

Бекітілді
№10 «Құлыншак» бөбекжай- бақшасы
менгерушісі Р.Ү Бағытова
№1 педагогикалық кеңесте
08.09.2021 жыл



Денсаулық білім саласы
Дене шынықтыру оқу қызметі бойынша
2021-2022 оқу жылына ересектер топтарына арналған
жылдық перспективалық жоспар

Ересектер топтары үшін дене шынықтырудан ұйымдастырылған оқу қызметінің жылдық перспективалық жоспары

Қыркүйек							
№	Мазмұны (мақсаты)	Жүру, жүгіру	Жалпы жетілдіру жаттығулары	Негізгі қимыл-қозғалыс	Қимылды ойын	Қолдан-н құралдар	саны
І апта «Мен және менің тобым	Тақырыбы: «Міне, менің тобым осындай!» Мақсаты: Нұсқаушының белгісімен сапта жүрудің бағытын өзгертуді үйрету. Бағытты сақтап, педагогтің белгісі бойынша аялдап, саптізбекте жүруді үйрету. Шеңбер жасап сапқа тұра білуін бекіту. Ойын барысында бір-біріне деген достық қарым қатынасқа тәрбиелеу.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топ құру.	Б.қ қолды төмен түсіріп, түзу тұру; алақанды төмен қаратып, қолды алға созу алақаныңды көрсет, алақандарымыз тығылып қалды (қолды артқа апару) Б қ аяқ сәл алшақ қойылып, қол шынтақтан бұгулі. Алақандарымызбен бұлғау. Б қ қолды белге қойып, тік тұру. О: тізеден бүгілген оң және сол аяқты кезек кезек көтеру. Б қ қолды тұлға бойы созып ұстап, қырынан жату.	Шағын топпен жүгіреді; Қос аяқпен секіреді;	«Маған қарай жүгіріңдер»	Жалауша Кегли	1
	Тақырыбы: Тақырыбы: «Біз көңілді балалар» Мақсаты: Саптізбекте өзінің орнын таба білуге үйрету. Дене шынықтыру нұсқаушысының соңынан жүру, жүгіру. Нұсқаушының тапсырмасын тыңдай отырып, жүру, тоқтау дағдыларын бекіту. Шеңбер жасап сапқа тұра білуін бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б.қ қолды төмен түсіріп, түзу тұру; о: алақанды төмен қаратып, қолды алға созу алақаныңды көрсет, алақандарымыз тығылып қалды (қолды артқа апару) Б қ аяқ сәл алшақ қойылып, қол шынтақтан бұгулі. Алақандарымызбен бұлғау. Б қ қолды белге қойып, тік тұру. О: тізеден бүгілген оң және сол аяқты кезек кезек көтеру. Б қ қолды тұлға бойы созып ұстап, қырынан жату.	Тура жолмен жүру; Орында тұрып қос аяқпен секіру;	«Тыныштық»	Жалауша Кегли	1
	Тақырыбы: «көңілді бірге жүру» Мақсаты: Саптізбекте өзінің орнын таба білуге үйрету. Дене шынықтыру нұсқаушысының соңынан жүру, жүгіру. Нұсқаушының тапсырмасын тыңдай отырып, жүру, тоқтау дағдыларын бекіту. Шеңбер жасап сапқа тұра білуін бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б.қ қолды төмен түсіріп, түзу тұру; о: алақанды төмен қаратып, қолды алға созу алақаныңды көрсет, алақандарымыз тығылып қалды (қолды артқа апару) Б қ аяқ сәл алшақ қойылып, қол шынтақтан бұгулі. Алақандарымызбен бұлғау. Б қ қолды белге қойып, тік тұру. О: тізеден бүгілген оң және сол аяқты кезек кезек көтеру. Б қ қолды тұлға бойы созып ұстап, қырынан жату.	Тура жолмен жүру; Орында тұрып қос аяқпен секіру;	«Тыныштық»	Жалауша Кегли	1

II апта Мен және менің жақындарым	Тақырыбы: «Сыңарынды тап» Мақсаты: Балаларға әр адам өзінше бір тұлға екенін түсіндіру. Әр адамның құқығы болатыны жөнінде мағлұмат беру. Аяқтары бірге, бөлек қойып секіруді орындауға үйрету. Ырғақпен адымдап, педагогтің белгі беруі бойынша сапта жүру бағытын, ауыстыра білуді бекіту. Бір-бірімен соғылысып қалмай, түрлі бағытқа еңбектеуге жаттықтыру. Қю: «Өз сыңарынды тап»	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ аяқты еркін қалыпта ұстап, еденде отыру, сылдырмақ қолда. 1- сылдырмақпен қолды жоғары көтеру, оны сылдырлату, төмен түсіру. Б қ аяқты еркін қалыпта ұстап, еденде отыру, сылдырмақ қолда. 1- сылдырмақпен қолды созу, сылдырмақты сылдырлату, аяқтың жанына қою, б қ келу. Б қ сылдырмақпен қолды белге ұстап, тік тұру. Музыкаға сәйкес, ырғақты серіппелі қимыл жасау. Б қ аяқ сәл ашық, еңкейіп сылдырмақты еденге қою. Тік тұрып түзелу, алақанды жоғары қаратып қолды алға созып, «сылдырмақ жоқ» деу, отыру сылдырмақты алу тік тұрып түзелу сылдырмақты көрсету.	Ирелең жолмен жүру (ені 25см ұзындығы 2,5м); Қос аяқпен секіру (аяқ бірге, алшақ)	«Қияр»	Сылдырмақ тар.	1
	Тақырыбы: «Біз көңілді балалар» Мақсаты: Өкшесіне отырудың бастапқы қалпында бір-біріне доптың қозғалу бағытын сақтап, доп домалатуды үйрету. Тізесін сәл бүгіп, аяқтарын секірген күйде бірге және алшақ қоя білуді бекіту. Зал бойынша түрлі бағытта жүруге жаттығу. Заттарды сол және оң жақтан айналып өте білуін жетілдіру. Қю: «Біз көңілді балалар»	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ аяқты еркін қалыпта ұстап, еденде отыру, сылдырмақ қолда. 1- сылдырмақпен қолды жоғары көтеру, оны сылдырлату, төмен түсіру. Б қ аяқты еркін қалыпта ұстап, еденде отыру, сылдырмақ қолда. 1- сылдырмақпен қолды созу, сылдырмақты сылдырлату, аяқтың жанына қою, б қ келу. Б қ аяқ сәл ашық, еңкейіп сылдырмақты еденге қою. Тік тұрып түзелу, алақанды жоғары қаратып қолды алға созып, «сылдырмақ жоқ» деу, отыру сылдырмақты алу тік тұрып түзелу сылдырмақты көрсету.	Қос аяқпен секіру; Бір біріне доп домалату	«Тышқандар»	Сылдырмақ тар Доп	1
	Тақырыбы: «Біз мықтымыз» Мақсаты: Ырғақпен адымдап, педагогтің белгі беруі бойынша сапта жүру бағытын, ауыстыра білуді бекіту. Бір-бірімен соғылысып қалмай, түрлі бағытқа еңбектеуге жаттықтыру. Зал бойынша түрлі бағытта жүруге жаттығу. Заттарды сол және оң жақтан айналып өте білуін жетілдіру. Қю: «Алыптар мен құтандар»	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ аяқты еркін қалыпта ұстап, еденде отыру, сылдырмақ қолда. 1- сылдырмақпен қолды жоғары көтеру, оны сылдырлату, төмен түсіру. Б қ аяқты еркін қалыпта ұстап, еденде отыру, сылдырмақ қолда. 1- сылдырмақпен қолды созу, сылдырмақты сылдырлату, аяқтың жанына қою, б қ келу. Б қ сылдырмақпен қолды белге ұстап, тік тұру. Музыкаға сәйкес, ырғақты серіппелі қимыл жасау.	Қос аяқпен секіру; Бір біріне доп домалату	«Тышқандар»	Сылдырмақ тар Доп	1

ІІІ – ші апта	Отбасылық дәстүр	Тақырыбы: «Біз тату отбасымыз» Мақсаты: Балаларға отбасы туралы тереңірек түсінік беру. Қимылының бағытын сақтап, 6 метр арақашықтықта төрттағандап еңбектеуге үйрену. Бір-біріне доп домалату, арақашықтыққа сәйкес доптың итерілу күшін дамыта білуін бекіту. Қ\о: «Татулы жарыстар»	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ еденде отырып, аяқ пен қол еркін қалыпта, доп қолда. Доппен қолды жоғары көтеру, түсіру, жоғары төмен деп қайталау. Б қ еденде отырып, аяқ алшақ, доп қолда. Доппен қолды алға созу, алға еңкейіп допты аяқтың жанына қою. Бастапқы қалыпқа оралу. Қолды алға созу, еңкейіп допты созу, еңкейіп допты алу, б қ оралу. Б қ түзу тұру, доп еденде қол белде. Музыкаға сәйкес ырғақты серіппелі қимыл жасау. Б қ аяғы сәл алшақ, доп еденде, жартылай отыра допты сипау, тұрып түзелу.	Тура жолмен жүру және жүгіру (ені 25см ұзындығы 2,5м); Бір біріне доп домалату;	«Аттар»	Доптар	1
		Тақырыбы: «Әкем, шешем және мен» Мақсаты: Балалардың отбасылық дәстүрлер туралы түсініктерін молайту. Тура салыған жіп бойымен тепе-теңдікті сақтап жүруді үйрету. Қолмен аяққы сүйеніп төрттағандап еңбектеуде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіре білуін бекіту. Аяғын бірге, аяғын алшақ қойып ырғақты секіріп, басынана асыра қол шапалақтауды орындауға жаттықтыру. Қ\о: «Біз көңілді боламыз»	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ еденде отырып, аяқ пен қол еркін қалыпта, доп қолда. Доппен қолды жоғары көтеру, түсіру, жоғары төмен деп қайталау. Б қ еденде отырып, аяқ алшақ, доп қолда. Доппен қолды алға созу, алға еңкейіп допты аяқтың жанына қою. Бастапқы қалыпқа оралу. Қолды алға созу, еңкейіп допты созу, еңкейіп допты алу, б қ оралу. Б қ түзу тұру, доп еденде қол белде. Музыкаға сәйкес ырғақты серіппелі қимыл жасау. Б қ аяғы сәл алшақ, доп еденде, жартылай отыра допты сипау, тұрып түзелу.	Бір біріне түргеп тұрып дом домалату арақашықтығы екі метр.	«Не істеледі?»	Доптар	1
		Тақырыбы: «Мен ата -анамды сыйлаймын» Мақсаты: Балаларды отбасы мүшелерін сыйлауға, құрметтеуге баулу. Бір-біріне доп домалату, арақашықтыққа сәйкес доптың итерілу күшін дамыта білуін бекіту. Аяғын бірге, аяғын алшақ қойып ырғақты секіріп, басынана асыра қол шапалақтауды орындауға жаттықтыру. Қ\о: «Ұя»	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ еденде отырып, аяқ пен қол еркін қалыпта, доп қолда. Доппен қолды жоғары көтеру, түсіру, жоғары төмен деп қайталау. Б қ еденде отырып, аяқ алшақ, доп қолда. Доппен қолды алға созу, алға еңкейіп допты аяқтың жанына қою. Бастапқы қалыпқа оралу. Қолды алға созу, еңкейіп допты созу, еңкейіп допты алу, б қ оралу. Б қ түзу тұру, доп еденде қол белде. Музыкаға сәйкес ырғақты серіппелі қимыл жасау. Б қ аяғы сәл алшақ, доп еденде, жартылай отыра допты сипау, тұрып түзелу.	Бір біріне түргеп тұрып дом домалату арақашықтығы екі метр.	«Не істеледі?»	Доптар	1

IV – ші апта	Үлкендердің еңбегі	Тақырыбы: «Біздің қолымыздан келеді» Мақсаты: Үлкендер еңбегі туралы балаларға тереңірек түсіндіру. Қимыл бағытын сақтап, саптізбекте бір-бірден жүгіруді үйрету. Жіп бойымен жүруде басын дұрыс қоюды сақтай білуді бекіту. Еркін бағытта доп домалатуға жаттықтыру. Қю: «Сыйлықтар»	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ аяғы сәл алшақ, қолдағы шаршыларын дене бойымен төмен түсіру. Шаршыларды алға созып, басты түсірмей, арқаны түзу ұстау. Б қ аяқ иық деңгейінде, қол шаршылармен белде. Алға еңкею, шаршыларды тізеге дем шығару. Б қ отыру, аяқ алшақ, қол шаршылармен артта тіреулі, бас сәл көтеріңкі. Алға еңкею, шаршыларды еденге тигізу, түзелу. Б қ отыру, аяқ сәл алшақ, қол бүйірде тіреулі, бас сәл көтеріңкі. Алға еңкею, шаршыларды еденге тигізу, түзелу	Тура жолмен жүру және жүгіру (ені 25см ұзындығы 2,5м); Жоғары ілулі затқа секіріп қол тигізу	«Өз үйінді тап»	Ойыншық тар, кубиктер	1
		Тақырыбы: «Біздің үйдің көмекшілері» Мақсаты: Балаларды үлкендердің еңбегін бағалауға үйрету. Бір аяғын алдыға, екіншісін артқа қойып секіруді орындауға үйрету .Саптізбектен шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіре білуді бекіту. Қимылдың бағытын сақтап, төртағандап еңбектеуге жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын то	Б қ аяғы сәл алшақ, қолдағы шаршыларын дене бойымен төмен түсіру. Шаршыларды алға созып, басты түсірмей, арқаны түзу ұстау. Б қ аяқ иық деңгейінде, қол шаршылармен белде. Алға еңкею, шаршыларды тізеге дем шығару. Б қ отыру, аяқ алшақ, қол шаршылармен артта тіреулі, бас сәл көтеріңкі. Алға еңкею, шаршыларды еденге тигізу, түзелу. Б қ отыру, аяқ сәл алшақ, қол бүйірде тіреулі, бас сәл көтеріңкі. Алға еңкею, шаршыларды еденге тигізу, түзелу	Бір – біріне допты домалату. Жоғары ілулі затқа секіріп өол тигізу	«Аққоян»	Ойыншық тар, кубиктер	1
		Тақырыбы: «Біз мықтымыз» Мақсаты: Үлкендердің еңбегі туралы балалардың түсініктерін молайту. Еркін бағытта доп домалатуға жаттықтыру. Саптізбектен шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіре білуді бекіту. Қимылдың бағытын сақтап, төртағандап еңбектеуге жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын то	Б қ аяғы сәл алшақ, қолдағы шаршыларын дене бойымен төмен түсіру. Шаршыларды алға созып, басты түсірмей, арқаны түзу ұстау. Б қ аяқ иық деңгейінде, қол шаршылармен белде. Алға еңкею, шаршыларды тізеге дем шығару. Б қ отыру, аяқ алшақ, қол шаршылармен артта тіреулі, бас сәл көтеріңкі. Алға еңкею, шаршыларды еденге тигізу, түзелу. Б қ отыру, аяқ сәл алшақ, қол бүйірде тіреулі, бас сәл көтеріңкі. Алға еңкею, шаршыларды еденге тигізу, түзелу	Бір – біріне допты домалату. Жоғары ілулі затқа секіріп өол тигізу	«Аққоян»	Ойыншық тар, кубиктер	1

Қазан айы							
№	Мазмұны (мақсаты)	Жүру, жүгіру	Жалпы жетілдіру жаттығулары	Негізгі қимыл-қозғалыс	Қимылды ойын	Қолданатын құралдар	
І – ші апта Дала,бөлме гүлдері	Тақырыбы: «Гүлдің жапырағын жинау» Мақсаты: Балаларға өсімдіктер әлемі туралы тереңірек түсінік беру. Допты екпінмен итеру және доп қимылының бағытын сақтауды үйрету. Екі сызық бойымен жүруде қалыпты тепе-теңдікті сақтауға жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау.	Б қ аяқ алшақ қол белде. Алға еңкейіп, аяқтың арасында алақан шапалақтап, тік тұрып түзелу, қолды жоғары көтеріп жоғары қарау. Б қ өкшемен отыру, қол белде. Тізеге тұрып, жоғары созылып, қалыпқа оралу. Б қ аяқты бүгіп, шалқадан жату, аяқтарды бүгіп, созу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен сегіз он рет секіру, адым жасау	Тоқтап және тапсырманы орындай жүгіру; Қос аяқпен секіру (аяқ бірге, алшақ)	«Мысық пен тышқан»	атрибуттар	1
	Тақырыбы: «Сарғыш тартып жапырақ» Мақсаты: Шынығудың пайдасы жөнінде айта отырып,шынығу жаттығуларын жасату. Арқаның астынан оған басын тигізіп алмай төрт тағандап еңбектеу. Допты екпінмен итеруді және доптың қозғалу бағытын сақтауды,көзбен өлшей білуін дамытуды бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ аяқ алшақ қол белде. Алға еңкейіп, аяқтың арасында алақан шапалақтап, тік тұрып түзелу, қолды жоғары көтеріп жоғары қарау. Б қ өкшемен отыру, қол белде. Тізеге тұрып, жоғары созылып, қалыпқа оралу. Б қ аяқты бүгіп, шалқадан жату, аяқтарды бүгіп, созу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен сегіз он рет секіру, адым жасау.	Қос аяқпен секіру (аяқ бірге, алшақ); Тура бағытта төрттағандап еңбектеу алты метр қашықтықта	«Тышқандар демалып жатыр»	атрибуттар	1
	Тақырыбы: «Гүлдерге саяхат жасау» Мақсаты: Балалардың өсімдіктер әлемі туралы түсініктерін молайту..Екі сызық бойымен жүруде қалыпты тепе-теңдікті сақтауға жаттықтыру. Допты екпінмен итеруді және доптың қозғалу бағытын сақтауды,көзбен өлшей білуін дамытуды бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ аяқ алшақ қол белде. Алға еңкейіп, аяқтың арасында алақан шапалақтап, тік тұрып түзелу, қолды жоғары көтеріп жоғары қарау. Б қ өкшемен отыру, қол белде. Тізеге тұрып, жоғары созылып, қалыпқа оралу. Б қ аяқты бүгіп, шалқадан жату, аяқтарды бүгіп, созу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен сегіз он рет секіру, адым жасау.	Қос аяқпен секіру (аяқ бірге, алшақ); Тура бағытта төрттағандап еңбектеу алты метр қашықтықта	«Тышқандар демалып жатыр»	атрибуттар	1

II – ші апта Аулада нелер өседі?	Тақырыбы: «Бақшаға саяхат» Мақсаты: Күз мезгілі жөнінде мағлұмат бере отырып, аулада не өсетінің түсіндіру. Шеңбер түрінде салынған арқан бойымен тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. Арқанның астынан өтуде арқаға тиіп кетпеуін бекіту. Төрт тағандап еңбектеуде қол мен аяқ жұмысының координациясын дамыту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ аяқ сәл ашық, қол белде. Тізені бүкпей алға төмен еңкею, б қ оралу. Б қ аяқты алшақ қойып, тік тұзу тұру, қол артта. Б қ аяқты созып, қолды дене түзелісі бойымен ұстап, шалқадан жату. Б қ аяқ қолдарымен еркін қимыл жасау, белгі бойынша б қ оралу. Музыкаға сәйкес еркін қимыл қозғалыс. Шағын топпен тура бағытта жүру.	Қос аяқтап алға жылжи секіру (арақашықтығы 2м) Допты қақпа арқылы домалату (ені 60 см) 1 м арақашықтықтан.	Қло: «Көбелектер мен бақалар»	Доп Шар	1
	Тақырыбы: «Ауладағы гүлдерді жинау» Мақсаты: Күз мегілінде егіннің бәрі пісетіні жөнінде әңгімелу. Ойынға белсенділікпен қатысуларын дамыту. Саптізбекте қатарды сақтап, өзінің әрекетін басқалардың әрекетімен үйлестіре отырып, ырғақты жүру және жүгіруді үйрету. Жіп бойымен жүруде нық тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту. Допты бір-біріне домалатуға, көзбен өлшей білуді дамытуға жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ аяқ сәл ашық, қол белде. Тізені бүкпей алға төмен еңкею, б қ оралу. Б қ аяқты алшақ қойып, тік тұзу тұру, қол артта. Б қ аяқты созып, қолды дене түзелісі бойымен ұстап, шалқадан жату. Б қ аяқ қолдарымен еркін қимыл жасау, белгі бойынша б қ оралу. Музыкаға сәйкес еркін қимыл қозғалыс. Шағын топпен тура бағытта жүру.	Допты қақпа арқылы домалату (ені 60 см) 1 м арақашықтықтан; Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта төрттағандап еңбектеу (4 м қашықтықт)	Қло: «Егінді жина»	Доп Шар	1
	Тақырыбы: «Көкөністер мен жемістер» Мақсаты: Төрт тағандап еңбектеуде қол мен аяқ жұмысының координациясын дамыту. Допты бір-біріне домалатуға, көзбен өлшей білуді дамытуға жаттықтыру. Қло: «Көңілді жарыстар»	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ аяқ сәл ашық, қол белде. Тізені бүкпей алға төмен еңкею, б қ оралу. Б қ аяқты алшақ қойып, тік тұзу тұру, қол артта. Б қ аяқты созып, қолды дене түзелісі бойымен ұстап, шалқадан жату. Б қ аяқ қолдарымен еркін қимыл жасау, белгі бойынша б қ оралу. Музыкаға сәйкес еркін қимыл қозғалыс. Шағын топпен тура бағытта жүру.	Допты қақпа арқылы домалату (ені 60 см) 1 м арақашықтықтан; Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта төрттағандап еңбектеу (4 м қашықтықт)	Қло: «Көңілді жарыстар»	Доп Шар	1

III – ші апта	Аяғы бар қалпақтар	Так:«Саңырау құлақтар» Мақсаты:Балалардың өсімдіктер әлемі туралы түсініктерін молайту. Тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. Ептілік, күштілік қасиеттерін дамыту. Екінші жаққа бұрылу үшін жеткілікті түрде жоғары секіруді үйрету. Саптізбекте бірдей жүріс қарқынын сақтап,жүрумен жүгіруді кезектестіре білуді бекіту. 3 доғаның астынан біртіндеп төрт тағандап еңбектеуге жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ жалаушамен қолды алға созу, жалаушамен тарсылдату, қолды төмен түсіру. Б қ түзу, тұру, қол төмен. Қолды жоғары көтеру, жалаушаға қарау. Б қ түзу тұру, қол төменде. Сәл отырып, жалаушаның сабымен еденді тарсылдату, тік түзу тұрып түзелу.	Тоқтап және тапсырманы орындай жүгіру, орындық үстінде тепе теңдік сақтап тұру.Қойылған зат тардың арасы мен ирелендеп еңбектеу, қойылған заттардың ені 50 см), 1,5 м қашықтық.	«Тиінге бүршік, жаңғақ, саңырауқұл ақ бер»	Гим – қ орындық текшелер	1
		Тақырыбы: «Орманға саяхат» Мақсаты: Балалардың өсімдіктер әлемі туралы түсініктерін молайту. Заттардың арасында допты домалату бағытын ауыстыруға үйрету.Өзінің айналасына солға оңға бұрылуды орындауда бір мезгілде қос аяқпен итеріле білуін бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ жалаушамен қолды алға созу, жалаушамен тарсылдату, қолды төмен түсіру. Б қ түзу, тұру, қол төмен. Қолды жоғары көтеру, жалаушаға қарау. Б қ түзу тұру, қол төменде. Сәл отырып, жалаушаның сабымен еденді тарсылдату, тік түзу тұрып түзелу.	Допты қақпа арқылы домалату (ені 50 см) 1,5 м арақашықтықтан;	«Кім тыныш өтеді?» Қло: «Кептерді қуып жет»	Текшелер Доп	1
		Тақырыбы: «Орманда қыдырамыз» Мақсаты: Саптізбекте бірдей жүріс қарқынын сақтап, жүрумен жүгіруді кезектестіре білуді бекіту. 3 доғаның астынан біртіндеп төрт тағандап еңбектеуге жаттықтыру. Өзінің айналасына солға оңға бұрылуды орындауда бір мезгілде қос аяқпен итеріле білуін бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ жалаушамен қолды алға созу, жалаушамен тарсылдату, қолды төмен түсіру. Б қ түзу, тұру, қол төмен. Қолды жоғары көтеру, жалаушаға қарау. Б қ түзу тұру, қол төменде. Сәл отырып, жалаушаның сабымен еденді тарсылдату, тік түзу тұрып түзелу.	Қойылған заттардың арасымен ирелендеп еңбектеу , (қойылған заттардың ені 50 см), 1,5м қашықтық. Допты қақпа арқылы домалату (ені 50 см) 1,5 м арақашықтықтан;	«Кім тыныш өтеді?» Қло: «Шортан мен шабақтар»	Текшелер Доп	1

	Тақырыбы: «Күз келді» Мақсаты: Балаларға күз туралы тереңірек түсінік беру. Ойын барысында ынтымақтас тыққа баулу. Көтерілген заттың оның астынан еңбектеп өтуде биіктігін есепке ала отырып алақанмен тізеге сүйеніп, төрт тағандап еңбектеуге үйретуді жалғастыру. Допты саусақпен жеңіл итеріп және допты заттардың арасынан домалатуда бағытын өзгерте білуін бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ қолды шетке созу арқылы жоғары көтеру саңырауқұлақтарға қарау. Б қ тізені сәл бүгіп, серіліп, саңырауқұлақтармен қолды артқа алға сермеу. Б қ қолды шетке созып, етпетімен жату. Басты оңға, солға бұру.	Заттардың арасынан ирелеңдеп жүру; Тоқтап және тапсырманы орындай жүгіру, текшенің үстінде тепе теңдік сақтап тұру; Қос аяқтап алға жылжисекіру(тиінге дейінгі арақашықтық 3м)	Қ\о: «Көбелектер мен бақалар»	Кегли Текше	1
	Тақырыбы: «Күзгі орманға саяхат» Мақсаты: Басына құм қапқойып, тепе-теңдікті сақтай отырып, орманға саяхат жасу, жіптің бойымен жүру. Еңбектеуде, таяқтың астынан өткенде оған тигізбей қол мен аяқтың жұмысын үйлестіре білуді бекіту. Оңға және солға бұрылып екпінмен секіруге жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ қолды шетке созу арқылы жоғары көтеру саңырауқұлақтарға қарау. Б қ тізені сәл бүгіп, серіліп, саңырауқұлақтармен қолды артқа алға сермеу. Б қ қолды шетке созып, етпетімен жату. Басты оңға, солға бұру.	Қос аяқпен алға жылжи секіру Қойылған заттардың арасынан ирелеңдеп еңбектеу	Қ\о: «Ұшты – ұшты»	Кегли	1
	Тақырыбы: «Егінді жинаймыз» Мақсаты: Балаларға күз мезгілінің ерекшеліктері туралы түсінік беру. Балалардың ептілік, күштіліктерін дамыту. Допты саусақпен жеңіл итеріп және допты заттардың арасынан домалатуда бағытын өзгерте білуін бекіту. Еңбектеуде, таяқтың астынан өткенде оған тигізбей қол мен аяқтың жұмысын үйлестіре білуді бекіту. Оңға және солға ыру. бұрылып екпінмен секіруге жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ қолды шетке созу арқылы жоғары көтеру саңырауқұлақтарға қарау. Б қ тізені сәл бүгіп, серіліп, саңырауқұлақтармен қолды артқа алға сермеу. Б қ қолды шетке созып, етпетімен жату. Басты оңға, солға бұру.	Қос аяқпен алға жылжи секіру Қойылған заттардың арасынан ирелеңдеп еңбектеу	Саңырауқұлақтарды жинаймыз»	Кегли	1

Қараша айы							
№	Мазмұны (мақсаты)	Жүру, жүгіру	Жалпы жетілдіру жаттығулары	Негізгі қимыл-қозғалыс	Қимылды ойын	Қолданатын құралдар	
I апта Ферма	Тақырыбы: «Құс фермасына саяхат» Мақсаты: Балаларға табиғат әлемі туралы түсінік беру арқылы құс фермасына саяхат жасау. Түрлі қимылдарды түрлі қарқында музыкалық сүймелдеу: Ырғақты жүру, жеңіл жүгірумен орындауға үйрету. Басына қап қойып, бастың дұрыс қалпын сақтап, жіп бойымен жүре білуді бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ аяқ алшақ, қол төмен. Алға еңкею, қолды артқа апарып қаз балапандарының қимылын, дыбысын шығару. Басты көтере ұстау. Б қ қолды артта ұстап, тізерлеп тұру. Сәл алға еңкейіп, басты бәсең төмен түсіру, жоғары көтеру, басты жай артқа қарай шалқайту, б қ оралу. Б қ аяқ алшақ, қол төмен. Қолды кезек артқа алға сермеу. Еркін тыныс алу.	Заттардың арасымен бытырап жүгіру; Бір орында тұрып қос аяқпен секіреді доптар.	«Дауысынан таны» Қо: ««Маймылдар»»	Кегли Доптар	1
	Тақырыбы: «Үй жануарлар фирмасы» Мақсаты: Тепе-теңдікті сақтау және бағдарлай білу біліктерін дамыту. Екі параллель сызықтың арасындағы жолмен қолдарын еркін жағдайда ұстап кеңдеу адыммен адымдауды үйрету, қолдарын еркін ұстап алдыға және артқа жеңіл жүгіре білуді бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ аяқ алшақ, қол төмен. Алға еңкею, қолды артқа апарып қаз балапандарының қимылын, дыбысын шығару. Басты көтере ұстау. Б қ қолды артта ұстап, тізерлеп тұру. Сәл алға еңкейіп, басты бәсең төмен түсіру, жоғары көтеру, басты жай артқа қарай шалқайту, б қ оралу. Б қ аяқ алшақ, қол төмен. Қолды кезек артқа алға сермеу. Еркін тыныс алу.	Бір орында тұрып қос аяқпен секіреді доптар Еденге қойылған тақтаймен төрттағандап алақан мен тізеге сүйеніп, еңбектеу(ені 25см,ұзындығы 2м)	Қо: «Аюлар мен аралар»	Доптар Тақтай	1
	Тақырыбы: «Табиғат әлеміне саяхат» Мақсаты: Бұрылу үшін жеткілікті түрдежоғарға секіре білуді жетілдіру. Түрлі қимылдарды түрлі қарқында музыкалық сүймелдеу сәйкес ырғақты жүру, қолдарын еркін ұстап алдыға және артқа жеңіл жүгіре білуді бекіту. Бір-біріне допты домалату, көз мөлшерін жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ аяқ алшақ, қол төмен. Алға еңкею, қолды артқа апарып қаз балапандарының қимылын, дыбысын шығару. Басты көтере ұстау. Б қ қолды артта ұстап, тізерлеп тұру. Сәл алға еңкейіп, басты бәсең төмен түсіру, жоғары көтеру, басты жай артқа қарай шалқайту, б қ оралу. Б қ аяқ алшақ, қол төмен. Қолды кезек артқа алға сермеу. Еркін тыныс алу.	Бір орында тұрып қос аяқпен секіреді доптар Еденге қойылған тақтаймен төрттағандап алақан мен тізеге сүйеніп, еңбектеу(ені 25см,ұзындығы 2м)	Қо: «Қасқыр мен қояндар»	Доптар Тақтай	

	Тақырыбы: «Маймылдар» Мақсаты: Балаларға жабайы жануарлар туралы тереңірек түсінік беру. Жіптің астынан оң және сол жақ жанымен өтуде дұрыс топталудыжәне жазылуды үйрету. Допты бастан асыра лақтырмай, алдыға-жоғарыға лақтыру және оны қос қолмен қағып ала білуді бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ аяқ сәл алшақ, қол таспамен артта. Таспамен қолды алға созып, қолды артқа тығу. Б қ аяқ сәл алшақ қол таспамен төменде. Қолды шетке созып, жоғары көтеру, таспаларды ырғалту, қолды шетке созу арқылы төмен түсіру. Б қ тізерлеп тұру, қол таспамен төмен. Таспамен қолды оңға бұру, бұрылу, таспаға қарау. Б қ оралу. Таспамен қолды солға бұру, бұрылу, таспаға қарау. Б қ оралу. Б қ аяқ иық деңгейінде алшақ, қол таспамен төмен. Қолды шетке созып, алға қарай еңкею б қ оралу	Жіптен ұстап шеңбер бойымен жүгіру; Бір орында тұрып ұзындыққа секіру (арақашықтығы 30см)	«Жел»	Жіп шеңбер	1
	Тақырыбы: «Қасқыр мен қоян» Мақсаты: Балалардың жабайы жануарлардың тіршілігі туралы түсініктерін молайту. Шектелген алаңда аяқтың ұшымен денесін дұрыс қалыпта ұстап жүруге үйрету. Қолмен аятың қимылдарын үйлестіріп, дәйекті түрде қырындап адымдауға орындай білуді бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ аяқ сәл алшақ, қол таспамен артта. Таспамен қолды алға созып, қолды артқа тығу. Б қ аяқ сәл алшақ қол таспамен төменде. Қолды шетке созып, жоғары көтеру, таспаларды ырғалту, қолды шетке созу арқылы төмен түсіру. Б қ тізерлеп тұру, қол таспамен төмен. Таспамен қолды оңға бұру, бұрылу, таспаға қарау. Б қ оралу. Таспамен қолды солға бұру, бұрылу, таспаға қарау. Б қ оралу. Б қ аяқ иық деңгейінде алшақ, қол таспамен төмен. Қолды шетке созып, алға қарай еңкею б қ оралу	Бір орында тұрып ұзындыққа секіруарақашықтығы 30см; Допты екі қолмен желке тұсынан лақтыру	Қо: «Кім күшті?»	Доп	1
	Тақырыбы: «Апандағы аю» Мақсаты: Балалардың жабайы жануарлардың тіршілігі туралы түсініктерін молайту. Допты бастан асыра лақтырмай, алдыға-жоғарыға лақтыру және оны қос қолмен қағып ала білуді бекіту. Қолмен аятың қимылдарын үйлестіріп,дәйекті түрде қырындап адымдауға орындай білуді бекіту	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ аяқ сәл алшақ, қол таспамен артта. Таспамен қолды алға созып, қолды артқа тығу. Б қ аяқ сәл алшақ қол таспамен төменде. Қолды шетке созып, жоғары көтеру, таспаларды ырғалту, қолды шетке созу арқылы төмен түсіру. Б қ тізерлеп тұру, қол таспамен төмен. Таспамен қолды оңға бұру, бұрылу, таспаға қарау. Б қ оралу. Таспамен қолды солға бұру, бұрылу, таспаға қарау. Б қ оралу. Б қ аяқ иық деңгейінде алшақ, қол таспамен төмен. Қолды шетке созып, алға қарай еңкею б қ оралу	Бір орында тұрып ұзындыққа секіруарақашықтығы 30см; Допты екі қолмен желке тұсынан лақтыру	Қо: «Біз көңілді боламыз»	Доп	1

I V–ші апта	Жануарлар қысқа қалай дайындалады?	Тақырыбы: «Аюдың қысқа дайындығы» Мақсаты: Балаларға жануарлардың қысқа қалай дайындалатыны туралы түсініктерін молайту. Қажетті жерде аяқтың итерілу екіпінін:тым алыс емес және затқа тым жақындамай орындауды үйрету, жұптасып ырғақпен және жеңіл жүрумен жүгіре білуді бекіту. Жіп бойымен жүруде тұрақты тепе-теңдікті сақтауға және дене бітімін тік ұстауға жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ аяқ сәл алшақ, қол белде. Қолды алға созып саусақтарды қимылдату б қ оралу. Б қ аяқ қатар, қол белде. Тізені жоғары көтеріп,оң, сол аяқты кезек көтеру, аяқты жайлап, байсалды еденге қою. Б қ қолды артқа қойып тіреліп, аяқты созып, еденге отыру. Аяқты өзіне қарай тартып, маодас құру, б қ оралу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. Қолды алға созып, алақан соғу, жартылай отыру, алақан соғу, тік тұрып түзелу, алақан соғу б қ оралу	Бір біріне соқтығыспай бытырап жүгіру. Доғаның астынан еңбектеп өту(биіктігі 40см)	Қло: «Әр түрлі қимылды ойындар»	Доға	1
		Тақырыбы: «Қоянға қонаққа барамыз» Мақсаты: Балаларға жануарлардың қысқы дайындығы туралы айту. Допты еденге ұрып жоғары лақтыру және оны секіргеннен кейін қос қолмен қағып алу. 4 адымдап екіпінмен қос аяқпен жоғарыға секіруде итерілуді орындауда қолмен аятың жұмысын үйлестіру. Саптізбекте бағытты ауыстыра жүруге жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ аяқ сәл алшақ, қол белде. Қолды алға созып саусақтарды қимылдату б қ оралу. Б қ аяқ қатар, қол белде. Тізені жоғары көтеріп, оң, сол аяқты кезек көтеру, аяқты жайлап, байсалды еденге қою. Б қ қолды артқа қойып тіреліп, аяқты созып, еденге отыру. Аяқты өзіне қарай тартып, маодас құру, б қ оралу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. Қолды алға созып, алақан соғу, жартылай отыру, алақан соғу, тік тұрып түзелу, алақан соғу б қ оралу.	Ирелең жолмен жүру (ені 25см, ұзындығы 2,5м); Бір біріне соқтығыспай бытырап жүгіру	«Қасқыр қасқыр, сұр қасқыр»	Атрибуттар	1
		3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ирек жолмен орманға бару» Мақсаты: Балалардың жануарлардың тіршілігі туралы түсініктерін молайту. Жіп бойымен жүруде тұрақты тепе-теңдікті сақтауға және дене бітімін тік ұстауға жаттықтыру. Саптізбекте бағытты ауыстыра жүруге жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру.	Б қ аяқ сәл алшақ, қол белде. Қолды алға созып саусақтарды қимылдату б қ оралу. Б қ аяқ қатар, қол белде. Тізені жоғары көтеріп, оң, сол аяқты кезек көтеру, аяқты жайлап, байсалды еденге қою. Б қ қолды артқа қойып тіреліп, аяқты созып, еденге отыру. Аяқты өзіне қарай тартып, маодас құру, б қ оралу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. Қолды алға созып, алақан соғу, жартылай отыру, алақан соғу, тік тұрып түзелу, алақан соғу б қ оралу.	Ирелең жолмен жүру (ені 25см, ұзындығы 2,5м); Бір біріне соқтығыспай бытырап жүгіру	Қло: «Допты қақпаға түсіру» Қло: «Мысықтар мен күшіктер»	Атрибуттар	1

Желтоқсан айы							
№	Мазмұны (мақсаты)	Жүру, жүгіру	Жалпы жетілдіру жаттығулары	Негізгі қимыл-қозғалыс	Қимылды ойын	Қолданатын құралдар	
I – ші апта Тарихқа саяхат	Тақырыбы: «Менің Отаным көп ұлтты» Мақсаты: Балаларға Отан, туған жер туралы түсінік беру. Отанға деген сүйіспеншілікке баулу. Заттардың арсынан бағытты өзгерте отырып және заттарға тиіп кетпей еңбектеуге үйрету. Допты секіргеннен кейін екі жағынан бірдей қолдарының қимылдарын еркін және бос ұстап қағып ала білуін бекіту	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. Қолды шетке созып, жоғары көтеріп, қол шапалақтау. Қолды шетке созып, төмен түсіру, дем шығару. Б қ еденде отыру, қол төменде. Оң, сол аяқты өзіне қарай тартып, тізені қолымен қапсыра ұстап, тізеге басты салу. Б қ аяқ бірге, қырыннан жату, қол бетінің астында. Тізені бүгу, аяқты қарынға қарай тарту.	Ирелең жолмен жүру (ені 25 см, ұзындығы 2,5 м); Ұзындыққа бір орында тұрып секіру (арақашықтығы 40 см)	Қо: «Біз көңілді балалар	Ойыншықтар	1
	Тақ:«Отан бәріненқымбат» Мақсаты: Балаларға Отан, туған жер туралы түсінік беру. Отанға деген сүйіспеншілікке баулу. Нық тепе-теңдікті сақтап, гимнастикалық орындық бойымен тапсырманы орындап жүруге үйрету. Заттардың арасынан алақан және табанмен еңбектеуде заттарға тигізбей қол мен аяқтың жұмысын үйлестіре білуді бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. Қолды шетке созып, жоғары көтеріп, қол шапалақтау. Қолды шетке созып, төмен түсіру, дем шығару. Б қ еденде отыру, қол төменде. Оң, сол аяқты өзіне қарай тартып, тізені қолымен қапсыра ұстап, тізеге басты салу. Б қ аяқ бірге, қырыннан жату, қол бетінің астында. Тізені бүгу, аяқты қарынға қарай тарту.	Ұзындыққа бір орында тұрып секіру (арақашықтығы 40 см) Допты қақпа арқылы домалату (ені 50 см, арақашықтығы 1,5 м)	Қо: «Мұнара жасайық»	Доп Қақпа	1
	Тақырыбы: «Елім менің – тірегім» Мақсаты: Туған ел туралы сұрау. Допты секіргеннен кейін екі жағынан бірдей қолдарының қимылдарын еркін және бос ұстап қағып ала білуін бекіту. Заттардың арасынан алақан және табанмен еңбектеуде заттарға тигізбей қол мен аяқтың жұмысын үйлестіре білуді бекіту	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. Қолды шетке созып, жоғары көтеріп, қол шапалақтау. Қолды шетке созып, төмен түсіру, дем шығару. Б қ еденде отыру, қол төменде. Оң, сол аяқты өзіне қарай тартып, тізені қолымен қапсыра ұстап, тізеге басты салу. Б қ аяқ бірге, қырыннан жату, қол бетінің астында. Тізені бүгу, аяқты қарынға қарай тарту.	Ұзындыққа бір орында тұрып секіру (арақашықтығы 40 см) Допты қақпа арқылы домалату (ені 50 см, арақашықтығы 1,5 м)	Қо: «Мұнара жасайық» Қо: «Татулы жарыстар»	Доп Қақпа	1

II – ші апта Ауыл мен қала	Тақырыбы:«Ата әже ауылына қонаққа бару» Мақ: Балалардың туған өлке туралы түсініктерін молайту. Жоғары тіреуіште тапсырманы орындауда нық тепе-теңдікті сақтауға және басты дұрыс күйде ұстауға жаттықтыру. Допты алдыға - жоғары лақтыруға,оны саусақтарымен өзіне қыспай қағып ала білуді жетілдіру. "	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. Қолды артқа тығу, қолды созу. Б қ аяқ алшақ, қол артта. Оңға бұрылу, түзелу б қ оралу, солға бұрылу, түзелу б қ оралу. Аяқты жылжытпай, бұрылған жаққа қарау. Б қ қолды шетке созып, еденге отыру. Аяқты бұгу б қ оралу. Б қ аяқ алшақ, қол кеуде тұсында. Алға еңкейіп, алақанды бірге ұстап, қолды алға созып толқын тәрізді қимыл жасап б қ оралу. Аяқты бүкпей тік ұстау.	Сап тізбекке бірінің артына бірі тепе теңдік сақтап, төбешікке және төбешіктен жүгіріп түсу. Педагогтың лақтырған добын қағып алу және кері лақтыру(1 м арақашықтықтан)	«Қасқыр қасқыр, сұр қасқыр» Қло: «Бірінші бол»	Доп Атрибуттар	1
	Тақ:«Меніңсүйікті ауылым» Мақсаты: Екі аяғымен бір мезгілде екпінмен итеріліп алдыға қарай қос қолмен қағып алуды үйрету. Қос аяқпен бірдей екпінмен итеріліп және алдыға қарай қос аяқпен секіру және жартылай бүгілген аятың ұшымен жерге түсуді үйрету.Бір-біріне фитболды домалатып жаттығу,көз мөлшерін дамыту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. Қолды артқа тығу, қолды созу. Б қ аяқ алшақ, қол артта. Оңға бұрылу, түзелу б қ оралу, солға бұрылу, түзелу б қ оралу. Аяқты жылжытпай, бұрылған жаққа қарау. Б қ қолды шетке созып, еденге отыру. Аяқты бұгу б қ оралу. Б қ аяқ алшақ, қол кеуде тұсында. Алға еңкейіп, алақанды бірге ұстап, қолды алға созып толқын тәрізді қимыл жасап б қ оралу. Аяқты бүкпей тік ұстау.	Педагогтың лақ тырған добын қа ғып алу және кері лақтыру (1 м ара қашықтықтан) Гимнастикалық қабырғаның екін ші көлденең салма сына бекітілген көлбеу тактай бо йымен еңбектеу (арақашықтығы 1м)	Қло: «Қамбадағы тышқандар»	Доп Гим- қ қабырға	1
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қалаға саяхат жасау» Мақсаты: Балалардың туған өлке туралы түсініктерін мо лайту. Адымдау актісіне қол дың жай қимылын үйлестіре, қысқа адыммен заттардың ара сынан "жыланша жүгіруге үй рету " Қос аяқпен бірдей екпін мен итеріліп және алдыға қа рай қос аяқпен секіру және жартылай бүгілген аятың ұшы мен жерге түсуді үйрету.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. Қолды артқа тығу, қолды созу. Б қ аяқ алшақ, қол артта. Оңға бұрылу, түзелу б қ оралу, солға бұрылу, түзелу б қ оралу. Аяқты жылжытпай, бұрылған жаққа қарау. Б қ қолды шетке созып, еденге отыру. Аяқты бұгу б қ оралу. Б қ аяқ алшақ, қол кеуде тұсында. Алға еңкейіп, алақанды бірге ұстап, қолды алға созып толқын тәрізді қимыл жасап б қ оралу. Аяқты бүкпей тік ұстау.	Педагогтың лақтырған добын қағып алу және кері лақтыру (1 м арақашықтықтан) Гимнастикалық қабырғаның екінші көлденең салмасына бекітілген көлбеу тактай бойымен еңбектеу (арақашықтығы 1м)	Қло: «Қысқы ойындар»	Доп Гим- қ қабырға	1

IV – ші апта Қызыл кітап	Тақ: «Қызыл қасқыр» Мақсаты: Қызыл кітапқа енген жабайы жануарларды қорғауға үйрету. Жоғары тіреуіште денесін тік ұстауды сақтап жүруді үретуді жалғастыру. Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, қолмен тартылып еңбектеуді бекіту. Қло: «Қорықпаймын»	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл ашық, қол төмен. Аяқ сәл алшақ, қол төмен. Басты оңға, солға еңкейту б қ оралу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол санда. Қолды жоғары көтеріп, сылдырмақтарды сілкіп, оған қарау. Б қ оралу. Б қ еденге отыру, қол мен аяқты алшақ шетке созып, сылдырмақтарды сылдырлату б қ оралу.	Алаңның бір шетінен екінші шетіне жүгіру (арақашықтығы 10см) Еденде жатқан жалпақ шығыршыққа секіру	«Сары шымшықты тауып алайық»	Шығыршық	1
	Тақырыбы: «Қоңыр аю» Мақсаты: Балалардың Қызыл кітап туралы түсініктерін молайту. Саптізбекте бір-бірден сапқа тұру, шашырап жүруде кеңістікті бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам таба білуге үйретуді жалғастыру. Жоғарғы тіреуіште жүргенде тепе-теңдікті сақтап және денені тік ұстап, заттардың үстінен аттай білуді бекіту. Допты тік төмен еденге лақтыру және секіргеннен кейін қос қолмен қағып алау.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл ашық, қол төмен. Аяқ сәл алшақ, қол төмен. Басты оңға, солға еңкейту б қ оралу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол санда. Қолды жоғары көтеріп, сылдырмақтарды сілкіп, оған қарау. Б қ оралу. Б қ еденге отыру, қол мен аяқты алшақ шетке созып, сылдырмақтарды сылдырлату б қ оралу.	Алаңның бір шетінен екінші шетіне жүгіру (арақашықтығы 10см) Еденде жатқан жалпақ шығыршыққа секіру	Қло: Қарғалар»	Шығыршық	2
	Тақырыбы: «Барыс» Мақсаты: Қызыл кітаптың маңызы зор. Ол жойылып бара жатқан аң құстарды, өсімдіктерді қорғауға тәрбиелеу. Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, қолмен тартылып еңбектеуді бекіту. Допты тік төмен еденге лақтыру және секіргеннен кейін қос қолмен қағып алау.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл ашық, қол төмен. Аяқ сәл алшақ, қол төмен. Басты оңға, солға еңкейту б қ оралу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол санда. Қолды жоғары көтеріп, сылдырмақтарды сілкіп, оған қарау. Б қ оралу. Б қ еденге отыру, қол мен аяқты алшақ шетке созып, сылдырмақтарды сылдырлату б қ оралу.	Алаңның бір шетінен екінші шетіне жүгіру (арақашықтығы 10см) Еденде жатқан жалпақ шығыршыққа секіру	Қло: «Сайқымазаттар биі»	Шығыршық	2

Қаңтар айы							
№	Мазмұны (мақсаты)	Жүру, жүгіру	Жалпы жетілдіру жаттығулары	Негізгі қимыл-қозғалыс	Қимылды ойын	Қолданатын құралдар	
I – ші апта Дұрыс тамақтану, Дәрумендер	Тақ:«Денсаулық бекетіне саяхат» Мақсаты: Балаларға денсаулық туралы тереңірек түсінік беру. Салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу. Қолдарының төмен-алға қарай қимылдарын аяқтың итерілуін үйлестіріп, орнынан ұзындыққа секіруді орындауда бастапқы қалпын дұрыс қабылдауды үйрету	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ иық деңгейінде, қол доппен желке тұсында. О: допты бастан жоғары көтеру, допқа қарау, б қ оралу. Б қ аяқ иық деңгейінде, қол доппен кеуде тұсында. Алға еңкею, допты еденге қою; б қ оралу, алға еңкею, допты еденнен алу б қ оралу. Б қ өкшеде отыру, доп қолда. О: тізеге тұру, допты жоғары көтеру б қ оралу. Б қ шалқажан жату, қол доппен бастан жоғары созулы. О: аяқты тізеден бүгіп, допты тізеге тигізу б қ оралу.	Еденге қойылған сатының білте тақтайшаларынан аттап жүру (қолды шетке созу); Допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыру	«Жалауша» Қло: «Қасқыр мен қоян»	Саты Тақтайша Доп Жалауша	1
	Тақырыбы: «Тәні саудың – жаны сау» Мақсаты: Денімізді сау болуы үшін дұрыс тамақтану туралы балаларға түсінік беру. Салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу Арақашықтығы 1.5 м екі сапта тұрып,лақтыру күшін сап арасында арақашықтыққа допты бір біне қос қолмен бастан асыра лақтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ иық деңгейінде, қол доппен желке тұсында. О: допты бастан жоғары көтеру, допқа қарау, б қ оралу. Б қ аяқ иық деңгейінде, қол доппен кеуде тұсында. Алға еңкею, допты еденге қою; б қ оралу, алға еңкею, допты еденнен алу б қ оралу. Б қ өкшеде отыру, доп қолда. О: тізеге тұру, допты жоғары көтеру б қ оралу. Б қ шалқажан жату, қол доппен бастан жоғары созулы. О: аяқты тізеден бүгіп, допты тізеге тигізу б қ оралу	Еденге қойылған сатының білте тақтайшаларынан аттап жүру(қолды шетке созу); Бөрене арқылы еңбектеп өту	«Затынды сақта» Қло: «Аю мен аралар»	Саты Тақтайша Бөрене	1
	Тақырыбы: «Біз баламыз шыныққан, денсаулығы мықты жан» Мақсаты: Салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу Залдың барлық кеңістігін пайдаланып,жүру кезінде бір-біріне бөгет жасамай,өзінің орнын жылдам таба білуді бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ иық деңгейінде, қол доппен желке тұсында. О: допты бастан жоғары көтеру, допқа қарау, б қ оралу. Б қ аяқ иық деңгейінде, қол доппен кеуде тұсында. Алға еңкею, допты еденге қою; б қ оралу, алға еңкею, допты еденнен алу б қ оралу. Б қ өкшеде отыру, доп қолда. О: тізеге тұру, допты жоғары көтеру б қ оралу. Б қ шалқажан жату, қол доппен бастан жоғары созулы. О: аяқты тізеден бүгіп, допты тізеге тигізу б қ оралу	Бөрене арқылы еңбектеп өту Допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыру	Қло: «Қамбадағы тышқандар»	Саты Тақтайша Бөрене	1

I I–ші апта Ғажайып қыс	Тақ: «Қыс қызығы» Мақсаты: Қыс мезгілінің ерекшеліктерімен таныстра отырып, қысқы серуеннің пайдасы туралы айту. Төрт тағандап гимнастикалық орындық бойымен еңбек теуде қолмен аяқтың жұмысын координациялауды үйрету. 2метр арақашықтықта допты бір-біріне лақтыра білу, доптың ұшу бағытын бақылау және ұшып келе жатқан допты бүгілген қолдың жеңіл қимылымен жеңіл қағып ала білуді бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл ашық, қолды шетке жоғары көтеру. О: еденнен аяқты ажыратпай, жан жаққа жеңіл шайқалу. Қолды қолдың басынан сермеу, белгі бойынша қолды кеуде тұсында айқастыру, қолды төмен түсіру. Қолды айналдыру Аяқтың ұшына көтерілу, жартылай отыру, аяқтың ұшына көтерілу. Қолды жоғары көтеріп созылу.	Бір орында тұрып,аяқтың ұшына көтерілу және тепе теңдік сақтап тұру; Бір орында тұрып қос аяқпен өзін айнала секіру	Қ\о: «Автомобильдер»	Ойыншықтар	1
	Тақ:«Қандай суық қыс деген?» Мақсаты: Қыс мезгілінің құбылыстары туралы балалардың білімдерін кеңейту. Гимнастикалық орындық бойымен де еңбектеуде тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту. Допты алға -жоғары бастан асырмай лақтыру және оны қос қолмен қағып алуды бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл ашық, қолды шетке жоғары көтеру. О: еденнен аяқты ажыратпай, жан жаққа жеңіл шайқалу. Қолды қолдың басынан сермеу, белгі бойынша қолды кеуде тұсында айқастыру, қолды төмен түсіру. Қолды айналдыру Аяқтың ұшына көтерілу, жартылай отыру, аяқтың ұшына көтерілу. Қолды жоғары көтеріп созылу.	Бір орында тұрып,аяқтың ұшына көтерілу және тепе теңдік сақтап тұру; Бір орында тұрып қос аяқпен өзін айнала секіру	Қ\о: «Ұшақтар»	Ойыншықтар	2
	Тақырыбы: «Аппақ, аппақ, жапалақтап» Мақсаты: Қыс мезгілінің құбылыстары туралы балалардың білімдерін кеңейту. Төрт тағандап гимнастикалық орындық бойымен еңбектеуді жалғастыру. Допты бір-біріне лақтыру және оны қос қолмен қағып алу.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл ашық, қолды шетке жоғары көтеру. О: еденнен аяқты ажыратпай, жан жаққа жеңіл шайқалу. Қолды қолдың басынан сермеу, белгі бойынша қолды кеуде тұсында айқастыру, қолды төмен түсіру. Қолды айналдыру Аяқтың ұшына көтерілу, жартылай отыру, аяқтың ұшына көтерілу. Қолды жоғары көтеріп созылу.	Алаңның бір шетінен екінші шетіне жүгіру (арақашықтығы 10см) Еденде жатқан жалпақ шығыршыққа секіру	Қ\о: «Поезд»	Ойыншықтар	

III – ші апта	Күн,су,ауа	Тақырыбы: «Денің сау болсын!» Мақсаты: Балалардың күн, су, ауа туралы түсініктерін молайту. Жоғары тіреуіш бойымен жүруде нық тепе-теңдікті және дене бітімін дұрыс қалпын сақтау, одан аяқтың ұшымен жеңіл түсе білуін бекіту. Қос аяқпен алға қарай секіруге жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, таспамен қол төмен. О: қолды шетке созу арқылы жоғары көтеру, төмен түсіру. Б қ аяқ сәл алшақ, таспамен қол артта оңға, солға бұрылу б қ оралу. Б қ қолды жанына қойып тіреле, аяқты алшақ қойып, еденге отыру, таспа еденде. Аяқты біріктіру б қ келу. Б қ аяқ алшақ, таспамен қол артта. Таспамен қолды көтеріп, оңға солға жеңіл еңкею б қ оралу	Гимнастикалы қ орындық үстімен қолға арналған қосымша тапсырманы орындай жүру; Тереңдікке секіру(15см биіктіктен)	Қо: «Шарлар мен бағаналар»	Гим- қ орындық	1
	Күн,су,ауа	Тақырыбы: «Біз спортшылар» Мақсаты: Балалардың ден саулық туралы білімдерін одан әрі молайту. Бірнеше сызықтардың үстінен бір тіндеп секіру, бір мезгілде қос аяқпен екпінді итерілу, денені алға қарай еңкейт пей, аяқтың ұшымен түсуге үйрету. Допты бастан асыра қос қол тәсілімен бір-біріне лақтыруға жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, таспамен қол төмен. О: қолды шетке созу арқылы жоғары көтеру, төмен түсіру. Б қ аяқ сәл алшақ, таспамен қол артта оңға, солға бұрылу б қ оралу. Б қ қолды жанына қойып тіреле, аяқты алшақ қойып, еденге отыру, таспа еденде. Аяқты біріктіру б қ келу. Б қ аяқ алшақ, таспамен қол артта. Таспамен қолды көтеріп, оңға солға жеңіл еңкею б қ оралу	Гимнастикалы қ орындық үстімен қолға арналған қосымша тапсырманы орындай жүру; Допты жоғары лақтырып және қағып алу	Қо: «Қасқырды аулау»	Гим- қ орындық Доп	1
	Күн,су,ауа	Тақырыбы: «Таза ауада» Мақсаты: Балаларға үйде жалғыз қалғанда тәртіпті болуға тәрбиелеу. Допты алыстан отыру қалпында бастан асыра лақтыру бүгілген қолдың екпінімен лақтыру күшін беруді үйрету. Аяты өкшемен аяқын ұшымен қою, қолдарын бір қалыпты қимылдарымен, босандау иықтарымен қимыл қарқында төзе білуін бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, таспамен қол төмен. О: қолды шетке созу арқылы жоғары көтеру, төмен түсіру. Б қ аяқ сәл алшақ, таспамен қол артта оңға, солға бұрылу б қ оралу. Б қ қолды жанына қойып тіреле, аяқты алшақ қойып, еденге отыру, таспа еденде. Аяқты біріктіру б қ келу. Б қ аяқ алшақ, таспамен қол артта. Таспамен қолды көтеріп, оңға солға жеңіл еңкею б қ оралу	Гимнастикалы қ орындық үстімен қолға арналған қосымша тапсырманы орындай жүру; Допты жоғары лақтырып және қағып алу	Қо: «Ормандағы аюда»	Гим- қ орындық Доп	1

IV – ші апта	Үйде жалғыз қалғанда	Тақырыбы: «Біз батырмыз» Мақсаты: Балаларға спорттың денсаулыққа пайдалы екендігін кеңінен түсіндіру. Біртіндеп бес жіптің үстінен секіру. Аяты өкшемен аяқтың ұшымен қою, қолдарын бір қалыпты қимылдарымен, босандау иықтарымен қимыл қарқында төзе білуін бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ алшақ, қол доппен артта. Допты алға созу б қ оралу. Б қ аяқ алшақ, қол артта, доп еденде. Алға еңкею, допты өзіне қарай домалату б қ оралу. Б қ өкшемен отыру, доп төмен. Тізеге көтерілу, допты жоғары, допқа қарау, төмен түсіру б қ оралу. Б қ аяқ алшақ, қолды белге қойып отыру, доп артта. Бұрылу, допқа қарау б қ оралу. Б қ өкшемен отыру, қол төмен, доп еденде, өзінен алыс. Тізеге көтерілу, созылып қолды допқа тигізу б қ оралу.	Гимнастикалы қ орындық үстімен қолға зат ұстап жүру; Допты астынан екі қолмен алға еркін лақтыру	Қло: «Торғаймен мен балапандар»	Гим- қ орындық Доп	1
		Тақырыбы: «Біз батырмыз» Мақсаты: Балаларға спорттың денсаулыққа пайдалы екендігін кеңінен түсіндіру. Біртіндеп бес жіптің үстінен секіру. Аяты өкшемен аяқтың ұшымен қою, қолдарын бір қалыпты қимылдарымен, босандау иықтарымен қимыл қарқында төзе білуін бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ алшақ, қол доппен артта. Допты алға созу б қ оралу. Б қ аяқ алшақ, қол артта, доп еденде. Алға еңкею, допты өзіне қарай домалату б қ оралу. Б қ өкшемен отыру, доп төмен. Тізеге көтерілу, допты жоғары, допқа қарау, төмен түсіру б қ оралу. Б қ аяқ алшақ, қолды белге қойып отыру, доп артта. Бұрылу, допқа қарау б қ оралу. Б қ өкшемен отыру, қол төмен, доп еденде, өзінен алыс. Тізеге көтерілу, созылып қолды допқа тигізу б қ оралу.	Гимнастикалы қ орындық үстімен қолға зат ұстап жүру (Биіктігі 30см, ені 20см); Еденге тік қойылған шығыршықтан еңбектеп өту.	Қло: «Торғаймен мен балапандар»	Гим- қ орындық шығыршық	1
		Тақырыбы: «Бағдаршам» Мақсаты: Балаларға бізді қоршаған әлем туралы түсінік беру. Жалаушалардың арасынан еңбектеуге үйрету, қолмен аятың жұмысын координациялау. Доп ұстаған қолын бастың артына қарай апару, доптың ұшуына алға-жоғары қарай бүгілген қолдары екпінді жазылуымен дұрыс траектория бере білуді бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ алшақ, қол доппен артта. Допты алға созу б қ оралу. Б қ аяқ алшақ, қол артта, доп еденде. Алға еңкею, допты өзіне қарай домалату б қ оралу. Б қ өкшемен отыру, доп төмен. Тізеге көтерілу, допты жоғары, допқа қарау, төмен түсіру б қ оралу. Б қ аяқ алшақ, қолды белге қойып отыру, доп артта. Бұрылу, допқа қарау б қ оралу. Б қ өкшемен отыру, қол төмен, доп еденде, өзінен алыс. Тізеге көтерілу, созылып қолды допқа тигізу б қ оралу.	Гимнастикалы қ орындық үстімен қолға зат ұстап жүру (Биіктігі 30см, ені 20см); Еденге тік қойылған шығыршықтан еңбектеп өту.	Қло: «Ұшты-ұшты»	Гим- қ орындық шығыршық	1

Ақпан айы							
№	Мазмұны (мақсаты)	Жүру, жүгіру	Жалпы жетілдіру жаттығулары	Негізгі қимыл-қозғалыс	Қимылды ойын	Қолданатын құралдар	
I – ші апта 1 сабақ	Тақырыбы: «Ұшақтар» Мақсаты: Балаларға жол ережесі туралы түсінік беру. Сақтық шараларына дайын дау. Аяқтың өкшесінен аяқтың ұшына ауысуды, қабырғалы тақтай бойымен жүру де нық тепе теңдікті сақтауды үйрету. Шектелген алаң бойымен қос аяқпен секіруге жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. Қолды алға созып, қар кесегін бір қолдан екінші қолға ауыстырып салу. Б қ қолды жанына қойып тіреле, аяқты алшақ қойып, еденге отыру, қар кесегі еденде. Б қ қолды жанына қойып тіреле, аяқты алшақ қойып, еденге отыру. Б қ қолды жоғары көтеріп, қар кесегін бір біріне алға, артқа қарай беру.	Еденге салынған жіп үстімен жүру; Допты еденге ұру және оны қағып алу	Қо: «Орнынды тап»	Жіп Доп	1
	Тақырыбы: «Поезд» Мақсаты: Доп ұстаған қолын бастың артына қарай апару, доптың ұшуына алға-жоғары қарай бүгілген қолдары екпінді жазылуымен дұрыс траектория бере білуді бекіту. Шектелген алаң бойымен қос аяқпен секіруге жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құр	Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. Қолды алға созып, қар кесегін бір қолдан екінші қолға ауыстырып салу. Б қ қолды жанына қойып тіреле, аяқты алшақ қойып, еденге отыру, қар кесегі еденде. Б қ қолды жанына қойып тіреле, аяқты алшақ қойып, еденге отыру. Б қ қолды жоғары көтеріп, қар кесегін бір біріне алға, артқа қарай беру.	Допты еденге ұру және оны қағып алу; Көлбеу саты үстімен өрмелеу	Қо: «Поезд»	Доп Көлбеу саты	1
	Тақырыбы: «Балалар көлігі» Мақсаты: Балалардың бізді қоршаған әлем туралы түсініктерін молайту. Кең адым жасап, жүгіру адымы тактісін қол қимылдары мен үйлестіріп жылдам қарқынмен жүгіруді үйрету. Аяқтың өкшесінен аяқтың ұшына ауысуды орындау, тепе теңдікті сақтай білуді бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құр	Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. Қолды алға созып, қар кесегін бір қолдан екінші қолға ауыстырып салу. Б қ қолды жанына қойып тіреле, аяқты алшақ қойып, еденге отыру, қар кесегі еденде. Б қ қолды жанына қойып тіреле, аяқты алшақ қойып, еденге отыру. Б қ қолды жоғары көтеріп, қар кесегін бір біріне алға, артқа қарай беру.	Допты еденге ұру және оны қағып алу; Көлбеу саты үстімен өрмелеу	Қо: «Поезд»	Доп Көлбеу саты	1

Арнайы көліктер	Тақырыбы: «Жедел жәрдем көлігі» Мақсаты: Балаларға арнайы көліктер туралы, ол көліктердің атқаратын қызметтері туралы тереңірек түсінік беру. Қос аяқпен бір құрсаудан екінші құрсауға секіруді, қолдың төмен алға қарай қимылын аятың екпінді итерілуімен үйлестіруді, бүгілген аяқтың ұшымен жеңіл жерге түсуін үйрету.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ шалқадан жату жұмсақ ойыншық төмен. Жоғары көтеру, қолды бастан асыра еденге тигізу б қ оралу. Б қ аяқты ұстап еденге отыру, ойыншық кеуде тұсында. Аяқты алшақтатып ойыншықта еденге түсіріп алу, оны еденге тигізбей қағып алу б қ оралу. Б қ аяқты алшақ ұстап, қолды артқа қойып тіреліп, еденге отыру ойыншық өкше арасында. Аяқты бүгу және түзеп созу. Б қ аяқты алшақ, қолды белге ұстап, еденге отыру, ойыншық артта.	Бір орында шыр айналу; Қос аяқпен заттардың үстінен секіру	Қло: «Ұшақтар»	Ойыншықтар	1
	Тақырыбы: «Қызметкерлер көлігі» Мақсаты: Балаларға арнайы көліктер туралы, ол көліктердің атқаратын қызметтері туралы тереңірек түсінік беру. Аяқтың өкшесінен аятың ұшына ауысуды орындау, тепе теңдікті сақтай білуді бекіту. Допты алысқа лақтыруға жаттығу.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ шалқадан жату жұмсақ ойыншық төмен. Жоғары көтеру, қолды бастан асыра еденге тигізу б қ оралу. Б қ аяқты ұстап еденге отыру, ойыншық кеуде тұсында. Аяқты алшақтатып ойыншықта еденге түсіріп алу, оны еденге тигізбей қағып алу б қ оралу. Б қ аяқты алшақ ұстап, қолды артқа қойып тіреліп, еденге отыру ойыншық өкше арасында. Аяқты бүгу және түзеп созу. Б қ аяқты алшақ, қолды белге ұстап, еденге отыру, ойыншық артта.	Қос аяқпен заттардың үстінен секіру; Бөренеден қырымен еңбектеп өту;	Қло: «Торғайлар мен көлік»	Текшалар Бөрене	1
	Тақырыбы: «Сымсыз телефон» Мақсаты: Балалардың байланыс құралдары туралы түсініктерін молайту. Отыру қалпында допты бастан асыра лақтыру, бүгілген қолдың жазылу екпінмен лақтыру күшін беруді үйрету. Бір шеңберден екінші шеңберге бітіндеп секіру, бір мезгілде қос аяқпен екпінмен итеру, денені алға қарай еңкейте аятың ұшымен жерге түсе білуін бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ шалқадан жату жұмсақ ойыншық төмен. Жоғары көтеру, қолды бастан асыра еденге тигізу б қ оралу. Б қ аяқты ұстап еденге отыру, ойыншық кеуде тұсында. Аяқты алшақтатып ойыншықта еденге түсіріп алу, оны еденге тигізбей қағып алу б қ оралу. Б қ аяқты алшақ ұстап, қолды артқа қойып тіреліп, еденге отыру ойыншық өкше арасында. Аяқты бүгу және түзеп созу. Б қ аяқты алшақ, қолды белге ұстап, еденге отыру, ойыншық артта.	Қос аяқпен заттардың үстінен секіру; Бөренеден қырымен еңбектеп өту;	Қло: «Сымсыз телефон»	Текшалар Бөрене	1

ІІІ – ші апта Электроника әлемі. Байланыс құралдары	Тақ: «Электроника әлемі» Мақсаты: Балалардың байланыс құралдары туралы түсініктерін молайту. Рейканы дұрыс ұстау (4 саусақ үстінен, 1 астынан) гимнастикалық қабырға бойымен жоғары қарай кезектестірілген адыммен өрмелеу, қол мен аяқтың қимылын үйлестіруді орындауды үйрету.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ қол төмен, алақанды жоғары қаратып, қолды алға созу, артқа апару. Б қ оралу. Б қ қол белде, тізеден бүгілген оң, сол аяқты кезек көтеру, жайлап түсіру. Б қ марғауларша арқаларын тигізіп аунайды.	Допты бастан асыра екі қолмен алға, жоғары лақтыру; Гимнастикалы қ орындықтан асып түсу	Қло: «Түрлі түсті автомобильде р»	Доп Гим- қ орындық	1
	Тақ: «Ғаламтордан келген хат» Мақсаты: Бір шеңберден екінші шеңберге бітіндеп секіру, бір мезгілде қос аяқпен екпінмен итеру, денені алға қарай еңкейте аятың ұшымен жерге түсе білуін, үйрету, гимнастикалық қабырға бойымен жоғары қарай кезектестірілген адыммен өрмелеу, қол мен аяқтың қимылын үйлестіруді орындауды бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ қол төмен, алақанды жоғары қаратып, қолды алға созу, артқа апару. Б қ оралу. Б қ қол белде, тізеден бүгілген оң, сол аяқты кезек көтеру, жайлап түсіру. Б қ марғауларша арқаларын тигізіп аунайды.	Допты бастан асыра екі қолмен алға, жоғары лақтыру; Гимнастикалы қ орындықтан асып түсу	Қло: «Ұшты-ұшты»	Доп Гим- қ орындық	1
	Тақ: «Жалауша» Мақсаты: Балалардың бізді қоршаған әлем туралы түсініктерін молайту. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары қарай кезектестірілген адыммен өрмелеу, қол мен аяқтың қимылын үйлестіре білуін бекіту. Малдас құрып отыру қалпында допты бастан асыра лақтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ қол төмен, алақанды жоғары қаратып, қолды алға созу, артқа апару. Б қ оралу. Б қ қол белде, тізеден бүгілген оң, сол аяқты кезек көтеру, жайлап түсіру. Б қ марғауларша арқаларын тигізіп аунайды.	Допты бастан асыра екі қолмен алға, жоғары лақтыру; Гимнастикалы қ орындықтан асып түсу	Қло: «Жалаушаны жеткіз»	Доп Гим- қ орындық	1

	Тақ: «Ойнағанды жақсы көреміз» Мақсаты: Заттардың қасиетін түсіндіру. Оң жаққа қарай тізесінің бүгілгенін байқатпай, бір қырындап жүруді, арқасын және басын тік ұстауға орындауға үйрету. Гимнастикалық орындық үстімен жүру, тізесін жоғары көтеру және екпінді қозғалыспен аяқтың ұшына тұру, денені тік ұстап, нық тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ өкшемен отыру, қуыршақпен қол алда. Тізеге көтерілу, қуыршақты созыла жоғары көтеру, б қ оралу. Б қ қолсозым арақашықтықта шеңбер құрып отыру. Б қ сәл отырып, қуыршақты еденге отырғызу, қолды артқа қойып тік тұрып түзелу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол алға созулы. Өкшені көтере, қуыршақты тербету.	Қол ұстасып шеңбер бойы жүгіру; Бір бірінен 15 см қашықтықта қойылған кірпіштер үстінен жүру	Қло: «Көлеңке»	Кірпіштер Саңырауқұлақ тар	1
	Тақырыбы: «Үйшік» Мақсаты: Малдас құрып отыру қалпында допты бастан асыра лақтыру. Еденге жанымен қойылған сатының көлденең салмасының арасынан еңбектеуге жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ өкшемен отыру, қуыршақпен қол алда. Тізеге көтерілу, қуыршақты созыла жоғары көтеру, б қ оралу. Б қ қолсозым арақашықтықта шеңбер құрып отыру. Б қ сәл отырып, қуыршақты еденге отырғызу, қолды артқа қойып тік тұрып түзелу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол алға созулы. Өкшені көтере, қуыршақты тербету.	Бір бірінен 15 см қашықтықта қойылған кірпіштер үстінен жүру; Құм салынған дорбашаны бастан асыра қолмен алға, жоғары лақтыру	«Затыңды сақта» Қло: «Өз үйіңді тап!»	Кірпіштер Құм дорба	1
	Тақ: «Дос болайық!» Мақсаты: Балаларға салт-дәстүрлер, аналар мерекесі туралы тереңірек түсінік беру. Көктем мезгілі туралы түсінік беру. Тізенің бүгілгенін байқатпай, иықтарын бұрмай, сол жаққа бір ырғақпен жүре білуді бекіту. "жыланша" жүгіру, заттардың арасымен бағытты өзгерте жүгіре білуді жетілдіруге жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ өкшемен отыру, қуыршақпен қол алда. Тізеге көтерілу, қуыршақты созыла жоғары көтеру, б қ оралу. Б қ қолсозым арақашықтықта шеңбер құрып отыру. Б қ сәл отырып, қуыршақты еденге отырғызу, қолды артқа қойып тік тұрып түзелу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол алға созулы. Өкшені көтере, қуыршақты тербету.	Бір бірінен 15 см қашықтықта қойылған кірпіштер үстінен жүру; Құм салынған дорбашаны бастан асыра қолмен алға, жоғары лақтыру	Қло: «Гүл сыйлаймыз»	Кірпіштер Құм дорба	1

Наурыз айы							
№	Мазмұны (мақсаты)	Жүру, жүгіру	Жалпы жетілдіру жаттығулары	Негізгі қимыл-қозғалыс	Қимылды ойын	Қолданылатын құралдар	
І – ші апта Қазақ халық ауыз әдебиеті бізде қонақта	Тақ: «Біз батырмыз» Мақсаты: Балаларды аналарды құрметтеуге, сыйлауға тәрбиелеу. Көктем мезгілінің ерекшеліктерін айту. Тұрып 2 метр арақашықтан допты қолды көтерілген биіктікте тартылған жіптен асырып лақтыру. Орындықтан секіргеннен кейін, басты және денені тік ұстап, алдыға қарап,тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. Орамалмен қолды шетке созу арқылы жоғары көтеру, оған қарау б қ оралу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. Отырып, орамалды еденге салу. б қ оралу. Б қ қолды жанына қойып, тіреле орамалды тізеге қойып, еденге отыру. Аяқты бүгу және жазу. Басты түсірмей, тік ұстау. Б қ аяқ сәл алшақ қол төмен. Орамалды жоғары көтеріп, басқа жабу, қолды артқа апарып ұстау.	Еденнен 20 см көтерілген сатының таяқшаларынан аттап жүру; Екі аяқпен зат үстінен секіру	Қо: «Соқыр теке»	Саты Текшелер	1
	Тақ: «Қызықты балалар» Мақсаты: Аналарды сыйлай білуге баулу. "Жыланша"жүгіру, заттардың арасымен бағытты өзгерте жүгіре білуді жетілдіруге жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. Орамалмен қолды шетке созу арқылы жоғары көтеру, оған қарау б қ оралу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. Отырып, орамалды еденге салу. б қ оралу. Б қ қолды жанына қойып, тіреле орамалды тізеге қойып, еденге отыру. Аяқты бүгу және жазу. Басты түсірмей, тік ұстау. Б қ аяқ сәл алшақ қол төмен. Орамалды жоғары көтеріп, басқа жабу, қолды артқа апарып ұстау	Екі аяқпен зат үстінен секіру , биіктігі 10 метр; Диаметрі 15 см допты қос қолмен бастан асыра жіп арқылы лақтыру	Қо: «Сыйлықтар »	Текше Жіп	1
	Тақырыбы: «Әуе таяқ» Мақсаты: Балаларға ұлттық құндылықтарымыз салт-дәстүр туралы тереңірек түсінік беру. Допты қолды көтергендегі биіктікте тартылған тордан асыра екпінмен лақтыру, 2 метр арақ тұрып,допты алдағы-жоғары бағыттап білуді бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. Орамалмен қолды шетке созу арқылы жоғары көтеру, оған қарау б қ оралу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. Отырып, орамалды еденге салу. б қ оралу. Б қ қолды жанына қойып, тіреле орамалды тізеге қойып, еденге отыру. Аяқты бүгу және жазу. Басты түсірмей, тік ұстау. Б қ аяқ сәл алшақ қол төмен. Орамалды жоғары көтеріп, басқа жабу, қолды артқа апарып ұстау	Екі аяқпен зат үстінен секіру , биіктігі 10 метр; Диаметрі 15 см допты қос қолмен бастан асыра жіп арқылы лақтыру	Қо: «Әуе таяқ»	Текше Жіп	1

III – ші апта «Өнер көзі-халықта (қолданбалы өнер, ұлттық бұйымдары т.б	Тақырыбы: «Теңге алу» Мақсаты: Балалардың жылдамдықтарын және ептіліктерін дамыту. Тақтайдың екі басынан бастап жүріп келе жатып, ортасына келгенде бұрылып кейін жүруге нық тепе-теңдікті сақтауға үйрету. Көлденең бағытта қолдарын бір көлденең салмадан екінші көлденең салманы ұстап және оң жаққа қырындап жүріп гимнастикалық қабырғаның бірінен-екіншісіне өте білуді бекіту. 20см биіктікте төменге секіруге жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау.	Б қ аяқты сәл алшақ қойып, қолды төмен ұстап, еденге отыру. Б қ аяқтың ұшына көтеріліп, сәл отырып, тік тұру. Б қ қол белде, аяқты шетке қою. Аяқты айқастырып, бірге, алшақ қою. Б қ шалқадан жату, аяқты бүге, қолмен аяқты көтере қимыл жасап, б қ оралу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. қолды шетке созып, көбелектің ұшуын бейнелеу.	Кедергілер арқылы аттау (шаршының үстіне қойылған тақтайша) Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және кері түсу	Қ\о: «Теңге алу»	Жалаулар Гим- қ қабырға	1
	Тақырыбы: «Орамал тастамақ» Мақсаты: Туған жерге, Отанға деген сүйіспеншілікке баулу. Допты қолды көтергендегі биіктікте тартылған тордан асыра екпінмен лақтыру, 2 метр арақ тұрып, допты алдағы-жоғары бағытта білуді бекіту. Гимнастикалық орындық бойымен зырғанауды үйрету.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау.	Б қ аяқты сәл алшақ қойып, қолды төмен ұстап, еденге отыру. Б қ аяқтың ұшына көтеріліп, сәл отырып, тік тұру. Б қ қол белде, аяқты шетке қою. Аяқты айқастырып, бірге, алшақ қою. Б қ шалқадан жату, аяқты бүге, қолмен аяқты көтере қимыл жасап, б қ оралу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. қолды шетке созып, көбелектің ұшуын бейнелеу	Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және кері түсу; Орында тұрып жіп үстінен (арқылы)секіруді үйрету.(биіктігі 5см)	Қ\о: «Орамал тастамақ»	Гим – қ қабырға Жіп	1
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Арқан тартыс» Мақсаты: Балаларға жыл басы наурыз мерекесі туралы тереңірек түсінік беру. Алға қарай жеңіл ырғақты секіртумен қырындап жүруді орындауға үйрету. Тақтайдың екі басынан бастап жүріп келе жатып, ортасына келгенде бұрылып кейін жүруөзінің іс-әрекетінен басқа балалардың іс-әрекетімен үйлестіре білуді бекіту. Фитболды қолдың екпінді қимылдарымен итеріп дамытуға жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау.	Б қ аяқты сәл алшақ қойып, қолды төмен ұстап, еденге отыру. Б қ аяқтың ұшына көтеріліп, сәл отырып, тік тұру. Б қ қол белде, аяқты шетке қою. Аяқты айқастырып, бірге, алшақ қою. Б қ шалқадан жату, аяқты бүге, қолмен аяқты көтере қимыл жасап, б қ оралу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен. қолды шетке созып, көбелектің ұшуын бейнелеу.	Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және кері түсу; Орында тұрып жіп үстінен (арқылы)секіруді үйрету.(биіктігі 5см)	Қ\о: «Арқан тартыс»	Гим – қ қабырға Жіп	1

III – ші апта «Біздің салт-дәстүріміз»	Тақырыбы: «Ұшты-ұшты» Мақсаты: Орындық бетінен екпінді итерілуді секірілуді жартылай бүгілген аяқпен ақырын жерге түсуді үйрету. Бір аяғын алдыға қарай шығарып және екінші аяқтың басын ішке қарай бұрмай, ойын жанына қойып, содан кейін ақырындап отырумен қырындап жүруді кезектестіріп жүруді орындай білуді бекіту. Көтерілген сатының көлденең тақтайшаларынан тізесін жоғары көтеріп және денесін тік ұстауға жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, рульмен қол кеудеде. Рульмен қолды алға созу. Б қ оралу Б қ аяқ сәл алшақ, рульмен қол алда. Қолды оңға, солға рульге қарау, б қ оралу. Б қ тізеге тұру, қол төмен. қолды алға созып, тізерлеп алға қарай жылжу. Б қ шалқақтан жату, рульмен қол кеудеде. Рульді жоғары, оған қарау б қ оралу.	Еденге қойылған жалпақ шығыршық үстімен жүру; Аяқпен алма кезек секіру;	Қло: «Ұшты-ұшты»	Шығыршық Саңырауқұлақ тар	1
	Тақырыбы: «Сақина салмақ» Мақсаты: Фитболды қолдың екпінді қимылдарымен итеріп дамытуға жаттықтыру. Көтерілген сатының көлденең тақтайшаларынан тізесін жоғары көтеріп және денесін тік ұстауға жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, рульмен қол кеудеде. Рульмен қолды алға созу. Б қ оралу Б қ аяқ сәл алшақ, рульмен қол алда. Қолды оңға, солға рульге қарау, б қ оралу. Б қ тізеге тұру, қол төмен. қолды алға созып, тізерлеп алға қарай жылжу. Б қ шалқақтан жату, рульмен қол кеудеде. Рульді жоғары, оған қарау б қ оралу.	Еденге қойылған жалпақ шығыршық үстімен жүру; Құм салынған дорбашаны оң және сол қолмен еркін қалыпта алға, алысқа лақтыру	Қло: «Сақина салмақ»	Құм салынған дорба Шығыршық	1
	Тақырыбы: «Күн мен түн» Мақсаты: Балалардың көктем мезгілі туралы түсініктерін молайту. Бастапқы қалпын дұрыс қабылдауды, допты алдыға-жоғары-алысқа қолдарын түзу ұстап екпінмен лақтыруды үйрету. Басын және денесін тік ұстап алдыға қарап орындықтан секіргеннен кейін тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау.	Б қ аяқ сәл алшақ, рульмен қол кеудеде. Рульмен қолды алға созу. Б қ оралу Б қ аяқ сәл алшақ, рульмен қол алда. Қолды оңға, солға рульге қарау, б қ оралу. Б қ тізеге тұру, қол төмен. қолды алға созып, тізерлеп алға қарай жылжу. Б қ шалқақтан жату, рульмен қол кеудеде. Рульді жоғары, оған қарау б қ оралу.	Еденге қойылған жалпақ шығыршық үстімен жүру; Құм салынған дорбашаны оң және сол қолмен еркін қалыпта алға, алысқа лақтыру	Қло: «Сақина салмақ» Қло: «Арқан тартыс»	Құм салынған дорба Шығыршық	1

IV – ші апта «Табиғат оянады»	Тақырыбы: «Бәйшешек» Мақсаты: Табиғат құбылыстары туралы балалардың түсініктерін молайту. Балалардың көктем мезгілі туралы түсініктерін молайту. Көлбеу тақтай бойымен жоғары қарай еңбектеуде қолмен аяқты қимылдарын үйлестіруді үйрету. Қолдарын иықтырынан белсенді түрде алға жоғары асырып және алысқа лақтыру күшін бере білуін бекіту. Бір-шенберден екінші шенберге екі аяғымен бір мезгілде екпінмен итеріліп біртіндеп секіружәне ақырындап бүгілген аяқпен жерге түсу.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол құм дорбашамен төмен. Сәл отыру, қолды алға созу, құм дорбашаға қарау, түрегеліп түзелу б қ оралу. Б қ аяқты айқастырып, құм дорбаша алда. Б қ құм дорбашаны алу, басқа салу, қолды белге қою. Бастан алу, б қ оралу. Б қ аяқты сәл алшақ, қол еркін немесе жанына қойып тіреліп, құм дорбашаны аяқ арасына қойып, еденге отыру.	Көлбеу бөрене үстімен жүру; Құм салынған дорбашаның астынан қос қолмен тік нысанаға лақтыру;(1-1,5м арақашықтықтан)	Қ\о: «Теңге алу»	Бөрене Құм салынған дорба	1
	Тақ:«Табиғат қандай тама ша» Мақсаты:Балалардың көктем мезгілі туралы түсініктерін молайту. Басын және денесін тік ұстап алдыға қарап орын дықтан секіргенен кейін тепе-теңдікті сақтай білуді бекіту. Көлбеу тақтай бойымен жоға ры қарай еңбектеуде қолмен аяқты қимылдарын үйлестіру ді үйрету.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол құм дорбашамен төмен. Сәл отыру, қолды алға созу, құм дорбашаға қарау, түрегеліп түзелу б қ оралу. Б қ аяқты айқастырып, құм дорбаша алда. Б қ құм дорбашаны алу, басқа салу, қолды белге қою. Бастан алу, б қ оралу. Б қ аяқты сәл алшақ, қол еркін немесе жанына қойып тіреліп, құм дорбашаны аяқ арасына қойып, еденге отыру.	Еден ге қойылған тақтай(ені25см, ұзындығы 2м) бойымен төрт тағандап, алақан иен табанға сүйе ніп еңбектеу.	Қ\о: «Қыз – куу»	Құм салынған дорба Тақтай	2
	Тақырыбы: «Біз еңбекқор баламыз» Мақсаты: Балаларға көктем мезгілінің ерекшеліктерін айта отырып, көтемгі еңбек туралы түсінік беру. Орындық бойымен екеуі екі жақтың ортасына дейін барып,қайтадан кейін бұрылып, жоғары тіреуіште тепе-теңдікте сақтауды үйрету. Көлбеу тақтайдың шетінен ұстай білуді алға қарап арқасын тік ұстауды сақтай білуді бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол құм дорбашамен төмен. Сәл отыру, қолды алға созу, құм дорбашаға қарау, түрегеліп түзелу б қ оралу. Б қ аяқты айқастырып, құм дорбаша алда. Б қ құм дорбашаны алу, басқа салу, қолды белге қою. Бастан алу, б қ оралу. Б қ аяқты сәл алшақ, қол еркін немесе жанына қойып тіреліп, құм дорбашаны аяқ арасына қойып, еденге отыру.	Еден ге қойылған тақтай(ені25см, ұзындығы 2м) бойымен төрт тағандап, алақан иен табанға сүйе ніп еңбектеу.	Қ\о: «Құстар»	Құм салынған дорба Тақтай	2

Сәуір							
№	Мазмұны (мақсаты)	Жүру, жүгіру	Жалпы жетілдіру жаттығулары	Негізгі қимыл-қозғалыс	Қимылды ойын	Қолданылатын құралдар	
I – ші апта Көктемгі еңбек (бақта, бақшадағы еңбек, гүлдер)	Тақырыбы: «Біз бәріне үлгереміз» Мақсаты: Мұрынмен демалу аяқтарын жоғары көтермей, қолдарының еркін қимылдарымен жүгіру қарқынын бұзбай, жеңіл және ырғақпен жүгіру. Тордың үстінен доп лақтыруға жаттықтыру .қолдың екпінді қимылымен алға -жоғары бағытта білуді дамыту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, асықтармен қол кеудеде. Қолды шетке созу арқылы жұдырықшпны жоғары көтеріп, біріктіріп, қолға қарап б қ оралу. Б қ аяқ алшақ, асықтармен қолды иыққа қойып, еденге отыру. Алға еңкею, асықты аяққа тигізу б қ оралу. Б қ асықтармен қолды иыққа қойып, тізеде тұру. Бір жаққа бұрылу, асықтарды бір біріне соғу. Б қ аяқты алшақ, қолды жанына қоя тіреле, асықты өкшеге жақын қойып еденге отыру.	Көлбеу тақтай үстімен жүру(бір шеті 20см биіктікке көтерілген); Орында тұрып, қосарланып қос аяқпен секіру;	Қо: «Кім шапшаң?»	Тақтай, доп	1
	Тақ:«Бақтағы талдарды отырғызу» Мақсаты: Гимнастикалық орындық бойымен екеуі екі жақтың ортасына дейін барып, қайтадан кейін бұрылып, жоғары тіреуіште тепе-теңдікте сақтауды үйрету. Мұрынмен демалу аяқтарын жоғары көтермей, қолдарының еркін қимылдарымен жүгіру қарқынын бұзбай, жеңіл және ырғақпен жүгіру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау.	Б қ аяқ сәл алшақ, асықтармен қол кеудеде. Қолды шетке созу арқылы жұдырықшпны жоғары көтеріп, біріктіріп, қолға қарап б қ оралу. Б қ аяқ алшақ, асықтармен қолды иыққа қойып, еденге отыру. Алға еңкею, асықты аяққа тигізу б қ оралу. Б қ асықтармен қолды иыққа қойып, тізеде тұру. Бір жаққа бұрылу, асықтарды бір біріне соғу. Б қ аяқты алшақ, қолды жанына қоя тіреле, асықты өкшеге жақын қойып еденге отыру	Орында тұрып, қосарланып қос аяқпен секіру; Допты алға қарай домалатып, доптың соғынан еңбектеу	Қо: «Кішкене өзен арқылы»	Доп	1
	Тақырыбы: «Тәтті тоқаштар» Мақсаты: Балаларға нан қандай еңбекпен келетіні туралы түсінік бере отырып, аяқтың ұшына тұра білу және аяқты түзу ұстап өкшемен жүруді орындау, табан сіңірлерін нығайта білуін бекіту. Гимнастикалық қабырғаның бірінен-екіншісіне оң жаққа қырындап өрмелеу.(3 көлденең салма бойынша).	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, асықтармен қол кеудеде. Қолды шетке созу арқылы жұдырықшпны жоғары көтеріп, біріктіріп, қолға қарап б қ оралу. Б қ аяқ алшақ, асықтармен қолды иыққа қойып, еденге отыру. Алға еңкею, асықты аяққа тигізу б қ оралу. Б қ асықтармен қолды иыққа қойып, тізеде тұру. Бір жаққа бұрылу, асықтарды бір біріне соғу. Б қ аяқты алшақ, қолды жанына қоя тіреле, асықты өкшеге жақын қойып еденге отыру.	Орында тұрып, қосарланып қос аяқпен секіру; Допты алға қарай домалатып, доптың соғынан еңбектеу	Қо: «Күн мен жанбыр»	Доп	1

II – ші апта	Ас атасы нан	Тақырыбы: «Дәмді тағамдар» Мақсаты: Балаларға ұннан жасалатын тағамдар туралы түсініктерін молайту.Доптың үстінен жеңіл басып,еденге қайтара соғу,допты алақанын жайып қағып алуды үйрету.Үш заттың үстінен біртіндеп секіру.екпінді итеріліп және бүгілген аяқпен жеңіл жерге түсе білуін бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ қолды шетке созып, орындықта отыру. Қолды төмен түсіріп, орындықты алақан мен шарт еткізу б қ оралу. Б қ орындықтың арқасына қарап, отырғыдан ұстап отыру. Оған еңкею, еденге қол тигізу б қ оралу. Келесі жаққа қайталап орындау. Б қ қолды иыққа қойып, орындықта отыру. Арқаны түзу ұстап, аяқты жылжытпау. Б қ аяқ қолға тіреле еденге отыру. Бір аяқты орындықтың астына енгізіп созу б қ оралу. Келесі аяқпен орындау. Б қ аяқты түзу ұстап, аяқтың ұшын алға созу, төмен түсіріп орындықтың астына тығып қою	Шоқырақтап тура шабу; Допты көлденең нысанаға кеуде тұсынан екі қолмен лақтыру	«Көршіңе бер» Қо: Күн мен түн»	Доп	1
		Тақырыбы: «Ас атасы нан» Мақсаты: Балаларды еңбекқорлыққа тәрбиелеу. 5см биіктіктегі заттың үстінен секіруге үйрету. Доптың үстінен жеңіл басып,еденге қайтара соғу, допты алақанын жайып қағып алуды бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ қолды шетке созып, орындықта отыру. Қолды төмен түсіріп, орындықты алақан мен шарт еткізу б қ оралу. Б қ орындықтың арқасына қарап, отырғыдан ұстап отыру. Оған еңкею, еденге қол тигізу б қ оралу. Келесі жаққа қайталап орындау. Б қ қолды иыққа қойып, орындықта отыру. Арқаны түзу ұстап, аяқты жылжытпау. Б қ аяқ қолға тіреле еденге отыру. Бір аяқты орындықтың астына енгізіп созу б қ оралу. Келесі аяқпен орындау. Б қ аяқты түзу ұстап, аяқтың ұшын алға созу, төмен түсіріп орындықтың астына тығып қою	Допты көлденең нысанаға кеуде тұсынан екі қолмен лақтыру; Бір орында тұрып бір жаққа және келесі жаққа қарай айналу	«Көршіңе бер» Қо: «Допты қақпаға түсір»	Доп	1
		Тақырыбы: «Дәрігер» Мақсаты: Балаларға мамандық туралы айту. Жол тәртібін әңгімелей отырып,бағдаршамның түстері туралы түсінік беру. Шеңбер бойымен жүрумен жүгіруді кезектестіру. Допты күштеп жұмулы алақанмен соғып,допты қос қолмен қайтара соға білуді бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ қолды шетке созып, орындықта отыру. Қолды төмен түсіріп, орындықты алақан мен шарт еткізу б қ оралу. Б қ орындықтың арқасына қарап, отырғыдан ұстап отыру. Оған еңкею, еденге қол тигізу б қ оралу. Келесі жаққа қайталап орындау. Б қ қолды иыққа қойып, орындықта отыру. Арқаны түзу ұстап, аяқты жылжытпау. Б қ аяқ қолға тіреле еденге отыру. Бір аяқты орындықтың астына енгізіп созу б қ оралу. Келесі аяқпен орындау. Б қ аяқты түзу ұстап, аяқтың ұшын алға созу, төмен түсіріп орындықтың астына тығып қою	Допты көлденең нысанаға кеуде тұсынан екі қолмен лақтыру; Бір орында тұрып бір жаққа және келесі жаққа қарай айналу	«Көршіңе бер» Қо: "Бағдаршам"	Доп	1

III – ші апта	Мамандықтың бәрі жақсы	Тақырыбы: «Спортшы» Мақсаты: Балаларға мамандық туралы айту. Жоғарғы тіреуіште денесін тік ұстап,басын төмен түсірмей,нық тепе-теңдікті сақтап, қырындап жүруді орындауға үйрету. Көлденең бағытта қолдарын бір көлденең салмадан екінші көлденең салманы ұстап және оң жаққа қырындап жүріп гимнастикалық қабырғаның бірінен-екіншісіне өте білуді бекіту. Биіктігі 10см 3 заттың үстінен бірізділікте секіріп жаттықтыру	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ қол төмен. жоғары қарап, қолды жоғары көтеріп, қол бұлғау б қ оралу. Б қ аяқ сәл алшақ, қолды белге қойып түзу тұру. Бір аяқпен тарс еткізіп, қолды алға, шетке созу б қ оралу. Б қ қолды белге қойып, малдас құрып еденге отыру. Сол қолды алға апара, солға артқа бұрылу б қ келу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен, тізені бүгіп б қ оралу. Б қ аяқ алшақ, қолды созу. Алға еңкею, басты жан жаққа бұру б қ оралу.	Беті тегістеліп сүргіленген бөрене үстімен жүру; Биіктіктен еденге салынған шеңберге секіріп түсу (биіктігі 20см)	Қло: «Аңшылар мен қояндар»	Бөрене Шеңбер	1
		Тақырыбы: «Аспзшы» Мақсаты: Балаларға мамандық туралы айту. Биіктігі 10см 3 заттың үстінен бірізділікте секіріп жаттықтыру. Допты күштеп жұмулы алақанмен соғып, допты қос қолмен қайтара соға білуді бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ қол төмен. жоғары қарап, қолды жоғары көтеріп, қол бұлғау б қ оралу. Б қ аяқ сәл алшақ, қолды белге қойып түзу тұру. Бір аяқпен тарс еткізіп, қолды алға, шетке созу б қ оралу. Б қ қолды белге қойып, малдас құрып еденге отыру. Сол қолды алға апара, солға артқа бұрылу б қ келу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен, тізені бүгіп б қ оралу. Б қ аяқ алшақ, қолды созу. Алға еңкею, басты жан жаққа бұру б қ оралу.	Биіктіктен еденге салынған шеңберге секіріп түсу (биіктігі 20см)	Қло: «Өз түсінді тап»	Шеңбер	1
		Тақырыбы: «Біз еңбекқор баламыз» Мақсаты: Балаларды еңбекке баулу. Артқа қарай қырындап жүруді айналумен үйлестіріп орындауға үйрету. Жоғарғы тіреуіште заттың үстінен аттп жүруде денені тік ұстап және тұрақты тепе-теңдікті сақтап жүруді бекіту. Гимнастикалық орындық бойымен ішпен қолдарымен екпінді қимылдарымен тартылып еңбектеуге жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ қол төмен. жоғары қарап, қолды жоғары көтеріп, қол бұлғау б қ оралу. Б қ аяқ сәл алшақ, қолды белге қойып түзу тұру. Бір аяқпен тарс еткізіп, қолды алға, шетке созу б қ оралу. Б қ қолды белге қойып, малдас құрып еденге отыру. Сол қолды алға апара, солға артқа бұрылу б қ келу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол төмен, тізені бүгіп б қ оралу. Б қ аяқ алшақ, қолды созу. Алға еңкею, басты жан жаққа бұру б қ оралу.	Биіктіктен еденге салынған шеңберге секіріп түсу (биіктігі 20см) Беті тегістеліп сүргіленген бөрене үстімен жүру;	Қло: «Секіру»	Шеңбер	1

IV – ші апта	Біз жас зерттеушілерміз	Тақырыбы: «Біз мықтымыз» Мақсаты: Орында бір аяқпен, тепе-теңдікті сақтап және бір аяқпен итерілуді екпінмен орындап секіруге үйрету. Бір аяқтың артына екінші аяқты қойып қойылған аяқтың өкшесін бұрмай,жәймен отыруды қырындап жүрудмен орындай білуді бекіту. Гимнастикалық қабырға бойымен кезектестірілген адыммен өрмелеуге жаттығу,шыдамдылықты дамыту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол шетке созулы. О: қолды еркін, жеңіл шайқау, белгі бойынша қолды кеуде тұсында айқастыру. Б қ қолды төмен түсіріп, еденге отыру. Қолды артқа, төменірек еңкею. Б қ басты бұрып, бір біріне қарау, белгі бойынша бас қимылын өзгерту. Б қ аяқ сәл алшақ, қол белде. Оңға, солға артқа бұрылу, б қ оралу. Б қ қолды жанына қойып тіреле отыру, аяқты бүгіп, созу б қ оралу.	Орташа допты бастан асыра жіп арқылы лақтыру; Қолды еденге тигізбей, доғаны астынан өту;	Қло: «Жұбынды тап»	Доп Доға	1
		Тақырыбы: «Біз көңілді баламыз» Мақсаты: Гимнастикалық орындық бойымен ішпен қолдарымен екпінді қимылдарымен тартылып еңбектеуге жаттықтыру. Орында бір аяқпен,тепе-теңдікті сақтап және бір аяқпен итерілуді екпінмен орындап секіруге үйрету	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол шетке созулы. О: қолды еркін, жеңіл шайқау, белгі бойынша қолды кеуде тұсында айқастыру. Б қ қолды төмен түсіріп, еденге отыру. Қолды артқа, төменірек еңкею. Б қ басты бұрып, бір біріне қарау, белгі бойынша бас қимылын өзгерту. Б қ аяқ сәл алшақ, қол белде. Оңға, солға артқа бұрылу, б қ оралу. Б қ қолды жанына қойып тіреле отыру, аяқты бүгіп, созу б қ оралу.	Орташа допты бастан асыра жіп арқылы лақтыру; Қолды еденге тигізбей, доға астынан өту	Қло: «Біз көңілді баламыз»	Доп Доға	1
		Тақырыбы: «Біз тату балалармыз» Мақсаты: Балаларға достық мерекесі туралы тереңірек түсінік беру. Әр ұлт өкілдерінің ұлттық ойындарын ойната отырып достыққа баулу. Допты соғу күшін реттей отырып,қолдың бір қалыпты қимылымен допты еденге соғуға үйрету. Орында бір аяқпен секіруде табанмен түспей,итерілуде аяқтың ұшына сүйеніп орындай білуді бекіту. Орындық бойымен жүруде өзінің әрекетін басқаның әрекеттерімен үйлестіре білуге үйрету.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол шетке созулы. О: қолды еркін, жеңіл шайқау, белгі бойынша қолды кеуде тұсында айқастыру. Б қ қолды төмен түсіріп, еденге отыру. Қолды артқа, төменірек еңкею. Б қ басты бұрып, бір біріне қарау, белгі бойынша бас қимылын өзгерту. Б қ аяқ сәл алшақ, қол белде. Оңға, солға артқа бұрылу, б қ оралу. Б қ қолды жанына қойып тіреле отыру, аяқты бүгіп, созу б қ оралу.	Орташа допты бастан асыра жіп арқылы лақтыру; Қолды еденге тигізбей, доға астынан өту	Қло: «Белгіні тыңда»	Доп Доға	1

Мамыр							
№	Мазмұны (мақсаты)	Жүру, жүгіру	Жалпы жетілдіру жаттығулары	Негізгі қимыл-қозғалыс	Қимылды ойын	Қолданылатын құралдар	
І – ші апта Достық біздің тірегіміз.	Тақырыбы: «Біз көңілді балалармыз» Мақсаты: Әр ұлт өкілдерінің ұлттық ойындарын ойната отырып достыққа баулу. Көлбеу сатыға қалыпты жағдайда көлденең салмадан ұстанып, қолмен аяқтың қимылдарын үйлестіріп гимнастикалық қабырға шығу және одан түсу. Допты еденге жұдырығын түйіп, күшпен соқпай, қолдың қалыпты қимылымен соға біліуді бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл ашық, жалаушалармен қол төмен. жоғары, төмен сермеу, жоғары қарау б қ келу. Б қ аяқ иық деңгейінде алшақ, жалаушалармен қол шетке созулы. Алға еңкею, солға сермеу б қ оралу. Б қ жалаушалармен қолды иыққа қойып, аяққа тіреліп отыру. Жалаушалардың қалпын өзгертпей, аяқты бүгу, жазу, екі уш рет тыныс алу, жалаушалармен бұлғау, төмен түсіру б қ оралу. Б қ аяқ иық деңгейінде алшақ, жалаушалармен қол артта. Қолды жоғары көтеру, оңға, солға бұрылу б қ оралу.	Адымдап жүріп, тізбекке тұру; Бір бірінен 20 см қашықтықта орналасқан төмпешіктер үстінен жүру	«Серуенге» Қ/о: «Мысықпен тышқандар»		1
	Тақырыбы: «Тату балалар» Мақсаты: Орындық бойымен жүруде өзінің әрекетін басқаның әрекеттерімен үйлестіре білуге үйрету. Орында бір аяқпен секіруде табанмен түспей, итерілуде аяқтың ұшына сүйеніп орындай білуді бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл ашық, жалаушалармен қол төмен. жоғары, төмен сермеу, жоғары қарау б қ келу. Б қ аяқ иық деңгейінде алшақ, жалаушалармен қол шетке созулы. Алға еңкею, солға сермеу б қ оралу. Б қ жалаушалармен қолды иыққа қойып, аяққа тіреліп отыру. Жалаушалардың қалпын өзгертпей, аяқты бүгу, жазу, екі уш рет тыныс алу, жалаушалармен бұлғау, төмен түсіру б қ оралу. Б қ аяқ иық деңгейінде алшақ, жалаушалармен қол артта. Қолды жоғары көтеру, оңға, солға бұрылу б қ оралу	Төмпешіктер үстінен тізені жоғары көтеріп, еденнен екпінмен серпіле серпілу мен қолды сермеу қимылын үйлестіре және тепе теңдік сақтап жүру;	«Серуенге» Қ/о: «Құрсауды дөңгелет»	Доп	1
	Тақырыбы: «Біз отан қорғаушымыз» Мақсаты: Көлденең бөренеге тұрақты тепе-теңдікті сақтап, бөрене бойымен аяқтың ұшымен жүру. Көлбеу саты бойымен екі жақтағы брусаяны ұстап: 4 саусақпен астынан, үлкенімен үстінен, көлденең бағытта бір салмадан екінші салманы ұстап өрмелей білуін бекіту. Бір қолмен допты еденге соғып жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл ашық, жалаушалармен қол төмен. жоғары, төмен сермеу, жоғары қарау б қ келу. Б қ аяқ иық деңгейінде алшақ, жалаушалармен қол шетке созулы. Алға еңкею, солға сермеу б қ оралу. Б қ жалаушалармен қолды иыққа қойып, аяққа тіреліп отыру. Жалаушалардың қалпын өзгертпей, аяқты бүгу, жазу, екі уш рет тыныс алу, жалаушалармен бұлғау, төмен түсіру б қ оралу. Б қ аяқ иық деңгейінде алшақ, жалаушалармен қол артта. Қолды жоғары көтеру, оңға, солға бұрылу б қ оралу	Төмпешіктер үстінен тізені жоғары көтеріп, тепе теңдік сақтап жүру; Оң және сол қолмен алысқа лақтыру	«Серуенге» Қ/о: «Біз көңілді балалармыз»	Доп	1

Шөпте не жорғалайды? (Жәндіктер)	Тақырыбы: «Қоңыздар» Мақсаты: Балаларға жәндіктер туралы кеңінен түсінік беру. Допты көлденең нысанаға қолды екпінмен жазып лақтыруға үйрету, көз мөлшерін дамыту. Қысқа секіртпенің үстінен ырғақпен секіріп, алғашында аяқтың басына түсіп, содан кейін өкшесіне түсе білуін бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол артта. Кегель мен қолды шетке созу арқылы алға созу, кегельді кегельге ақырын, қаттырақ соғу б қ оралу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол артта. Алға еңкею, кегельді тізеге тигізу, демді шығару, аяқты бүкпеу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол артта. Сәл отырып, кегельді еденге қою б қ оралу. Сәл отырып кегельді алу б қ оралу. Б қ шалқадан жату, кегель мен қол кеудеде. Кегельді шетке созу, еденді тарсылдату б қ оралу.	Көлбеу бөрене үстімен жүру; Қосымша тапсырмаларды орындай жүгіру; қуғын шылардан жалтара қашу.	Қ\о: «Кеті кетті орамал»	Бөрене	1
	Тақырыбы: «Құрттар» Мақсаты: Балаларға жәндіктер туралы кеңінен түсінік беру. Жұппен жүріс қарқын және ырғағын үйлестіру қимылының бағытын сақтау, жүру мен жүгіруді кезектестіре білуді бекіту. Тұрақты тепе-теңдікті сақтауға жаттықтыру. Қысқа секіртпенің үстінен ырғақпен секіріп, алғашында аяқтың басына түсіп, содан кейін өкшесіне түсе білуін бекіту.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол артта. Кегель мен қолды шетке созу арқылы алға созу, кегельді кегельге ақырын, қаттырақ соғу б қ оралу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол артта. Алға еңкею, кегельді тізеге тигізу, демді шығару, аяқты бүкпеу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол артта. Сәл отырып, кегельді еденге қою б қ оралу. Сәл отырып кегельді алу б қ оралу. Б қ шалқадан жату, кегель мен қол кеудеде. Кегельді шетке созу, еденді тарсылдату б қ оралу.	Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және түсу; 1,5 метр арақашықтықта педагогтің лақтырған добын қағып алып, қайтадан допты лақтыру.	Қ\о: «Бәйге»	Гим- қ қабырға Доп	1
III – ші апта	Тақырыбы: «Жайдарлы жаз» Мақсаты: Балалардың жаз мезгілі туралы түсініктерін молайту. Допты тік нысанаға қолды екпінмен жазып лақтыруға, тоқтаусыз сермеумен лақтыруды орындауға үйрету, көз мөлшерін дамыту. Алақан мен тізеге сүйеніп еңбектеу, өзінің әрекетін бақылау, арқасын тік ұстауды сақтау.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшақ, қол артта. Кегель мен қолды шетке созу арқылы алға созу, кегельді кегельге ақырын, қаттырақ соғу б қ оралу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол артта. Алға еңкею, кегельді тізеге тигізу, демді шығару, аяқты бүкпеу. Б қ аяқ сәл алшақ, қол артта. Сәл отырып, кегельді еденге қою б қ оралу. Сәл отырып кегельді алу б қ оралу. Б қ шалқадан жату, кегель мен қол кеудеде. Кегельді шетке созу, еденді тарсылдату б қ оралу.	Көлбеу бөрене үстімен жүру; Қосымша тапсырмаларды орындай жүгіру; қуғын шылардан жалтара қашу.	Қ\о: «Құлатып алмай алып кет»	Бөрене	1

IV-ші апта	Көңілді жаз	Тақырыбы: «Жайдарлы жаз» Мақсаты: Балалардың жаз мезгілі туралы түсініктерін молайту. Допты тік нысанаға қолды екпінмен жазып лақтыруға, тоқтаусыз сермеумен лақтыруды орындауға үйрету, көз мөлшерін дамыту. Алақан мен тізеге сүйеніп еңбектеу, өзінің әрекетін бақылау, арқасын тік ұстауды сақтау.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшак, қолды еркін қалыпта ұстап, еденде отыру. Бір аяқты тізеден бүгіп, көтеріп гүлдің үстінен аяқты тигізбей алып өту б қ оралу. Келесі аяқпен орындау. Б қ бір біріне қарама қарсы тұрады. Еденнен гүлді алып кезек кезек бір біріне сыйлайды. Б қ қолмен еркін қимыл жасап, шеңбер бойы жеңіл жүгіру, айналу, иілу, бір біріне гүлдерін сыйлау.	Алаңның бір шетінен екінші шетіне қарай жүру және жүгіру; Еденде жатқан шығыршықтан шығыршыққа секіру.	Қ\о: «Құлатып алмай алып кет»	Шығыршық	1
		2. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Кел ойнайық балақай» Мақсаты: Балалардың жаз мезгілі туралы түсініктерін молайту Қабырғаға доп лақтыру, лақтыру күшімен қабырғаға соғылған допты ұстау мүмкіндігінің өлшемін салыстыруға үйрету. Төрттағанда еңбектеу, қимыл бағытын сақтай білуді бекіту. Шектелген жазықтық бойымен допты домалатуға жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшак, қолды еркін қалыпта ұстап, еденде отыру. Бір аяқты тізеден бүгіп, көтеріп гүлдің үстінен аяқты тигізбей алып өту б қ оралу. Келесі аяқпен орындау. Б қ бір біріне қарама қарсы тұрады. Еденнен гүлді алып кезек кезек бір біріне сыйлайды. Б қ қолмен еркін қимыл жасап, шеңбер бойы жеңіл жүгіру, айналу, иілу, бір біріне гүлдерін сыйлау.	Орында тұрып аяқтың ұшына көтерілу және тепе теңдік сақтап тұру, толық табанға тұру; Велосипед тебу (3 аяқты)	Қ\о: «Балапандар»	Гүлдер	1
		Тақырыбы: «Көңілді жаз» Мақсаты: Балалардың жаз мезгілі туралы түсініктерін молайту Алақан мен тізеге сүйеніп еңбектеу, өзінің әрекетін бақылау, арқасын тік ұстауды сақтау. Шектелген жазықтық бойымен допты домалатуға жаттықтыру.	Жай бірінің артынан бірі жүру, шағын топпен жетекшінің соңынан ере жүру, сапта бірінің артынан бірі жүру. Шағын топпен жүгіру, белгі бойынша тоқтау. Шағын топ құру	Б қ аяқ сәл алшак, қолды еркін қалыпта ұстап, еденде отыру. Бір аяқты тізеден бүгіп, көтеріп гүлдің үстінен аяқты тигізбей алып өту б қ оралу. Келесі аяқпен орындау. Б қ бір біріне қарама қарсы тұрады. Еденнен гүлді алып кезек кезек бір біріне сыйлайды. Б қ қолмен еркін қимыл жасап, шеңбер бойы жеңіл жүгіру, айналу, иілу, бір біріне гүлдерін сыйлау.	Орында тұрып аяқтың ұшына көтерілу және тепе теңдік сақтап тұру, толық табанға тұру; Велосипед тебу (3 аяқты)	Қ\о: «Көбелектер »	Гүлдер	
		ҰОҚ саны:					108	