

Бекітемін: 
ЖШС «Бақытты бала» бала-бақшасы
Меңгерушісі: О.А.Лукошенко
«29» тамыз 2022 ж

**Дене шынықтыру нұсқаушысының мектеп алды даярлық тобына
арналған перспективалық жоспары
2022-2023 оқу жылына**

С.К.Касенова

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары мен мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс – әрекеттің перспективалық жоспары.

Білім беру ұйымы: ЖШС «Бақытты бала» бала-бақшасы

Ұйымдастырылған іс-әрекет: Дене шынықтыру.

Топ: Мектепалды даярлық «Құлыншақ»

Балалар жасы: 5-6 жас.

Жоспардың құрылу кезеңі: Қыркүйек.

Айы	Ұйымдастырылған іс әрекетінің міндеттері	Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулары. Қимыл ойын	Материалдар мен құралдар
Қыркүйек I-апта	Тапсырманы орындай отырып, сапта тұру, жетекшіге қарап түзелу. Баяу жүру, аяқтың ұшынан өкшеге қарай ауыса жүру. Баяу қарқынмен, тізені сәл бүгіп, өкшеден аяқтың ұшына қарай ауыса жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен жүруді үйрету. Желке тұсынан оң, сол қолымен алысқа доп лақтыруды үйрету.	1. Гимнастикалық орындық үстімен қолға алма не алмұрт ұстап тепе-теңдікті ұстап жүру. 2. Желке тұсынан оң, сол қолмен допты алысқа лақтыру. Қимылдық ойын: «Шығыршық ты дәлде»	Гимнастика-лық орындық, доп.
	Тапсырманы орындай отырып, сапта тұру, жетекшіге қарап түзелу. Баяу жүру, аяқтың ұшынан өкшеге қарай ауыса жүру. Баяу қарқынмен, тізені сәл бүгіп, өкшеден аяқтың ұшына қарай ауыса жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен жүруді жаттықтыру. Заттардың арасынан төрт – тағандап еңбектеуді үйрету.	1. Затты желке тұсынан оң, сол қолмен допты алысқа лақтыру. 2. Заттардың арасымен еңбектеу. Қимылдық ойын: «Алысқа лақтыр!»	Доп, кегли
	Қарқынды өзгерте отырып белгі бойынша тоқтап жүру. Адымдап, бүгілген тізені жоғары котере жүру. Тізбекпен қолды белде ұстап, аяқтың ұшымен, өкшемен жүгіру. Қарқынды өзгерте отырып белгі бойынша тоқтап жүгіру. Шығыр – шықтан – шығыршыққа екі аяқпен секіруді жаттықтыру. Дөнгелеке дәл доп тигізуді үйрету.	1. Шығыр – шықтан – шығыршыққа екі аяқпен секіру. 2. Дөнгелеке дәл доп тигізу. Қимылдық ойын: «Шаңырақ!»	Шығыршық және доптар

Қыркүйек II-апта	Қарқынды өзгерте отырып белгі бойынша тоқтап жүру. Адымдап, бүгілген тізені жоғары котере жүру. Тізбекпен қолды белде ұстап, аяқтың ұшымен, өкшемен жүгіру. Қарқынды өзгерте отырып белгі бойынша тоқтап жүгіру. Шығыр – шықтан – шығыршыққа екі аяқпен секіруді жаттықтыру. Дөнгелеке дәл доп тигізуді үйрету.	1.Шығыр – шықтан – шығыршыққа екі аяқпен секіру. 2.Дөнгелеке дәл доп тигізу. Қимылдық ойын: «Шаңырақ!»	Шығыршық және доптар
	Қарқынды өзгерте отырып белгі бойынша тоқтап жүру. Адымдап, бүгілген тізені жоғары котере жүру. Тізбекпен қолды белде ұстап, аяқтың ұшымен, өкшемен жүгіру. Қарқынды өзгерте отырып белгі бойынша тоқтап жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен кішкентай адыммен жүруді жаттықтыру. Дөнгелеке дәл доп тигізуді бекіту.	1.Гимнастикалық орындық үстімен кішкентай адыммен жүру. 2.Дөнгелеке дәл доп тигізу. Қимылдық ойын: «Өз жұбыңды тап»	доптар
	Музыкаға сәйкес өкшеден аяқтың ұшына ауыса жүру. Сәл адым және адымдап, шашырап жүгіру. Допты екі тізенің арасына қыстырып, берілген жерге дейін секіруді үйрету. Допты бір біріне лақтыруды үйрету.	1.Допты екі тізенің арасына қыстырып, берілген жерге дейін секіру. 2. Допты бір біріне лақтыру. Қимылдық ойын: «Жалаушаға тез жет»	Гимнастика -лық тақтай, доп жіп
Қыркүйек III-апта	Сапта тұру, орында тұрып, оңға,солға бұрылу. Баяу жүру, шашрап жүру,жүру барысында «Сапта өз орынды тап!» ойынын ойнап. Балалардың денсаулығын нығайту және қорғау. Кегльи арасымен иерелендеп жүру. Құм қапшықты оң және сол қолмен лақтыруді үйрету.	1.Кегльи арасымен иерелендеп жүру. 2.Құм қапшықты оң және сол қолмен лақтыру. Қимылдық ойын: «Бос орын»	Құм қапшық, кегльи
	Сапта тұру, орында тұрып, оңға,солға бұрылу. Баяу жүру, шашрап жүру,жүру барысында «Сапта өз орынды тап!» ойынын ойнап. Балаларды жылдамдыққа, жинақтылыққа ептілікке баулу. Гимнастикалық орындық үстімен қолға алма не алмұрт ұстап тепе-теңдікті ұстап жүрудіүйрету. Шығыршықтан –шығыршыққа екі аяқпен секіру.	1.Гимнастикалық орындық үстімен қолға алма не алмұрт ұстап тепе-теңдікті ұстап жүру. 2.Шығыршықтан –шығыршыққа екі аяқпен секіру. Қимылдық ойын: «Ұстап ал»	Гимнасти -калық орындық, шығыршық, атрибуттар
	Жүру, жүгіру,секіру, лақтыру мен қағып алу,еңбектеу мен өрмелеу қимылының негізгі түрлерін орындаудың қарапайым дағдыларын қалыптастыру.Затты желке тұсынан оң,сол қолмен допты алысқа лақтыруді үйрету.Тізенің арасына доп қыстырып секіру.	1.Затты желке тұсынан оң,сол қолмен допты алысқа лақтыру. 2.Тізенің арасына доп қыстырып секіру. Қимылдық ойын: «Балықтар»	Доптар, атрибуттар

Қыркүйек IV-апта.	Сапта тұру, орында тұрып, оңға, солға бұрылу. Баяу жүру, шашрап жүру, жүру барысында «Сапта өз орынды тап!» ойынын ойнап. Балалардың денсаулығын нығайту және қорғау. Кегли арасымен иерелендеп жүру. Құм қапшықты оң және сол қолмен лақтыруді үйрету.	1. Кегли арасымен иерелендеп жүру. 2. Құм қапшықты оң және сол қолмен лақтыру. Қимылдық ойын: «Бос орын»	Құм қапшық, кегли
	Жүру түрлері жан-жаққа шышрап жүру. Бір-бірден тізбекпен жүгіру жан- жаққа шышырап жүгіру. Спортқа деген қызығушылықтарын арттыру. Қос аяқпен алға секіріп жүруді жаттықтыру. Допты домалатуды үйрету.	1) Қос аяқпен алға секіріп жүру. 2) Допты домалатуды. Қимыл- қозғалыс ойыны: «Түрлі түсті көліктер».	Бала санына қарай доп, білте тақтайшалар немесе бағдарлауға арналған жіптер.
	Жүру түрлері жан-жаққа шышрап жүру. Бір-бірден тізбекпен жүгіру жан- жаққа шышырап жүгіру. Спортқа деген қызығушылықтарын арттыру. Допты домалатуды жаттықтыру. Тіке жолмен еңбектеп жүруді үйрету.	1) Допты бір-біріне домалату. 2) Тіке жолмен еңбектеп жүру. Қимыл- қозғалыс ойыны: «Аюлар мен аралар»	Балаларға доп, тор

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары мен мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс – әрекеттің перспективалық жоспары.

Білім беру ұйымы: ЖШС «Бақытты бала» бала-бақшасы

Ұйымдастырылған іс-әрекет: Дене шынықтыру.

Топ: Мектепалды даярлық «Құлыншақ»

Балалар жасы: 5-6 жас.

Жоспардың құрылу кезеңі: Қазан

Айы	Ұйымдастырылған іс әрекетінің міндеттері	Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулары. Қимыл ойын	Материалдар мен құралдар
Қазан I-апта	Екі жіптің ортасымен жүруды үйрету. Қос аяқты қозғалып секіруді жаттықтыру. Балалар тепе – теңдік сақтау үйрету; ойынға қызығушылықтарын тәрбилеу. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту.	1) Екі жіптің ортасымен жүру. 2) Гимнастикалық баспалдақпен өрмелеуге жаттықтыру. Қимыл- қозғалыс ойыны: «Өз жұбынды тап».	Әр балаға гимнаст таяқша беріледі, лақтыруға арналған қапшықтар, гимнаст. баспалдақ.
	Допты қақпашаға қашықтығы (3м) домалатуды, қойылған гимнаст. тақтайшаның астымен еңбектеп өту үйрету. Дене түзілісін бақылау. Тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл – қозғалыс ойындарын үйрету; ойын ережелерін сақтау.	1) Допты қақпашаға домалату. 2) Гимнастикалық тақтайшаның астымен еңбектеп өту. Қимыл- қозғалыс ойыны: «Желмен жарысқан».	Әр бала санына қарай: доп, бор, ұзын резеңке қуыршақ салынған бесікарба, арқан, үлкен шығыршық, 10 кегель, 4 гимнаст. таяқшалар.
	Балалардың денсаулығын қорғау және нығайту. – Салауатты өмір салтын ұстауды, дене сапаларын дамыту. Бір қатар сапқа тұру; тізен сәл бүгіп жүру; қолды жан – жаққа созып арқан үстімен жүру; заттардың арасынан «жыланша» ирелендеп жүгіруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүруді; тақтайша, жіп, заттаран секіруді (биіктігі 15см) үйрету. Тепе – теңдік сақтау.	1. Гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттап жүру. 2. Тақтайша, жіп, заттаран секіру. Қимылдық ойын: «Төмпешіктен-төмпешікке».	Томар, доп, жіп, атрибут тар

Қазан II-апта	Тапсырманы орындай отырып, бір- бірлеп тізбекпен жүруге және шашырап жүгіруге жаттықтыру. Жылдамдыққа және ептілікке дағдыландыру. Гимнастикалық үстімен заттарды аттай жүруды дамыту. Шенберде тұрып, бір қолмен бір – біріне допты лақтыруды үрету. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру.	1.Гимнастикалық үстімен заттарды аттай жүру. 2.Шенберде тұрып, бір қолмен бір – біріне допты лақтыру. Қимылдық ойын: «Жасырымбақ»	Кегльдер, доп, жіп,
	Түрлі тәсілдермен жүруге үйрету; балалардың зейінін дамыту. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Кедергісі бар тактай үстімен адымдап, аяқ ұшымен жүруді үйрету. Доға астымен қолына доп ұстап еңбектеуді арттыру.	1.Кедергісі бар тактай үстімен адымдап, аяқ ұшымен жүру. 2. Доға астымен қолына доп ұстап еңбектеу. Қимылдық ойын: «Еденде қалма».	Тактай, доға, доп, атрибуттар
	Балаларды қол ұстасып шенбер бойы жүруге, жаттықтыру. Аяқты – аяққа таяп қойып шеңбер бойы оңға, солға, өкшемен, аяқтың ұшымен жүру, «жыланша» ирелендеп, белгі бойынша шыр айнала жүгіру. Үйрету: Арқан бастан жоғары ұстап тұрып, аяқтың ұшына көтерілуге. Доға астынан еңбектеп өту. Тепе-тендік және ептілік дағдыларын дамыту.	1.Арқан бастан жоғары ұстап тұрып, аяқтың ұшына көтерілу. 2. Доға астынан еңбектеп өту. Қимылдық ойын: «Жасырулы тұрған не?».	Кегльдер, жіп, атрибуттар
Қазан III-апта	Максатқа жету үшін ойын барысында қалай әрекет ету керектігін түсіндіріп, шешім қабылдауға үйрету. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Қос қолмен допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру. Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалатуді үйрету.	1. Қос қолмен допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру. 2.Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату. Қимылдық ойын: «Жалушаға қарай жүгір».	Кегльдер, доп, жіп
	Балалардың зейінін дамыту; қимыл- қозғалыс тәжірибесін дамыту. Арқан үстінен бір қырымен адымдап жүруды; гимнастикалық қабырға турлі тәсілдермен сатыны аттамай өрмелеуді үйрету. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру.	1.Арқан үстінен бір қырымен адымдап жүру. 2.Гимнастикалық қабырға турлі тәсілдермен сатыны аттамай өрмелеу. Қимылдық ойын: «Төмпешіктен-төмпешікке».	Доға, қысқа таяқшалар, доп
	Сапқа тұру, қолды алға созып түзелу, заттарды аттай, теріс қараған күйде алға қарай ұмытла жүру, «жыланша» ирелендеп, белгі бойынша шыр айнала жүгіру. Үш қатар сапқа тұру. Биіктігі 15-20см заттардан екі аяқпен тура секіруді үйрету; гимнастикалық қабырға турлі тәсілдермен сатыны аттамай өрмелеуді қайталау.	1.Заттардан екі аяқпен тура секіру. 2.Гимнастикалық қабырға турлі тәсілдермен сатыны аттамай өрмелеу. Қимылдық ойын: «Біз көңілді баламыз».	Гимнастика- лық қабырға, кегльдер, атрибуттар

Қазан IV-апта.	Шенберге тұру; қол ұстасыпшенбер бойы жүруге, жүгіруге жаттықтыру; жүруді жүгірумен алмастыра жүру, Қолды түрлі қалыпта ұстап жүгіру (жоғары, алға, жан-жаққа созып, желкеде, белде)музыкаға сәйкес би элементтерін орындау. Орынынан ұзындыққа секіруды (80 см кем емес); 3-4м арақашықтан дорбашыны тік нысанаға иықтан асырып он, сол қолымен лақтыруды үйрету.	1.Орынынан ұзындыққа секіруды. 2. Арақашықтан дорбашыны тік нысанаға иықтан асырып он, сол қолымен лақтыру. Қимылдық ойын: «Лактыр»	Қысқа таяқшалар,доптар,атрибу ттар
	Бір қатар сапқа тқру; тізен сәл бүгіп жүру; қолды жан – жаққа созып арқан үстімен жүру; заттардын арасынан «жыланша» ирелендеп жүгіруге жаттықтыру. Етпетінен жатып, арқаға күм қапшықша қойып енбектеуды (арақашықтығы 5-6м) үйрету; 3-4м арақашықтан дорбашыны тік нысанаға иықтан асырып он, сол қолымен лақтыруды дамыту.	1.Арқаға күм қапшықша қойып енбектеу. 2. Арақашықтан дорбашыны тік нысанаға иықтан асырып он, сол қолымен лақтыру. Қимылдық ойын: «Қарағайлы ормандағы аюлар».	Гимнасти - калық қабырға,доп, пирамида
	Сапқа, тізбекке тұру, бастаушыға қарап түзелу, орында жұптасып тұру; музыкаға сәйкес өкшеден аяқтың қшына ауса, қысқа адым және кең адыммен шашырап жүгіру; жұп болып би элементтерін орындауға жаттықтыру. Етпетінен жатып, арқаға күм қапшықша қойып енбектеуды (арақашықтығы 5-6м); 3-4м арақашықтан дорбашыны тік нысанаға иықтан асырып он, сол қолымен лақтыруды қайталау.	1.Арқаға күм қапшықша қойып енбектеу. 2. Арақашықтан дорбашыны тік нысанаға иықтан асырып он, сол қолымен лақтыру. Қимылдық ойын: «Тегіс жолмен»	Доп, пирамида,кеглдер

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары мен мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс – әрекеттің перспективалық жоспары.

Білім беру ұйымы: ЖШС «Бақытты бала» бала-бақшасы

Ұйымдастырылған іс-әрекет: Дене шынықтыру.

Топ: Мектепалды даярлық «Құлыншақ»

Балалар жасы: 5-6 жас.

Жоспардың құрылу кезеңі: Қараша

Айы	Ұйымдастырылған іс әрекетінің міндеттері	Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулары. Қимыл ойын	Материалдар мен құралдар
Қараша I-апта	Екі шенберге тұру. Бір орында тұрып жан-жаққа секіре бұрылу. Баяу журу, теріс қарап алға қарай жүреді жүрумен алмастыру, педагогтің тапсырмасын орындай жүру. Бір-біріне қактығаспай,бірінің артынан бірі жұптасып, «жыланша» ирелендеп жүгіру.Гимнастикалық орындық үстінде аралары екі адымнан құм толтырған доптардан аттап жүруды; алға қарай бір аяқтан екінші аяққа аусып отырып секіруды (3-4м арақашықтық) үйрету.	1.Гимнастикалық орындық үстінде аралары екі адымнан құм толтырған доптардан аттап жүру. 2.Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа аусып отырып секіру. Қимылдық ойын: «Қарлығаш»	Шығыршыққұм қапшық, атрибут
	Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап, жүруге және жүгіруге үйрету. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Музыка ырғағына сәйкес және жеңіл жүгнруге жаттықтыру. Арқан баспалдақпен бір тәсілмен өрмелеуды үйрету; Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа аусып отырып секіруды дамыту (3-4м арақашықтық).	1. Арқан баспалдақпен бір тәсілмен өрмелеу. 2.Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа аусып отырып секіру. Қимылдық ойын: «Тапта үндеме».	Кегльи, доп, жіп, атрибут
	Бір- бірден бір қатар сапта тұру. Бірінші, екінші есептеу. Сапта аяқтың ұшымен бум, кедір – бұдыр (массаждық) жерлермен жүру; 10-15м жарыса жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын допты алдынан қолдан – қолға ауыстыра жүруды; допты қос қолмен жоғары лақтырып, қайта қағып алып, алға жүруды (арақашықтығы 4-5м) үйрету.Тепе-тендік және ептілік дағдыларын дамыту.	1.Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын допты алдынан қолдан – қолға ауыстыра жүру. 2. Допты қос қолмен жоғары лақтырып, қайта қағып алып, алға жүру. Қимылдық ойын: «Балапандар».	Доға, доп, кегльдер

Қараша II-апта	Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. Ойын ережелерін сақтауға үйрету. Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа аусып отырып секіруды (3-4м арақашықтық) дамыту; арқан баспалдақпен бір тәсілмен өрмелеуды үйрету.	1.Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа аусып отырып секіру. 2.Арқан баспалдақпен бір тәсілмен өрмелеу. Қимылдық ойын: «Тауықтар».	Шығыршық, доп, кегльдер
	Ұжым болып әрекет етуге, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Шапшаңдық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерді дамыту. Допты қос қолмен жоғары лақтырып, қайта қағып алып, алға жүруды (арақашықтығы 4-5м); гимнастикалық қабырғаның басына дейін өрмелеу, басқа аралыққа аусып төмен түсуды қайталау.	1.Допты қос қолмен жоғары лақтырып, қайта қағып алып, алға жүру. 2.Гимнастикалық қабырғаның басына дейін өрмелеу. Қимылдық ойын: «Мысық пен тышқан».	Тақтай, гимнастика-лық таяқтар, доға, атрибуттар
	Қол ұстасып шеңбер бойы жүру, жүгіру бір-бірден сапқа тұруға жаттықтыру. Белгісі бойынша бір орында тұрып оңға, солға бұрылу. Қысқа және кең адыммен «ізді» баса жүру; шашырап, заттардың арасымен жүру; жұптасып бағытты өзгерте жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен жеңіл жүгіру, орындықтың аяғында қолды алға созып отыру, тұру, белгіленген орынға секіріп түсуды; h-30см зат үстінен белгіленген орынға секіруді үйрету.	1.Гимнастикалық орындық үстімен жеңіл жүгіру, орындықтың аяғында қолды алға созып отыру, тұру, белгіленген орынға секіріп түсу. 2.Зат үстінен белгіленген орынға секіру. Қимылдық ойын: «Кім кетті?».	Шығыршықжіп, атрибут
Қараша III-апта	Салауатты өмір салтын ұстауды, дене сапаларын дамыту. Негізгі қасиеттерді- шапшаңдық, ептілікті дамыту. Гимнастикалық орындық үстінде етпетінен жатып, қолымен тартыла жылжуды үйрету; h-30см зат үстінен белгіленген орынға секіруді дамыту.	1.Гимнастикалық орындық үстінде етпетінен жатып, қолымен тартыла жылжу. 2.Зат үстінен белгіленген орынға секіру. Қимылдық ойын: «Кеглиге тиіп кетпей допты әкел».	Доп, шығыршық, атрибуттар
	Екі қатар сапқа тұру, бірінің артынан бірі аяқты жоғары көтере,аға соза жүру; шапшаң жылдамдықта шашырап, белгі бойынша тоқтай жүгіру; ұлтық би элементтерін орындау. Екі аяқпен алға жылжіп секіруды; 3м қашықтықта жүру: тізбек бойынша допты қос қолмен төменнен лақтырып, қолды шапалақтап, допты қағып алуды үйрету. Ептілікке, ұйымшылдыққа берілген жаттығуларды нақты орындауға дағдыландыру.	1.Екі аяқпен алға жылжіп секіру. 2.Допты қос қолмен төменнен лақтырып, қолды шапалақтап, допты қағып алу Қимылдық ойын: «Кішкене аттар».	Құм қапшық, кегльдер, атрибуттар
	Балаларды шапшаңдыққа, ептілікке, ұйымшылдыққа берілген жаттығуларды нақты орындауға дағдыландыру. Алақан бейнеленген суретті алақанмен басып, еңбектеп жүруді үйрету; екі аяқпен алға жылжіп секіруді дамыту.	1.Алақан бейнеленген суретті алақанмен басып, еңбектеп жүруді. 2. Екі аяқпен алға жылжіп секіру. Қимылдық ойын: «Сұр қоян жуынады».	Доға, доп, таяқша, гимнастика-лық таяк

Қараша IV-апта.	Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 3м қашықтықта жүру: тізбек бойынша допты қос қолмен төменнен лақтырып, қолды шапалақтап, допты қағып алуды; алақан бейнеленген суретті алақанмен басып, еңбектеп жүруді қайталау	1.Допты қос қолмен төменнен лақтырып, қолды шапалақтап, допты қағып алу 2. Алақан бейнеленген суретті алақанмен басып, еңбектеп жүру. Қимылдық ойын: «Қояндар мен қасқыр».	Шығыршық, доп
	Ирелендеп жіптің үстінде жүруді; бір орында тұрып жоғарға екі аяқ қосып секіруді үйрету. Жіптің үстімен жүргенде тепе-тендікті сақтауға, дене жаттығуларын үнемі жасауға дағдыландыру. Нұсқаушының берген бегісіне қарай жылдам әрекет етуге жаттықтыру.	1) Ирелендеп жіптің үстінде жүру. 2)Бір орында тұрып жоғарға екі аяқ қосып секіру. Қимыл- қозғалыс ойыны: «Мен спортсменмын»	Көзді байлайтын орамал, футбол добы, текшелер.
	Гимнастикалық орындық үстінде сүйеу қадамен жүруді; допты еденге ұрып оны екі қолмен қағып алуді бекіту. Бірігіп ойнауға тәрбилеу; белгі бойынша әрекет ету дағдасын бекіту.	1) Гимнастикалық орындық үстінде сүйеу қадамен жүру. 2) Допты еденге ұрып оны екі қолмен қағып алу. Қимыл- қозғалыс ойыны: «Тау шыңы».	Түрлі түсті орамалдар және құм толтырылған қапшықшалар, екі көлбеу қойылған тақтайлар, 3-5 үлкен шығыршық.

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары мен мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс – әрекеттің перспективалық жоспары.

Білім беру ұйымы: ЖШС «Бақытты бала» бала-бақшасы

Ұйымдастырылған іс-әрекет: Дене шынықтыру.

Топ: Мектепалды даярлық «Құлыншақ»

Балалар жасы: 5-6 жас.

Жоспардың құрылу кезеңі: Желтоқсан

Айы	Ұйымдастырылған іс әрекетінің міндеттері	Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулары. Қимыл ойын	Материалдар мен құралдар
Желтоқсан I-апта	Жүгіріп келіп жоғарға секіру қолмен затты тигізуді; допты еденге ұрып оны екі қолмен қағып алуды үйрету. Допты еденге ұрып оны екі қолмен қағып алу бірнеше рет қайталау. Қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамытуға ықпал ету; кеңістікте бағдарлану білігін қалыптастыру. Шапшаңдық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерді дамыту.	1) Жүгіріп келіп жоғарға секіру қолмен затты тигізу. 2) Допты еденге ұрып оны екі қолмен қағып алу. Қимыл- қозғалыс ойыны: «Пингвиндер»	Төрт шығыршық (диаметрі 50см), екі тақта (ені 20 см), балалардың санына қарай жалаушалардың саны.
	Енбектеп 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. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру.	1) Енбектеп жүру және заттың арасымен ирелендеп өту. 2) Допты еденге ұрып оны екі қолмен қағып алу. Қимыл- қозғалыс ойыны: «Арқан тартыс».	Бала санына қарай қапшықтар мен доптар.
	Екі қатар сапқа тұру, бір орында тұрып бұрылу, баяу жүру, педагогтің белгісі бойынша бағытты өзгерте алға, артқа, аяқты-аяққатайп қойып, бүйірмен жүру. Арқаға дорбаны іліп алып, гимнастикалық орындық үстінде жүгіруді; қолды жерге тигізбей (биіктігі 30-40см) жіптің астынан енбектеп өтуді үйрету.	1. Арқаға дорбаны іліп алып, гимнастикалық орындық үстінде жүгіру. 2. Жіптің астынан енбектеп өту. Қимылдық ойын: «Жұптасқан эстафета»	Гимнастика -лық орындық, шығыршық, атрибуттар

Желтоқсан II-апта	Тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту. Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. Қимыл- қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту. Заттар арқылы оң және сол бүйірмен және екі аяқпен алға қарай секіруді үйрету; қолды жерге тигізбей (биіктігі 30-40см) жіптің астынан еңбектеп өтуді дамыту.	1. Заттар арқылы оң және сол бүйірмен және екі аяқпен алға қарай секіру. 2. Жіптің астынан еңбектеп өту. Қимылдық ойын: «Бос орын»	Гимнастика- лық орындық, қар кесегі, атрибуттар
	Заттарды аттай, теріс қарап алға қарай жүру; қысқа және кең адыммен бастаушыны ауыстыра жүру, қол ұстасып шеңбер бойы шашырап жүгіруге; сапқа тұру, саптан екі шеңбер құруға жаттықтыру. Орындықтан секіріп түсу (биіктіктен секіру-20см) биіктіке секіруді; 3-4м қашықтығы нысанаға асықты (доп, дорбаша, тас) дәлдеп лақтыруды үйрету.	1. Орындықтан секіріп түсу. 2. Нысанаға асықты (доп, дорбаша, тас) дәлдеп лақтыру. Қимылдық ойын: «Түлкі тауық қорада»	Доға, қар кесегі, доп
	Балаларға ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3-4м қашықтығы нысанаға асықты (доп, дорбаша, тас) дәлдеп лақтыруды дамыту; жалаушаға дейін баспен итере еңбектеп жүруді үйрету.	1. Нысанаға асықты (доп, дорбаша, тас) дәлдеп лақтыру. 2. Жалаушаға дейін баспен итере еңбектеп жүру. Қимылдық ойын: «Арқан тарту»	Гимнастика -лық тактай, қапшық, доп, қар кесегі
Желтоқсан III-апта	Ұжым болып әрекет етуге, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Шапшаңдық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерді дамыту. Орындықтан секіріп түсу (биіктіктен секіру-20см) биіктіке секіруді; Жалаушаға дейін баспен итере еңбектеп жүруді дамыту.	1. Орындықтан секіріп түсу. 2. Жалаушаға дейін баспен итере еңбектеп жүру. Қимылдық ойын: «Күрес»	Жіп, себет, доп
	Екі қатар сапқа тұру, бір орында тұрып бұрылу, баяу жүру, педагогтің белгісі бойынша бағытты өзгерте алға, артқа, аяқты- аяққатайп қойып, бүйірмен жүру. Гимнастикалық орындық үстімен допты оң және сол жаққа жерге соға қос қолмен қағып ала жүруді; бір қолмен дорбашаны төменнен шығыршыққа лақтыруды үйрету. Қимыл үйлесімділігін дамыту.	1. Гимнастикалық орындық үстімен допты оң және сол жаққа жерге соға қос қолмен қағып ала жүру. 2. Бір қолмен дорбашаны төменнен шығыршыққа лақтыру. Қимылдық ойын: «Допты тордан өткізу»	Шана, шаңғы
	Тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту. Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. Қимыл- қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту. Бір қолмен дорбашаны төменнен шығыршыққа лақтыруды үйрету; қолды жерге тигізбей (50см) шығыршықтан тура және бүйірмен өтуді жаттықтыру.	1. Бір қолмен дорбашаны төменнен шығыршыққа лақтыру. 2. Шығыршықтан тура және бүйірмен өту. Қимылдық ойын: «Тауып ал үндеме»	Гимнастика -лық қабырға, кесек ағаш, атрибуттар

Желтоқсан IV-апта.	Кедір – бұдыр тақтай үстімен жүруды; 3-4м қашықтан дорбашаны тік нысанаға иықтан асырып, оң және сол қолмен лақтыруды үйрету. Қимыл үйлесімділігін дамыту. Балалардың жылдамдық қасиеттерін дамыту. Баланың спортқа қызығушылығын ояту.	1.Кедір – бұдыр тақтай үстімен жүру. 2. 3-4м қашықтан дорбашаны тік нысанаға иықтан асырып, оң және сол қолмен лақтыру.Қимылдық ойын: «Кегілилер»	Шығыршық, құм толтырылған дорбаша, таяқша, атрибуттар
	Бір тізбекпен жүру, белгі бойынша аяқтың ұшымен, өкшемен, белгі бойынша шыр айнала бұрылып жүру, заттардың арасынан шашырай, 2минутқа дейін жүгіруді жаттықтыру. Гимнастикалық орындықтан белгіленген орынға (30см) биіктіктен секіріп түсуді үйрету; 3-4м қашықтан дорбашаны тік нысанаға иықтан асырып, оң және сол қолмен лақтыруды дамыту.	1.Гимнастикалық орындықтан белгіленген орынға секіріп түсу. 2. 3-4м қашықтан дорбашаны тік нысанаға иықтан асырып, оң және сол қолмен лақтыру. Қимылдық ойын: «Фигура жаса»	Доп, кегльдер
	Бұрыштарда шыр айнала бұрылып жүру, тізбекпен келе жатып бір-бірденжан-жаққа тарауға; қолды жерге тигізбейшағыршықтан тура және бір-біден жан-жаққа тарауға; қолды жерге тигізбей шығыршықтан тура және бүйірмен өтуге жаттықтыру. Кедір – бұдыр тақтай үстімен жүруді; гимнастикалық орындықтан белгіленген орынға (30см) биіктіктен секіріп түсуді қайталау.	1.Кедір – бұдыр тақтай үстімен жүру. 2.Гимнастикалық орындықтан белгіленген орынға секіріп түсу. Қимылдық ойын: «Жұбынды тап!»	Шығыршық, кегльдер, доп

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары мен мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс – әрекеттің перспективалық жоспары.

Білім беру ұйымы: ЖШС «Бақытты бала» бала-бақшасы

Ұйымдастырылған іс-әрекет: Дене шынықтыру.

Топ: Мектепалды даярлық «Құлыншак»

Балалар жасы: 5-6 жас.

Жоспардың құрылу кезеңі: Қаңтар

Айы	Ұйымдастырылған іс әрекетінің міндеттері	Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулары. Қимыл ойын	Материалдар мен құралдар
Қаңтар І-апта	Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын қар кесегін артынан колдан қолға ауыстыра жүруді үйрету. Қатарынан қойылған (50см) 3-4 доғаның астымен еңбектеп өтуді бекіту.Тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимыл- қозғалыстардың үйлесімділігін қалыптастыру.	1.Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын қар кесегін артынан колдан қолға ауыстыра жүру. 2.Қатарынан қойылған доғаның астымен еңбектеп өту. Қимылдық ойын: «Жұптасқан эстафета»	Секіртпе, қапшық, қысқа таяқша
	Жүгіріп келіп ұзындыққа секіруді үйрету -100 см кем емес. Спортқа деген қызығушылығын ояту.Үйренген жаттығуларын орындай білу дағдысын дамыту.Қатарынан қойылған (50см) 3-4 доғаның астымен еңбектеп өту ді бекіту.Балаларды достық қарым- қатынас жасауға үйрету.	1.Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру. 2.Қатарынан қойылған доғаның астымен еңбектеп өту. Қимылдық ойын: «Кім жақсы секіреді»	Арқан, баспалдақ, қысқа таяқша
	Допты қос қол дап заттар арасымен алып жүруді үйрету, арақашықтығы 4м. Доғаның астымен төрт-тағандап допты басымен итеріп еңбектеуді үйрету. Тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимыл- қозғалыстардың үйлесімділігін қалыптастыру.	1.Допты қос қол дап заттар арасымен алып жүру.2.Доғаның астымен төрт-тағандап допты басымен итеріп еңбектеу. Қимылдық ойын: «Алысқа лақтыр»	Доп, секіртпе, гимнастика -лық орындық, атрибуттар

Қаңтар II-апта	Тура бағытта алға жылжіп секіруді жаттықтыру (6м қашықтық). Допты қос қол дап заттар арасымен алып жүруді бекіту, арақашықтығы 4м. Жай, бір аяқтан екінші аяққа кезектестіре секіре жүгіруді жаттықтыру. Балаларды достық қарым- қатынас жасауға үйрету.	1.Тура бағытта алға жылжіп секіру. 2.Допты қос қол дап заттар арасымен алып жүру. Қимылдық ойын: «Лақтырам, қағыпал!»	Гимнастика -лық орындық, доп, құрсау
	Доғаның астымен төрт-тағандап допты басымен итеріп енбектеуді бекіту. Тура бағытта алға жылжіп секіруді жаттықтыру (6м қашықтық). Тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимыл- қозғалыстардың үйлесімділігін қалыптастыру.	1.Доғаның астымен төрт-тағандап допты басымен итеріп енбектеу. 2.Тура бағытта алға жылжіп секіру. Қимылдық ойын: «Мысықпен торғайлар»	Құрсау, доп, атрибуттар
	Гимнастикалық орындық үстінде етпетінен жатып, ішпен тартылуді бекіту. Бір біріне қарамағарс тұрып допты лақтыруді үйрету (аралығы 2,5м). Тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту. Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. Қимыл- қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту. Ойын ережелерін білу және нақты орындауға дағдыландыру. Ұжым болып әрекет етуге, ұйымшылдыққа тәрбиелеу.	1.Гимнастикалық орындық үстінде етпетінен жатып, ішпен тартылу. 2.Бір біріне қарамағарс тұрып допты лақтыру. Қимылдық ойын: «Еденде қалма»	Арқан,қапшық атрибуттар
Қаңтар III-апта	Допты қос қолмен себетке лақтыруді үйрету;доптың ұшуына дұрыс траектория беру, қолдарын екпінді қимылмен жаза білуді бекіту;көзмөлшері мен ептілікті дамыту. Жүгіріп келіп биіктікке секіруді жаттықтыру (биіктігі 30-40см); аяқпен неғұрлым күшті серпіле секіруге бекіту. Дене түзілісінің дұрыс қалыптасуын қадағалау. Аяқ бұлшықеттерін дамыту, музыка ырғағына сәйкес табиғи, еркін қимыл жасауға талпындыру.	1.Допты қос қолмен себетке лақтыру. 2.Жүгіріп келіп биіктікке секіру. Қимылдық ойын: «Аңшылар мен қояндар»	Гимнастика -лық орындық, таяқшалар, доп
	Гимнастикалық орындықтың ұстымен қырымен, сүйеу қадамен жүруді үйрету; бір біріне қарамағарс тұрып допты лақтыруді жаттықтыру, саусақтарды еркін ұстап, алақанмен қағып алуын бекіту. Қол басының икемділігін дамыту.Спортқа деген қызығушылығын ояту.Үйренген жаттығуларын орындай білу дағдысын дамыту.Балаларды достық қарым- қатынас жасауға үйрету.	1.Гимнастикалық орындықтың ұстымен қырымен, сүйеу қадамен жүру. 2.Бір біріне қарамағарс тұрып допты лақтыру. Қимылдық ойын: «Жұптасқан эстафета»	Гимнастика -лық орындық, доптар

	Гимнастикалық қабырғаның басына дейін өрмелеу, басқа аралыққа аусып төмен түсуді үйрету. Иық бұлшықеттерін, қол басын дамыту. Бейнелі қимыл бере білу, тепе- теңдік сақтау, ептілік пен төзімділік қабілеттерін дамыту. Бір біріне қарамағарс тұрып допты ляқтыруді жаттықтыру, саусақтарды еркін ұстап, алақанмен қағып алуын бекіту. Қол басының икемділігін дамыту. Жүрудің түрлерін меңгерту. Өмірлік маңызы бар жүру дағдылары мен біліктерін дамыту. Қимыл- қозғалыс үйлесімдігін қалыптастыру.	1.Гимнастикалық қабырға-ның басына дейін өрмелеу. 2.Бір біріне қарамағарс тұрып допты ляқтыру. Қимылдық ойын: «Серсо»	Кегльдер, қапшық, атрибуттар
Қаңтар IV-апта.	Гимнастикалық орындықтың ұстымен қырымен, сүйеу қадамен жүруді; гимнастикалық қабырғаның басына дейін өрмелеу, басқа аралыққа аусып төмен түсуді бекіту. Балалардың жылдамдық қасиеттерін дамыту. Баланың спортқа қызығушылығын ояту.	1.Гимнастикалық орындықтың ұстымен қырымен, сүйеу қадамен жүру. 2.Гимнастикалық қабырға-ның басына дейін өрмелеу, басқа аралыққа аусып төмен түсу. Қимылдық ойын: «Жалаушаны асыра ляқтыр»	Таяқшалар, арқан, атрибуттар
	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.	1) Бөренеден еңбектеп өту. 2) Қос аяқтап алға жылжып секіру. Қимыл- қозғалыс ойыны: «Қоян бақшада»	Шаңғылар, қақпа, дабыл.
	2м қашықтан бір – біріне доп ляқтыруді бекіту; Бөренеден еңбектеп өтуді бекіту. Жүгіру мен жүру ауысуп тапсырманы орындауді жаттықтыру. Тізені жоғары көтеріп, таспаларды аттап жүру жаттықтыру. Негізгі қасиеттерді- шапшаңдық, ептілікті дамыту.	1) Қашықтан бір – біріне доп ляқтыру. 2) Бөренеден еңбектеп өту. Қимыл- қозғалыс ойыны: «Мәреге жету».	20жалауша, шығыршықтар

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары мен мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс – әрекеттің перспективалық жоспары.

Білім беру ұйымы: ЖШС «Бақытты бала» бала-бақшасы

Ұйымдастырылған іс-әрекет: Дене шынықтыру.

Топ: Мектепалды даярлық «Құлыншақ»

Балалар жасы: 5-6 жас.

Жоспардың құрылу кезеңі: Ақпан

Айы	Ұйымдастырылған іс әрекетінің міндеттері	Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулары. Қимыл ойын	Материалдар мен құралдар
Ақпан І-апта	Тапсырманы орындап бір қатармен тізені жоғары көтеріп жүруді жаттықтыру. Қарқынды өзгертіп, бір қатар тізбекпен жүгіру; оң және сол аяқпен секіруді жаттықтыру. Қапшықшаны басқа қойып бөрене үстімен жүріп, тепе- теңдікті сақтау үйрету. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіруді үйрету. Ойын ережелерін білу және нақты орындауға дағдыландыру. Негізгі қасиеттерді- шапшаңдық, ептілікті дамыту.	1) Қапшықшаны басқа қойып бөрене үстімен жүру. 2) Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру. Қимыл- қозғалыс ойыны: «Қарға мен мысық»	Ұзын сапты 5 жалау, шаңғылар.
	Бастан асып, екі қолмен допты алысқа лақтыруді үйрету; Кеглелердың арасымен иреленіп еңбектеп жүруді үйрету, балалардың біріне- бірі көңіл аударына, ынтымақтаста ойнауына көңіл бөлу. Тепе- теңдікті сақтау және бағдарлай білу біліктерін дамыту.	1) Бастан асып, екі қолмен допты алысқа лақтыру. 2) Кеглелердың арасымен иреленіп еңбектеп жүру. Қимыл- қозғалыс ойыны: «Қарлығаш».	Шаңғылар, 4 жалауша, қакпа.
	Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын қар кесегін артынан қолдан қолға ауыстыра жүруді бекіту. Екі ақты қосып текшелерден секіруді үйрету. Күш, ептілік, жылдамдық тәрізді қимыл сапаларын дамыту. Дене тұлғасының дұрыс қалыптасуына арналған гимнастикалық жаттығуларды жасап үйрету.	1.Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын қар кесегін артынан қолдан қолға ауыстыра жүру. 2.Екі ақты қосып текшелерден секіру. Қимылдық ойын: «Түрлі түсті көліктер»	Кеспек ағаш, доп, атрибуттар

Ақпан II-апта	Салауатты өмір салтын құруға баулу. Бірлікке баулу.Балалардың икемділігін дамыту. Допты қос қолмен себетке лақтыруді үйрету. Екі ақты қосып текшелерден секіруді бекіту. Ойын ережесін білу және ойын барысында өзін- өзі басқара білуге үйрету.	1.Допты қос қолмен себетке лақтыру. 2.Екі ақты қосып текшелерден секіру. Қимылдық ойын: «Допты сақинаға сал»	Жіп, доп, атрибуттар
	Енкейтілген тактай үстімен денені тузу ұстап жүгіруді үйрету. Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа аусып отырып секіруді үйрету. (3-4м арақашықтық) Тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимыл- қозғалыстардың үйлесімділігін қалыптастыру.	1.Енкейтілген тактай үстімен денені тузу ұстап жүгіру. 2.Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа аусып отырып секіру. Қимылдық ойын: «Ұшақтар»	Гимнастика -лық орындық, тенн шаригі, резеңке шарик, доп, шығыршық, арқан
	Допты бір бірі не қос қолымен басынан асырып лақтыруді үйрету. (арақашықтығы 1,5 -2м) Балалардың дене тәрбиесіне қызығушылығын дамыту, қозғалыс біліктіліктерін және дағдыларын қолдануға ынталандыру.Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа аусып отырып секіруді бекіту. (3-4м арақашықтық) Баланың денсаулығын қорғау және нығайту.	1.Допты бір бірі не қос қолымен басынан асырып лақтыру. 2.Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа аусып отырып секіру. Қимылдық ойын: «Аттар»	Гимнастика -лық орындық, құм дорбаша, матрас, арқан
Ақпан III-апта	Енкейтілген тактай үстімен денені тузу ұстап жүгіруді үйрету. Тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимыл-қозғалыстардың үйлесімділігін қалыптастыру. Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа аусып отырып секіруді бекіту. (3-4м арақашықтық) Денешынықтыруға деген қызығушылықтарын арттыру.	1.Енкейтілген тактай үстімен денені тузу ұстап жүгіру.2.Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа аусып отырып секіру. Қимылдық ойын: «Бұрыштар»	Гимнастика- лық қабырға, доп, Құрсау
	Арқан үстімен аяқты – аяққа тақап қойып: өкше арқан үстінде, аяқ ұшы еденде жүруді үйрету. Заттар арқылы оң және сол бүйірмен және екі аяқпен алға қарай секіруді үйрету. Балалардың денсаулығын қорғау және нығайту. – Салауатты өмір салтын ұстауды, дене сапаларын дамыту.	1.Арқан үстімен аяқты – аяққа тақап қойып: өкше арқан үстінде, аяқ ұшы еденде жүру. 2.Заттар арқылы оң және сол бүйірмен және екі аяқпен алға қарай секіру. Қимылдық ойын: «Акку қаздар»	Доға,құм, дорбаша, шығыршық
	Қолды шенбердің жоғарғы шетіне тигізбей оң және сол жақ бүйірмен шығыршық ішінен өтуді үйрету. (50см) Заттар арқылы оң және сол бүйірмен және екі аяқпен алға қарай секіруді бекіту. Оындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру.	1.Қолды шенбердің жоғарғы шетіне тигізбей оң және сол жақ бүйірмен шығыршық ішінен өту. 2.Заттар арқылы оң және сол бүйірмен және екі аяқпен алға қарай секіру. Қимылдық ойын: «Ұшқыштар»	Шана, қар, шелек, сәбіз, көмір

Ақпан IV-апта.	Допты қос қол доп заттар арасымен алып жүруді үйрету, арақашықтығы 4м. Доғаның астымен төрт-тағандап допты басымен итеріп еңбектеуді жаттықтыру. Балалардың дене тәрбиесіне қызығушылығын дамыту, қозғалыс біліктіліктерін және дағдыларын қолдануға ынталандыру.	1.Допты қос қол доп заттар арасымен алып жүру.2.Доғаның астымен төрт-тағандап допты басымен итеріп еңбектеу. Қимылдық ойын: «Шығыршықты дәлде»	Шаңғы, қар, шелек, сәбіз, көмір
	Арқан баспалдақпен түрлі тәсілдермен өрмелеуді үйрету. Допты қос қол доп заттар арасымен алып жүруді бекіту, арақашықтығы 4м. Мақсатқа жету үшін ойын барысында қалай әрекет ету керектігін түсіндіріп, шешім қабылдауға үйрету. Балалардың денсаулығын нығайту және негізгі қимыл түрлерін қалыптастыру мақсатына қол жеткізуге бағытталған.	1.Арқан баспалдақпен түрлі тәсілдермен өрмелеу. 2. Допты қос қол доп заттар арасымен алып жүру. Қимылдық ойын: «Күміс алу»	Құрсау, доп
	Жүгіріп келіп ұзындыққа секіруді үйрету -100 см кем емес ; Арқан баспалдақпен түрлі тәсілдермен өрмелеуді үйрету. Допты қос қол доп заттар арасымен алып жүруді бекіту, арақашықтығы 4м. Балалардың денсаулығын нығайту және негізгі қимыл түрлерін қалыптастыру мақсатына қол жеткізуге бағытталған.	1.Арқан баспалдақпен түрлі тәсілдермен өрмелеу. 2. Допты қос қол доп заттар арасымен алып жүру. Қимылдық ойын: «Допты тордан өткізу»	Қысқа секіртпе, матрас

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары мен мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс – әрекеттің перспективалық жоспары.

Білім беру ұйымы: ЖШС «Бақытты бала» бала-бақшасы

Ұйымдастырылған іс-әрекет: Дене шынықтыру.

Топ: Мектепалды даярлық «Құлыншақ»

Балалар жасы: 5-6 жас.

Жоспардың құрылу кезеңі: Наурыз

Айы	Ұйымдастырылған іс әрекетінің міндеттері	Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулары. Қимыл ойын	Материалдар мен құралдар
Наурыз I-апта	Басқа дорбаша қойып гимнастикалық орындық үстімен журуді үйрету; Гимнастикалық қабырғаның басына дейін сатыларды жібермей өрмелеу, келесі қабырғаға ауысу және төменге түсуді үйрету. Оындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру.	1. Басқа дорбаша қойып гимнастикалық орындық үстімен журу. 2. Гимнастикалық қабырғаның басына дейін сатыларды жібермей өрмелеу Қимылдық ойын: «Орамал»	Шығыршық, Матрас
	Ұзын секіртпеден қос аяқтап секіруді үйрету; Басқа дорбаша қойып гимнастикалық орындық үстімен журуді бекіту. Тепе- теңдікті сақтап жүруге үйрету. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Түрлі тәсілдермен жүргізуге үйрету; балалардың зейінін дамыту.	1. Ұзын секіртпеден қос аяқтап секіру. 2. Басқа дорбаша қойып гимнастикалық орындық үстімен журу. Қимылдық ойын: «Жасырулы тұрған не?»	Доға, жіптер, сакина
	Еңкейтілген тақтай үстімен денені тузу ұстап жүгіруді үйрету; Тепе- теңдікті сақтап жүгіруге үйрету. Шахмат тәрізді қойылған қоссырық (брусья) (арақашықтық 50см) арасымен қос аяқпен секіруге үйрету. Женіл секіруге жаттықтыру. Балалардың спортқа деген қызығушылықтарын арттыру.	1. Еңкейтілген тақтай үстімен денені тузу ұстап жүгіру. 2. Тепе- теңдікті сақтап жүгіру. Қимылдық ойын: «Лақтырып ұстап ал»	Шығыршық, жіп, 2 аттың басы

Наурыз II-апта	Тізерлеп тұрып, допты бір-біріне қос қолымен басынан асыра лақтыруді үйрету; Шахмат тәрізді қойылған қоссырық (брусья) (арақашықтық 50см) арасымен қос аяқпен секіруді бекіту. Максатқа жету үшін ойын барысында қалай әрекет ету керектігін түсіндіріп, шешім қабылдауға үйрету.	1.Тізерлеп тұрып, допты бір-біріне қос қолымен басынан асыра лақтыру. 2. Шахмат тәрізді қойылған қоссырық (брусья) арасымен қос аяқпен секіру. Қимылдық ойын: «Көкпар»	Доға,тақтай-ша 2 аттың басы
	Еңкейтілген тақтай үстімен денені тузу ұстап жүгіруді бекіту; Тепе- теңдікті сақтап жүгіруге үйрету. Тізерлеп тұрып, допты бір-біріне қос қолымен басынан асыра лақтыруді үйрету Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. Балалардың денсаулығын қорғау және нығайту. – Салауатты өмір салтын ұстауды, дене сапаларын дамыту.	1.Еңкейтілген тақтай үстімен денені тузу ұстап жүгіру.2.Тізерлеп тұрып, допты бір-біріне қос қолымен басынан асыра лақтыру. Қимылдық ойын: «Асықтар»	Дорбаша, доп, шығыршық
	Қос аяқтап, аяқтың оң бүйірімен, одан соң 180градуска бұрылып, сол бүйірімен секіруді үйрету. Шығыршықты домалату және оның ішінен өтуді үйрету. Тепе- теңдікті сақтап жүруге үйрету. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Түрлі тәсілдермен жүргізуге үйрету; балалардың зейінін дамыту.Ойындарды ойнау және жаттығуларды орындау барысында ұжымдық қимыл- әрекеттердің үйлесімділігін дамыту.	1.Қос аяқтап, аяқтың оң бүйірімен, одан соң бұрылып, сол бүйірімен секіру. 2.Шығыршықты домалату және оның ішінен өту. Қимылдық ойын: «Бәйге»	Доп, дорбаша, шығыршық
Наурыз III-апта	Қолды ауыстыра отырып гимнастикалық орындық үстімен допты домалатуді үйрету; Қолды жерге тигізбей шығыршықтан тура және бүйірмен өтуді үйрету. Тепе- теңдікті сақтап жүруге үйрету. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Түрлі тәсілдермен жүргізуге үйрету; балалардың зейінін дамыту.Ойындарды ойнау және жаттығуларды орындау барысында ұжымдық қимыл- әрекеттердің үйлесімділігін дамыту.	1.Қолды ауыстыра отырып гимнастикалық орындық үстімен допты домалату.2.Қолды жерге тигізбей шығыршықтан тура және бүйірмен өту. Қимылдық ойын: «Күміс алу»	Доп, доға, атрибуттар
	Балалардың денсаулығын қорғау және нығайту. Салауатты өмір салтын ұстауды, дене сапаларын дамыту. Шектеулі зат үстімен (тақтай үстімен) адымдап, аяқтың ұшымен жүруді үйрету. Гимнастикалық орындықтан белгіленген орынға (30см) биіктіктен секіріп түсуді үйрету. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту. Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту.	1.Шектеулі зат үстімен адымдап, аяқтың ұшымен жүру. 2. Гимнастикалық орындықтан белгіленген орынға секіріп түсу. Қимылдық ойын: «Айгөлек»	Кегли, доп, Гимнастикалық қабырға, атрибуттар

	Арқаға дорбаны іліп алып, гимнастикалық орындық үстімен еңбектеуді үйрету. Гимнастикалық орындықтан белгіленген орынға (30см) биіктіктен секіріп түсуді бекіту. Балалардың денсаулығын қорғау және нығайту. Салауатты өмір салтын ұстауды, дене сапаларын дамыту. Тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту. Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. Қимыл- қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту	1.Арқаға дорбаны іліп алып, гимнастикалық орындық үстімен еңбектеу. 2.Гимнастикалық орындықтан белгіленген орынға секіріп түсу. Қимылдық ойын: «Тақия тастамақ»	Құрсау, доп
Наурыз IV-апта.	Шектеулі зат үстімен (тақтай үстімен) адымдап, аяқтың ұшымен жүруді, арқаға дорбаны іліп алып, гимнастикалық орындық үстімен еңбектеуді бекіту. Балалардың денсаулығын қорғау және нығайту. Салауатты өмір салтын ұстауды, дене сапаларын дамыту. Тепе- теңдікті сақтау қабілетін дамыту. Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. Қимыл- қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту	1.Шектеулі зат үстімен адымдап, аяқтың ұшымен жүру. 2.Арқаға дорбаны іліп алып, гимнастикалық орындық үстімен еңбектеу. Қимылдық ойын: «Жалаушаға тез жет»	Құрсау, доп, арқан
	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.	1) Гимнастикалық ұзын орындықтың үстінен секіру. 2) Заттардың арасымен допты домалату. Қимыл- қозғалыс ойыны: «Жалаушаға жеткіз».	Бала санына қарай текшелер, 2 бағана және білте тақтайша (рейка), кішкентай шығыршық.
	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. Жұптасып жұмыс істеуге үйрету.	1) Іші толтырылған доптарды атта жүруді, заттардың арасымен допты домалату. 2) Заттардың арасымен допты домалату. Қимыл- қозғалыс ойыны: «Кім бірінші?».	Бала санына қарай доптар мен түрлі түсті орамалдар, 2-3 доға, гимнастикалық қабырға және мұнара.

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары мен мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс – әрекеттің перспективалық жоспары.

Білім беру ұйымы: ЖШС «Бақытты бала» бала-бақшасы

Ұйымдастырылған іс-әрекет: Дене шынықтыру.

Топ: Мектепалды даярлық «Құлыншақ»

Балалар жасы: 5-6 жас.

Жоспардың құрылу кезеңі: Сәуір

Айы	Ұйымдастырылған іс әрекетінің міндеттері	Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулары. Қимыл ойын	Материалдар мен құралдар
Сәуір I-апта	Жүру түрлері, жан-жаққа шыппрап жүру, бір-бірімен тізбекпен жүгіру, жан-жаққа шыппрап жүгіруді жаттықтыру. Шығыршықтан – шығыршыққа, секіруді үйрету; Жіптің үстінен асыра допты екі қолымен алысқа лақтыруді үйрету. Күш, ептілік, жылдамдық тәрізді қимыл сапаларын дамыту.	1) Шығыршықтан – шығыршыққа, секіру. 2) Жіптің үстінен асыра допты екі қолымен алысқа лақтыру. Қимыл- қозғалыс ойыны: «Маймылдар»	Шығыршықтар, доптар, гимнастикалық орын-дық, волейбол торы, текшелер.
	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. Жұптасып жұмыс істеуге үйрету.Қимыл- қозғалыс үйлесімдігін қалыптастыру.	1) Гимнастикалық ұзын орындықтың үстімен тапсырманы орындап жүру. 2) Көлбеу тақтай үстімен жоғары және төмен жүру. Қимыл- қозғалыс ойыны:«Кім жылдам гүлдерді жинайды».	Секіртпе, текшелер, гимнастикалық орын-дық, бөрене, төсеніштер.
	Тізені бүкпей, аяқты түзу, нық басып жүру, 320м-ге дейін қиылысқан жермен баяу жүгіруді жаттықтыру. Еңкейтілген тақтай үстімен қырынан (бір бүйірмен) жүруді, допты қос қолмен жоғары лақтырып, қайта қағып алып, алға жүруді (арақашықтығы 4-5м) үйрету. Тепе- теңдікті сақтап жүруге үйрету. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Түрлі тәсілдермен жүргізуге үйрету; балалардың зейінін дамыту	1.Еңкейтілген тақтай үстімен қырынан жүру. 2.Допты қос қолмен жоғары лақтырып, қайта қағып алып, алға жүру. Қимылдық ойын: «Кім жақсы секіреді?»	Тақтай, кегльдер, атрибуттар

Сәуір II-апта	Ұзын орындықтан еңбектеп өтуді жүрумен алмастыруді үйрету; допты қос қолмен жоғары лақтырып, қайта қағып алып, алға жүруді (арақашықтығы 4-5м) бекіту. Тепе- теңдікті сақтап жүруге үйрету. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Түрлі тәсілдермен жүргізуге үйрету; балалардың зейінін дамыту	1.Ұзын орындықтан еңбектеп өтуді жүрумен алмастыру. 2.Допты қос қолмен жоғары лақтырып, қайта қағып алып, алға жүру. Қимылдық ойын: «Жұптасқан эстафета»	Құрсау, тақтай атрибут
	Таяқшаны артта ұстап, қолтық астынан өткізіп, арқаға тақап, иықты тік ұстап жүру, 120-200м қашықтықты 2-3 рет жүрумен алмастыра жүгіруді жаттықтыру. Заттар арқылы оң және сол бүйірмен және екі аяқпен алға қарай секіру, гимнастикалық орындық үстінде етпетінен жатып, қолымен тартыла жылжуді үйрету. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру.	1.Заттар арқылы оң және сол бүйірмен және екі аяқпен алға қарай секіру.2.Гимнастикалық орындық үстінде етпетінен жатып, қолымен тартыла жылжу. Қимылдық ойын: «Доп»	Кегльдер, доп, атрибут
	Арқаннан бастан жоғары ұстап, ілініп тұруді үйрету; Заттар арқылы оң және сол бүйірмен және екі аяқпен алға қарай секіру бекіту. Тепе- теңдікті сақтап жүруге үйрету. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Түрлі тәсілдермен жүргізуге үйрету; балалардың зейінін дамыту	1.Арқаннан бастан жоғары ұстап, ілініп тұру. 2.Заттар арқылы оң және сол бүйірмен және екі аяқпен алға қарай секіру. Қимылдық ойын: «Сыныптар»	Доп, Гимнастикалық қабырға, атрибут
Сәуір III-апта	Гимнастикалық орындық үстінде етпетінен жатып, қолымен тартыла жылжуді, арқаннан бастан жоғары ұстап, ілініп тұруді бекіту. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. Балалардың денсаулығын қорғау және нығайту. – Салауатты өмір салтын ұстауды, дене сапаларын дамыту.Тепе – теңдікті сақтап жүруге жаттықтыру.	1.Гимнастикалық орындық үстінде етпетінен жатып, қолымен тартыла жылжу.2.Арқаннан бастан жоғары ұстап, ілініп тұру. Қимылдық ойын: «Таяқ тастау»	Гимнастикалық тақтай, қапшық атрибут
	Қолды желке тұсында ұстап жүру, 20-30мқашықтыққа жүгіруді жаттықтыру. Қысқа секіртпемен алға қарай (арақашықты 8м) қос аяқтап секіруді, допты қабырғаға ұрып, еденнен ыршыған допты қолмен қағып алуді үйрету (10 реттен кем емес) . Ойындарды ойнау және жаттығуларды орындау барысында ұжымдық қимыл- әрекеттердің үйлесімділігін дамыту.	1.Қысқа секіртпемен алға қарай қос аяқтап секіру.2.Допты қабырғаға ұрып, еденнен ыршыған допты қолмен қағып алу. Қимылдық ойын: «Гүлдер»	Доп, секіртпе, атрибут
	Арқаға дорбаны іліп алып, гимнастикалық орындық үстімен еңбектеуді үйрету; допты қабырғаға ұрып, еденнен ыршыған допты қолмен қағып алуді бекіту (10 реттен кем емес) . Тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Түрлі тәсілдермен жүргізуге үйрету; балалардың зейінін дамыту	1.Арқаға дорбаны іліп алып, гимнастикалық орындық үстімен еңбектеу. 2.Допты қабырғаға ұрып, еденнен ыршыған допты қолмен қағып алу. Қимылдық ойын: «Қасқыр мен қояндар»	Шығыршы, дорбаша, атрибут

Сәуір IV-апта.	Бағытты өзгерте заттардың арасымен жүру, ирелендеп жүгіру. Ұстау және жалтара отырып жүгіруді жаттықтыру. 3-4м қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыру, бір – бірінің қолдарынан ұстап жұптасып айналу үйрету. Тепе- теңдікті сақтап жүруге үйрету. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Түрлі тәсілдермен жүргізуге үйрету; балалардың зейінін дамыту.	1.3-4м қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыру.2.Бір – бірінің қолдарынан ұстап жұптасып айналу. Қимылдық ойын: «Тығылмақ»	Доға, доп, гимнастикалық таяқша, атрибут
	Еңкейтілген тақтай үстінен денені түзу ұстап жүруді үйрету. 3-4м қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыруді бекіту. Тепе- теңдікті сақтап жүруге үйрету. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Түрлі тәсілдермен жүргізуге үйрету; балалардың зейінін дамыту. Балалардың денсаулығын қорғау және нығайту. – Салауатты өмір салтын ұстауды, дене сапаларын дамыту.Тепе – теңдікті сақтап жүруге жаттықтыру.	1.Еңкейтілген тақтай үстінен денені түзу ұстап жүру. 2.3-4м қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыру.Қимылдық ойын: «Кім кетті?»	Доп, тор, доға, атрибут
	Бір – бірінің қолдарынан ұстап жұптасып айналу, еңкейтілген тақтай үстінен денені түзу ұстап жүруді бекіту. Тепе- теңдікті сақтап жүруге үйрету. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Түрлі тәсілдермен жүргізуге үйрету; балалардың зейінін дамыту. Балалардың денсаулығын қорғау және нығайту. Салауатты өмір салтын ұстауды, дене сапаларын дамыту.Тепе – теңдікті сақтап жүруге жаттықтыру.	1.Бір – бірінің қолдарынан ұстап жұптасып айналу.2.Еңкейтілген тақтай үстінен денені түзу ұстап жүру.Қимылдық ойын: «Алысқа лақтыр»	Гимнастикалық тақтай, секіртпе, атрибуттар

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары мен мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2022-2023 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс – әрекеттің перспективалық жоспары.

Білім беру ұйымы: ЖШС «Бақытты бала» бала-бақшасы

Топ: Мектепалды даярлық «Құлыншақ»

Балалар жасы: 5-6 жас.

Жоспардың құрылу кезеңі: Мамыр

Айы	Ұйымдастырылған іс әрекетінің міндеттері	Негізгі қимыл- қозғалыс жаттығулары. Қимыл ойын	Материалдар мен құралдар
Мамыр І-апта	Гимнастикалық орындықтың үстымен заттарды аттап жүру, Ұзындыққа, биіктіктен секіруді үйрету. Спортқа деген қызығушылықтарын арттыру. Көзбен мөлшерлей білуді дамыту. Мақсатқа жету үшін ойын барысында қалай әрекет ету керектігін түсіндіріп, шешім қабылдауға үйрету.	1.Гимнастикалық орындықтың үстымен заттарды аттап жүру.2.Ұзындыққа, биіктіктен секіру. Қимылдық ойын: «Өз жұбынды тап!»	Гимнастикалық тақтай, доп, кегілдер, қапшық, атрибуттар
	3-4м қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыруді үйрету; Гимнастикалық орындықтың үстымен заттарды аттап жүруді бекіту. Көзбен мөлшерлей білуді дамыту.Мақсатқа жету үшін ойын барысында қалай әрекет ету керектігін түсіндіріп, шешім қабылдауға үйрету. Спортқа деген қызығушылықтарын арттыру.	1. 3-4м қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыру.2.Гимнастикалық орындықтың үстымен заттарды аттап жүру. Қимылдық ойын: «Жұптасқан эстафета»	Кесек ағаш, доға, атрибуттар
	Қолды жерге тигізбей (биіктігі 30-40см) жіптің астынан енбектеп өтуді үйрету. Тепе- теңдікті сақтауді дамыту.Тізерлеп тұрып, допты бір-біріне қос қолымен басынан асыра лақтыруүйрету. Көзбен мөлшерлей білуді дамыту. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. Түрлі тәсілдермен жүргізуге үйрету; балалардың зейінін дамыту. Балалардың денсаулығын қорғау және нығайту. – Салауатты өмір салтын ұстауды, дене сапаларын дамыту.Тепе – теңдікті сақтап жүруге жаттықтыру.	1.Қолды жерге тигізбей жіптің астынан енбектеп өту 2.Тізерлеп тұрып, допты бір-біріне қос қолымен басынан асыра лақтыру. Қимылдық ойын: «Лақтырам, қағып ал!»	Доп, еңкейтілген тақтай

Мамыр II-апта	Бір қолмен дорбашаны төменнен шығыршыққа лақтыруді үйрету. Көзбен мөлшерлей білуді дамыту. Қолды жерге тигізбей (биіктігі 30-40см) жіптің астынан ембектеп өтуді бекіту. Тепе- теңдікті сақтауді дамыту. Түрлі тәсілдермен жүргізуге үйрету; балалардың зейінін дамыту. Балалардың денсаулығын қорғау және нығайту. – Салауатты өмір салтын ұстауды, дене сапаларын дамыту. Тепе – теңдікті сақтап жүруге жаттықтыру.	1.Бір қолмен дорбашаны төменнен шығыршыққа лақтыру. 2.Қолды жерге тигізбей жіптің астынан ембектеп өту.Қимылдық ойын: «Кім жақсы секіреді?»	Кегли, доп, жіп
	Қысқа ұзын секіртпеден секіруді үйрету. Тізерлеп тұрып, допты бір-біріне қос қолымен басынан асыра лақтыруді бекіту.Түрлі тәсілдермен жүргізуге үйрету; балалардың зейінін дамыту. Балалардың денсаулығын қорғау және нығайту. – Салауатты өмір салтын ұстауды, дене сапаларын дамыту. Тепе – теңдікті сақтап жүруге жаттықтыру.	1.Қысқа ұзын секіртпеден секіру. 2.Тізерлеп тұрып, допты бір-біріне қос қолымен басынан асыра лақтыру. Қимылдық ойын: «Жұбымен жүгіру»	Доп, жіп,
	«Қарылғаш» жаттығуын орындауді үйрету. Тепе- теңдікті сақтауді үйрету. Арқан баспалдақпен бір тәсілмен өрмелеуді үйрету. 20-30м арақашықтыққа орташа шапшаңдықпен 60-100м 120-200 метірге дейін тез жүру, самокат – он, сол аяқпен итеріле жүргізу, тапсырмаларды орындай «жыланша» ирелендеп зат тардың арасымен жүгіруді жаттықтыру.	1.Арқан баспалдақпен бір тәсілмен өрмелеу. 2.Арақашықтыққа орташа шапшаңдықпен самокат – он, сол аяқпен итеріле жүргізу.Қимылдық ойын: «Төмпешіктен- төмпешікке»	Доп, пирамида
Мамыр III-апта	Қолды жерге тигізбей (50см) шығыршықтан тура және бүйірмен өтуді бекіту; Допты екі тізенің ортасына қысып секіруді үйрету. Мақсатқа жету үшін ойын барысында қалай әрекет ету керектігін түсіндіріп, шешім қабылдауға үйрету. Би қимылдарын, элементтеріне сәйкес орындай жаттықтыру; Допты қос қолмен жоғары лақтырып, қайта қағып алып, алға жүруді үйрету (арақашықтығы 4-5м) Көзбен мөлшерлей білуді дамыту. Арқан баспалдақпен түрлі тәсілдермен өрмелеуді үйрету. Мақсатқа жету үшін ойын барысында қалай әрекет ету керектігін түсіндіріп, шешім қабылдауға үйрету. Арқан баспалдақпен түрлі тәсілдермен өрмелеуді бекіту. Негізгі қимыл түрлерін қалыптастыру мақсатында қол жеткізуге бағытталған. Допты қос қолмен жоғары лақтырып, қайта қағып алып, алға жүруді бекіту (арақашықтығы 4-5м) Көзбен мөлшерлей білуді дамыту	Қолды жерге тигізбей шығыршықтан тура және бүйірмен өту. 2.Допты екі тізенің ортасына қысып секіру. Қимылдық ойын: «Кім жылдам» 1.Допты қос қолмен жоғары лақтырып, қайта қағып алып, алға жүру. 2.Арқан баспалдақпен түрлі тәсілдермен өрмелеу. Қимылдық ойын: «Доп кімде?» 1.Арқан баспалдақпен түрлі тәсілдермен өрмелеу.2.Допты қос қолмен жоғары лақтырып, қайта қағып алып, алға жүру. Қимылдық ойын: «Жүйрік поезд»	Кесек ағаштар, жіп, доп Жіп, кесек ағаш Шығыршық, жіп, атрибут

Мамыр IV-апта.	Баланың денсаулығын қорғау және нығайту. Денешынықтыруға деген қызығушылықтарын арттыру. Шектеулі зат үстімен (бөрене) тепе-тендік сақтап жүруді үйрету. Арқан баспалдақпен түрлі тәсілдермен өрмелеуді бекіту. Негізгі қимыл түрлерін қалыптастыру мақсатында қол жеткізуге бағытталған.	1.Шектеулі зат үстімен (бөрене) тепе-тендік сақтап жүру. 2.Арқан баспалдақпен түрлі тәсілдермен өрмелеу. Қимылдық ойын: «Біз көңілді баламыз»	Секіртпе, жіп, атрибуттар
	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.	1) Құм салынған қапшықшаны лақтыру. 2) Құм салынған қапшықшаны арқаға көйіп еңбектеу. Қимыл- қозғалыс ойыны: «Өз жұбынды тап».	Қызыл және көк жалаушалар, шығыршықтар, жіп.
	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. Балалардың қозғалу дағдыларын дамыту.	1) Жіптің үстінен асыра допты алысқа лақтыру. 2) Құм салынған қапшықшаны лақтыру. 3) Құм салынған қапшықшаны арқаға көйіп еңбектеу. Қимыл- қозғалыс ойыны: «Кім заттарды тез жеткізеді».	Тақтайша, кегельдер