіту; Алға қарай бір аяқпен секіруді үйрету. Шапшаңдық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерді дамыту. Ойын ережелерін білу және нақты орындауға дағдыландыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			2. Құм салынған қапшықшаны оң,сол қолмен алысқа лақтыруді бекіту; Алға қарай бір аяқпен секіруді бекіту. «бақалар», «қояндар» тапсырманы орындауді үйрету. Тізені жоғары көтеріп жыланша жүруді жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			3. Қос аяқтап алға жылжып секіруді үйрету; 2м қашықтан бір – біріне доп лақтыруді үйрету. Жүгіру мен жүру ауысуп тапсырманы орындауді жаттықтыру. Тізені жоғары көтеріп, таспаларды аттап жүру жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
	IV	«Ғажайып қыс»	Дене шынықтыру Бөренеден еңбектеп өтуді үйрету; Қос аяқтап алға жылжып секіруді бекіту. Негізгі қасиеттерді- шапшаңдық, ептілікті дамыту. Ойын ережесімен таныстыру және оларды орындауға жаттықтыру; жүру түрлерін жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			2м қашықтан бір – біріне доп лақтыруді бекіту; Бөренеден еңбектеп өтуді бекіту. Жүгіру мен жүру ауысуп тапсырманы орындауді жаттықтыру. Тізені жоғары көтеріп, таспаларды аттап жүру жаттықтыру	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<b>Қауіпсіздік мінез құлық негіздері</b> <b>Т/бы</b> :«Мен жүрек туралы не білемін?» <b>М/ты:</b> Адамның ең негізгі мүшесі жүрекпен таныстыру.Жүректің жұмысы,қызметі туралы мағұлмат беру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>

№	апта	Апта	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Ақпан «Бізді қоршаған әлем».	I	«Ғажайыптар әлемі»	Дене шынықтыру Бастан асып, екі қолмен допты алысқа лақтыруді үйрету; Кеглелердын арасымен иреленіп еңбектеп жүруді үйрету, балалардың біріне- бірі көңіл аударына, ынтымақтаста ойнауына көңіл бөлу. Тепе- теңдікті сақтау және бағдарлай білу біліктерін дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			2. Қапшықшаны басқа қойып бөрене үстімен жүріп, тепе-теңдікты сақтауың бекіту. Кеглелердын арасымен иреленіп еңбектеп жүруді жаттықтыру, балалардың біріне- бірі көңіл аударына, ынтымақтаста ойнауына көңіл бөлу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			3. Қабырғалы тақтайдың үстімен қолды белге қойып жүруді үйрету. Шығыршықтан – шығыршыққа екі аяқты қосып секіруді үйрету. Мәнерлігін дамыту. Икемділіктерін дамыту. Негізгі қасиеттерді- шапшаңдық, ептілікті дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
	II	«Көліктер»	Шығыршықты екі сызықтар арасымен домалатуді үйрету. Шығыршықтан – шығыршыққа екі аяқты қосып секіруді үйрету. Ойын ережесімен таныстыру және оларды орындауға жаттықтыру; жүру түрлерін жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			2. Арқанның астымен жанымен өтуді үйрету. Шығыршықты екі сызықтар арасымен домалатуді жаттықтыру. Ойын ережесімен таныстыру және оларды орындауға жаттықтыру; жүру түрлерін жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<b>Қауіпсіздік мінез құлық негіздері</b> <b>Т/бы :</b> «Бүйрек» <b>М/ты:</b> Балалардың адам организміндегі ағзалар туралы білімдерін жетілдіру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>

№	апта	Апта	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ұ.О.Қ. саны
Ақпан «Бізді қоршаған әлем»	III	«Электроника әлемі.»	Гимнастикалық қабырғада өрмелеуді үйрету; Заттардын арасымен қос аяқтап секіруді бекіту. Мәнерлігін дамыту. Икемділіктерін дамыту. Негізгі қасиеттерді-шапшаңдық, ептілікті дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			2. Бастан асып, екі қолмен волейболдық тордың аржағына допты лақтыруді, гимнастикалық қабырғада өрмелеуді бекіту. Ойын ережесімен таныстыру және оларды орындауға жаттықтыру; жүру түрлерін жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			3. Жүру түрлерін орындау; жетекшілерді ауыстырып жүру жаттықтыру. Бір-бірден тізбекпен жүгіру қойылған кегялардың арасымен жүгіруді жаттықтыру. Берілген белгі бойынша тоқтау. Балаларға дұрыс тыныс алу туралы әңгімелеу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
	IV	«Мамандықтың бәрі жақсы»	Құм салынған қапшықшаны сол қолмен, оң қолмен алысқа лақтыруді үйрету. Басынан айналып, төсеніштің үстінде алға қарай дөңгеленуді үйрету. Иық, мойын бұлшықеттерін, қол мен аяқ қимыл үйлесімділігін дамыту; бір-біріне соқтығыспай жүгіру;	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			2. Гимнастикалық ұзын орындық үстімен жүруді үйрету; Құм салынған қапшықшаны сол қолмен, оң қолмен алысқа лақтыруді жаттықтыру. Балалардың жылдамдық қасиеттерін дамыту. Баланың спортқа қызығушылығын ояту. Сенімді қатынастарды нығайтуға ұмтылу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<b>Қауіпсіздік мінез құлық негіздері</b> <b>Т/бы :</b> «Тіл» <b>М/ты:</b> Балаларға тілдің дәм айыру аймақтарын көрсетіп, тілдің қызметі туралы түсіндіру	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>

№	апта	Апта	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Наурыз «Салттар мен фальклор»	I	«Қазақстан халқының салттары ментдәстүрлері»	Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және көлденең шабақтан дұрыс ұстап, төмен түсуді үйрету. Іші толтырылған доптарды атта жүруді, Алға қарай бір аяқпен жеңіл секіруге жаттықтыру. Гимнастикалық таяқшамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			2. Іші толтырылған доптарды атта жүруді үйрету; Алға қарай бір аяқпен секіруді үйрету; Жеңіл секіруге жаттықтыру.Төрт аяқтап жүру 4-6м жаттықтыру. Бір қатармен жүру. Шашыраңқы жүру; тоқтап, бұрылыстарды жасау, ирелен жүру жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			3. Гим.орын. үстінде кедергілерден аттап жүруді үйрету; Гимнастикалық ұзын орындықтың үстінен секіруді үйрету; Жүру түрлері, жетекшілерді аустыр. отырып жүру; Жетекшілерді аустыр. отырып жүгіру; жан –жаққа жүгіру жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
	II	«Ертегілер елінде.Театр әлемі»	Жатқан жіптің үстімен қапшықшаны басына қойып жүруді үйрету. Тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимыл- қозғалыстардың үйлесімділігін қалыптастыру. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және көлденең шабақтан дұрыс ұстап, төмен түсуді жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			2.Баскетбол шығыршығына допты лақтыруді үйрету. Жатқан жіптің үстімен қапшықшаны басына қойып жүруді бекіту. Көктем туралы қысқа әңгімелесу (құстар ұшып келдң; ағаштар гүлдеді; көбелек, құрт- құмырсқар да оянды т.б.). Уақытты, кеңістікті бағдарлау, тепе- теңдік,ырғақты сақтау, көзмөлшерді және үйлесімді қимыл жасау қабілеттерін дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<b>Қауіпсіздік мінез құлық негіздері</b> <b>Т/бы</b> «Мұрын.Тыныс алу және иіс сезу мүшелері» <b>М/ты:</b> Балаларды тыныс алу мүшелерімен таныстыру.Адам оргпнизміне ауаның өту жолын көрсету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>

№	апта	Апта	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Наурыз «Салттар мен фольклор»	III	«Өнер көзі халықта»	Арқанның үстімен жүруді үйрету; заттардың арасымен қос аяқтап секіруді бекіту. Тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимыл- қозғалыстардың үйлесімділігін қалыптастыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			2. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және көлденең шабақтан дұрыс ұстап, төмен түсуді жаттықтыру; арқанның үстімен жүруді бекіту. Бір қатармен жүру; бір сызықпен қойылған кегялардың арасымен жүру; шашаранқы жүру; жан-жаққа шашырап жүгіру, аяқтарын айқастырып секіріп жүгіруді жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			3. Іші толтырылған доптарды атта жүруді, заттардың арасымен допты домалатуді үйрету; Тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимыл-қозғалыстардың үйлесімділігін	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
	IV	«Нұр төккен, гүл көктем»	1. Гимнастикалық ұзын орындықтың үстінен секіруді үйрету, заттардың арасымен допты домалатуді бекіту. Тепе- теңдікті сақтауды жетілдіру. Түрлі кедергілер арқылы жаттығулар орындау дағдыларын дамыту. Қимыл-қозғалыс үйлесімдігін қалыптастыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			2. Іші толтырылған доптарды атта жүруді, заттардың арасымен допты домалатуді бекіту. Тапсырманы орындап бір қатармен жүру, тзені жоғары көтеріп жүруді, хетекшілерді аустыр. отырып жүгіру; жан –жаққа жүгіруді жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>Қауіпсіздік мінез құлық негіздері</b> <b>Т/бы :</b> « Өкпе» <b>М/ты:</b> адам өміріндегі өкпенің қызметін түсіндіру. Лас ауаның тыныс жолдарына әсері туралы бәлімдерін толықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1



№	апта	Апта	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Сәуір «Біз еңбекқор баламыз»	I	«Аялайық гүлдерді»	Гимнастикалық ұзын орындықтың үстімен тапсырманы орындап жүруді үйрету. Дене тұлғасының дұрыс қалыптасуына арналған гимнастикалық жаттығуларды жасап үйрету. Көлбеу тақтай үстімен жоғары және төмен жүруді үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			2. Шығыршықтан – шығыршыққа секіруді бекіту. Көлбеу тақтай үстімен жоғары және төмен жүруді үйрету. Жұптасып жұмыс істеуге үйрету. Қимыл- қозғалыс үйлесімдігін қалыптастыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			3. Жұптасып жүру, шапалақтап ұрып жүру, алға қарай тізені бүгіп жүруді жаттықтыру. Аяқтың ұшымен гим. орын. үстімен жүруді үйрету. Тепе- теңдікті сақтауды жетілдіру. Оң және сол қолмен асықтарды лақтыруді үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
	II	«Ас атасы- нан»	Заттардың арасымен қос аяқтап секіруді үйрету, Гимнастикалық қабырғада өрмелеуге жаттықтыру. Балаларды достық қарым- қатынас жасауға үйрету. Қол мен аяқтардың қимыл- қозғалысын үйлесімді ету. Қимыл- қозғалыс үйлесімдігін қалыптастыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			Арқанның үстімен жүруді, гимнастикалық қабырғада өрмелеуге жаттықтыру. Белгіге қарай жылдам жауап беру дағдысын қалыптастыру. Сенімді қатынастарды нығайтуға ұмтылу. Баланың спортқа қызығушылығын ояту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>Қауіпсіздік мінез құлық негіздері</b> <b>Т/бы :</b> « Асқорыту жүйесі. Асқазан» <b>М/ты:</b> Балаларды ас қорыту мүшелерімен таныстыру, білімдерін толықтыру. Дұрыс тамақтану ержелерімен таныстыру. Салауатты өмір салтын сақтауға тәрбиелеу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1

№	апта	Апта	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Сәуір «Біз еңбекқор баламыз»	III	«Жәндіктер мен қосмекенділер»	1.Допты жерге ұрып оны екі қолмен қағып алуді бекіту. Қол мен аяқтардың қимыл-қозғалысын үйлесімді ету. Қимыл- қозғалыс үйлесімдігін қалыптастыру. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және көлденең шабақтан дұрыс ұстап, төмен түсуді жаттықтыру; арқанның үстімен жүруді жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			2.Білеушелерден секіруді үйрету.Жеңіл секіруге жаттықтыру. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және көлденең шабақтан дұрыс ұстап, төмен түсуді жаттықтыру Тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимыл- қозғалыстардың үйлесімділігін қалыптастыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			3.Бір қатармен жүру; бір сызықпен қойылған кеглялардың арасымен жүру; шашаранқы жүруді, бір-бірден тізбекпен жүгіру қойылған кеглялардың арасымен жүгіруді жаттықтыру. Тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимыл-қозғалыстардың үйлесімділігін қалыптастыру	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
	IV	«Еңбек бәрін жеңбек»	Бөрененің үстімен жүруді жаттықтыру. Тепе - теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимыл - қозғалыстардың үйлесімділігін қалыптастыру. Гимнастикалық ұзын орындықтың үстімен еңбектеуді жаттықтыру. Кеңістікті бағдарлай білуді үйрету. Күш, ептілік, жылдамдық тәрізді қимыл сапаларын дамыту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			Бір –бірден шеңбер жасап жүру. Ойын жүргізушіні ауыстырып жүруді, бір –бірден шеңбер жасап жүгіру,заттарға темей , олардын арасымен жүгіруді жаттықтыру.Орнынан ұзындыққа арқан аттап секіруді үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<b>Қауіпсіздік мінез құлық негіздері</b> <b>Тақ:</b> «Күн,ауа,сау біздің досымыз» <b>М/ты:</b> Күн,су,ауа-табиғат сыйы және олардың маңызы туралы білімдерін кеңейту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>

№	ап та	Ап та	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Мамыр «Әрқашан күн сөнбесін»	I	«Достық біздің тірегіміз» (халықтар достығы)	Қисайған тақтаның үстімен жүруді, бір қолмен допты еденге ұріп, екі қолмен қағып алуді үйрету. Көзбен мөлшерлей білу қасиеттерін дамыту. Тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимыл- қозғалыстардың үйлесімділігін қалыптастыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және көлденең шабақтан дұрыс ұстап, төмен түсуді жаттықтыру. Қисайған тақтаның үстімен жүруді бекіту. Тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимыл- қозғалыстардың үйлесімділігін қалыптастыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			Тізені жоғары көтеріп жүру, жартлай отырып жүру, бір қатармен жүру, шашыраңқы жүруді, бір –бірден шеңбер жасап жүгіру, заттарға темей , олардын арасымен жүгіруді жаттықтыру. Жүгіріп келіп, жоғарыға қарай секіру үйрету	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
	II	«Отан қорғаушылар»	Жүгіріп келіп, жоғарыға қарай секіруді бекіту. Аяқтың ұшымен гим. орын. үстімен жүруді үйрету. Тепе- теңдікті сақтау. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және көлденең шабақтан дұрыс ұстап, төмен түсуді жаттықтыру. Дұрыс тыныс алуға қалыптастыру Гимнастикалық таяқшамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			Бір қолмен допты еденге ұріп, екі қолмен қағып алуді үйрету. Көзбен мөлшерлей білу қасиеттерін дамыту. Аяқтың ұшымен гим. орын. үстімен жүруді бекіту. Тепе- теңдікті сақтау Ойын ережесін білу және ойын барысында өзін- өзі басқара білуге үйрету. Бірлікке баулу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>
			<b>Қауіпсіздік мінез құлық негіздері</b> <b>Т/бы :</b> «Пайдалы кеңестер мен жағымсыз әдеттер» <b>М/ты:</b> Балаларды жалпы зиянды заттарға қарсы жағымсыз сезімдерін дамыту. Ұқыптылыққа, тазалыққа, жекебас гигинасын таза ұстауға тәрбиелеу.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	<b>1</b>

№	апта	Апта тақырыбы	Негізгі қимыл – қозғалыс	Материалдар мен құралдар	Ү.О.Қ. саны
Мамыр «Әрқашан күн сөнбесін»	III	«Көңілді жаз»	Секіртпемен секіруге үйрету. Жеңіл секіруге жаттықтыру. Бөрененің үстімен жүруді бекіту. Тепе- теңдікті сақтау. Балаларға уқалау мен сылап- сипаудың жеңіл түрлерін үйрету. Бір –біріне уқалау мен сылап- сипауға жаттықтыру. Дұрыс тыныс алуға қалыптастыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			2 Екі аяқты қосып, секіртпемен секіруге, асықтарды атуді үйрету. Ойын ережесін білу және ойын барысында өзін- өзі басқара білуге үйрету. Жылдамдық сапаларын дамыту. Түрлі кедергілер арқылы жаттығулар орындау дағдыларын дамыту..	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			3. Моральдық, ерік жігерлілік қасиеттерін дамыту. Жұптасып жаттығулар орындауды үйрету. Балаларды достық қарым- қатынас жасауға үйрету. Жіптің үстінен асыра допты алысқа лақтыруді үйрету. Аурудың белгілерін білуге үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
	IV	«Мен жасай аламын»	<b>Дене шынықтыру</b> Құм салынған қапшықшаны лақтыру, құм салынған қапшықшаны арқаға көйіп еңбектеуді үйрету. Спортқа деген қызығушылықтарын дамыту. Дұрыс тыныс алуға қалыптастыру. Балаларға уқалау мен сылап- сипаудың жеңіл түрлерін үйрету. Бір – біріне уқалау мен сылап- сипауға жаттықтыру.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			Жіптің үстінен асыра допты алысқа лақтыруді, құм салынған қапшықшаны лақтыру, құм салынған қапшықшаны арқаға көйіп еңбектеуді жаттықтыру. Ойын ережесін білу және ойын барысында өзін- өзі басқара білуге үйрету.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1
			<b>Қауіпсіздік мінез құлық</b> <b>Т/ты:</b> «Мен не үйрендім?» <b>М/ты:</b> Салауатты өмір салты жайлы түсініктерін бекіту.Жастайларынан спортпен айналысу керектігі туралы түсініктерін бекіту.	<b>Құрал-жабдықтар:</b> Оқу қызметіне қажетті құралдар.	1





