Бекітемін

Қызылорда облысының білім басқармасының

Қазалы ауданы бойынша білім бөлімінің

№4 «Шұғыла бөбекжай -балабақшасы»

меңгерушісі __________ А. Еришова.

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2025-2026 оқу жылына арналған дене тәрбиесі ұйымдастырылған іс-әрекетінің перспективалық жоспары

Дене тәрбие нұсқаушысы: Медетбай .Э

Scanned with CamScanner

Бекітемін

«Қызылорда облысының білім басқармасының

Қазалы ауданы бойынша білім бөлімінің

№4 «Шағала бөбекжай -балабақшасы»

меңгерушісі ________ А. Еришова.

Ұйымдастырылған іс-әрекетінің кестесі
2025-2026 оку жылы
Дене тәрбиесі

Топ аты / апта	Ортаңғы «Ертөстік»	Ортаңғы «Ақбота»	Ересек «Айгөлек»	Ересек «Балауса»
Дүйсенбі	1	1		1
Сейсенбі	1	1	1	
Сәрсенбі			1	1
Бейсенбі	1	1		
Жұма			1	1

Scanned with CamScanner

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасының негізінде 2025 -2026 дене тәрбиесінің ересек «Балауса,Айгөлек» тобына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Айлары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
		.
Қыркүйек	**Дене тәрбиесі**	**Жүру:** өкшемен, қол мен аяқ қимылдарын үйлестіру. **Тепе-теңдікті сақтау:** сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру. **Жүгіру:** аяқтың ұшымен жүгіру **Еңбектеу, өрмелеу:** 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеу; **Секіру:** бір орында тұрып, қос аяқпен секіру; **Лақтыру, домалату, қағып алу:** заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату; **Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру**. Бір-бірден сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. **Ырғақтық жаттығулар.** Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау. **Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар.** Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен); **Кеудеге арналған жаттығулар.** Екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу (жылдам және бір қалыпты) **Аяққа арналған жаттығулар.** Аяқтың ұшына көтерілу және тұру. **Спорттық жаттығулар.** Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу Ойын барысында, спорт жабдықтарын қолдануда қауіпсіздікті сақтау.
Қазан	**Дене тәрбиесі**	**Жүру:** аяқтың сыртқы қырымен жүру **Тепе-теңдікті сақтау:** сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың бойымен жүру. **Жүгіру:** тізені жоғары көтеріп жүгіру. **Еңбектеу, өрмелеу:** көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу

Scanned with CamScanner

		жаттығулар. төмен түсіру, қолдарын арқасына апару: **Кеудеге арналған жаттығулар.** Оңға, солға еңкею, шалқаю. **Аяққа арналған жаттығулар.** Екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен өкшені, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсылдату. **Ырғақтық жаттығулар.** Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау. **Спорттық жаттығулар.** Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу Ойын барысында, спорт жабдықтарын қолдануда қауіпсіздікті сақтау.
Қараша	**Дене тәрбиесі**	**Жүру:** адымдап жүру **Тепе-теңдікті сақтау:** гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен жүру, қолды екі жаққа созып жүру **Жүгіру:** адымдап жүгіру **Еңбектеу, өрмелеу:** көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; **Секіру:** бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; **Лақтыру, домалату, қағып алу:** оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 метр қашықтықтан) **Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру.** үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру **Жалпы дамытушы жаттығулар.** **Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар.** қолдарды төмен түсіру; **Кеудеге арналған жаттығулар.** Тұрған қалыпта екі аяқ бірге (алшақ), алға еңкейіп, қолдың саусақтарын аяқтың ұшына жеткізіп, заттарды қою және жоғары көтеру. **Аяққа арналған жаттығулар.** Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. **Ырғақтық жаттығулар.** Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау. **Спорттық жаттығулар.** Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу Ойын барысында, спорт жабдықтарын қолдануда қауіпсіздікті сақтау.
Желтоқсан	**Дене тәрбиесі**	**Жүру:** жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру **Тепе-теңдікті сақтау:** басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылу; **Жүгіру:** сапта бір-бірден, шеңбер бойымен,

Scanned with CamScanner

		Лақтыру, домалату, қағып алу: 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру; **Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру.** бағыт бойынша түзелу; **Жалпы дамытушы жаттығулар.** **Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар.** белге қою, кеуде тұсына қою; **Кеудеге арналған жаттығулар.** Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. **Аяққа арналған жаттығулар.** Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. **Ырғақтық жаттығулар.** Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау. **Спорттық жаттығулар.** Шанамен сырғанау: төбешіктен сырғанау;
Қаңтар	**Дене тәрбиесі**	**Жүру:** сапта бір-бірден жүру **Тепе-теңдікті сақтау:** қырлы тақтай бойымен (ені 2 сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүру; **Жүгіру:** шашырап жүгіру; **Еңбектеу, өрмелеу:** табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу; **Секіру:** 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру **Лақтыру, домалату, қағып алу**: допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алу; **Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру.** оңға, солға бұрылу; **Жалпы дамытушы жаттығулар.** **Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар.** қолдарын алға-артқа сермеу; **Кеудеге арналған жаттығулар.** Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. **Аяққа арналған жаттығулар.** Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. **Ырғақтық жаттығулар.** Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау. **Спорттық жаттығулар.** бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу.
Ақпан	**Дене тәрбиесі**	**Жүру:** жүруді жүгірумен алмастыру. **Тепе-теңдікті сақтау:** көлбеу тақтай бойымен (ені 2 сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүру; **Жүгіру:** түрлі тапсырмаларды орындай отырып жүгіру **Еңбектеу, өрмелеу:** 50 сантиметр биіктікте

Scanned with CamScanner

		орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр), қысқа секіргішпен секіру. **Лақтыру, домалату, қағып алу**: допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); **Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру.** орнында айналу; **Жалпы дамытушы жаттығулар.** **Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар.** қолды иыққа қойып, шынтақтарын бүгіп, қолдарын айналдыру. **Кеудеге арналған жаттығулар.** Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. **Аяққа арналған жаттығулар.** Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. **Ырғақтық жаттығулар.** Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау. **Спорттық жаттығулар.** Шаңғымен жүру: шаңғымен бірінің артынан бірі жүру; ересектердің көмегімен шаңғыны киіп, шешу
Наурыз	**Дене тәрбиесі**	**Жүру:** жүруді секірумен алмастыру **Тепе-теңдікті сақтау:** қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап өту **Жүгіру:** шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіру **Еңбектеу, өрмелеу:** құрсаудан еңбектеп өту; **Лақтыру, домалату, қағып алу**: допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3– 4 рет). **Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру.** араларын алшақ ұстау және жақын тұру. **Жалпы дамытушы жаттығулар.** **Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар.** Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. **Кеудеге арналған жаттығулар.** Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру.. **Аяққа арналған жаттығулар.** Тізені бүгу, алға созу, қайтадан бүгу және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. **Ырғақтық жаттығулар.** Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау.
Сәуір	**Дене тәрбиесі**	**Жүру:** бағытты және қарқынды өзгертіп жүру, **Тепе-теңдікті сақтау:** еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өту. **Жүгіру:**1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен

Scanned with CamScanner

		жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу **Секіру:** орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр) секіру. **Лақтыру, домалату, қағып алу**: допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); **Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру**. орнында айналу; **Жалпы дамытушы жаттығулар.** **Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар.** Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу. **Кеудеге арналған жаттығулар.**. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. **Аяққа арналған жаттығулар.** Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүру. **Ырғақтық жаттығулар.** Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау.
Мамыр	**Дене тәрбиесі**	**Жүру:** қол мен аяқ қимылдарын үйлестіру. **Тепе-теңдікті сақтау:** үрленген доптардан (бір-бірінен қашық қойылған 5–6 доп арқылы кезекпен) аттап өту. **Жүгіру:** орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру. **Еңбектеу, өрмелеу:** бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өту. **Секіру:** қысқа секіргішпен секіру. **Лақтыру, домалату, қағып алу**: допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3– 4 рет). **Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру**. араларын алшақ ұстау және жақын тұру. **Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар.** Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. **Кеудеге арналған жаттығулар.**Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға

		Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау.

Scanned with CamScanner

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасының негізінде 2025 -2026 дене тәрбиесінің ортаңғы «Ертөстік,Ақбота» тобына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Айлары	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қыркүйек	**Дене тәрбиесі**	**Жүру.** Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүру. **Жүгіру.** Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден жүгіру. **Еңбектеу, өрмелеу**. 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу **Домалату, лақтыру, қағып алу.** төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан). Сапқа тұру, қайта сапқа тұру. Бірінің артынан бірі сапқа тұру. **Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:** қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); **Кеудеге арналған жаттығулар:** допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; **Аяққа арналған жаттығулар:** аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; **Ырғақтық жаттығулар.** Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау; **Велосипед тебу.** Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.
Қазан	**Дене тәрбиесі**	**Жүру.** Сапта бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру; **Жүгіру.** Алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта жүгіру. **Еңбектеу, өрмелеу:** еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның

Scanned with CamScanner

		Шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша); **Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:** заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); **Кеудеге арналған жаттығулар:** аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; **Аяққа арналған жаттығулар:** қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру;
Қараша	**Дене тәрбиесі**	**Жүру.** әртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру; **Жүгіру.** Тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; **Еңбектеу, өрмелеу:** көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы еңбектеу; **Домалату, лақтыру, қағып алу.** Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. **Сапқа тұру, қайта сапқа тұру:** Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету; **Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:** заттардың арасымен, қақпаға домалату **Кеудеге арналған жаттығулар:** иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта **Аяққа арналған жаттығулар:** отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау, таяқтың, білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен жүру. **Қимылды ойындар** Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету, қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату.

Scanned with CamScanner

Желтоқсан	**Дене тәрбиесі**	**Жүру.** қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүру; **Жүгіру:** белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру. **Еңбектеу, өрмелеу:** саты бойымен өрмелеу, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр); **Домалату, лақтыру, қағып алу.** допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) **Сапқа тұру, қайта сапқа тұру.** Бір-бірінің жанына сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша); **Қол және иық белдеуіне арналған** жаттығулар: қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; **Кеудеге арналған жаттығулар:** аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); **Аяққа арналған жаттығулар:** аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; **Ырғақтық жаттығулар.** Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау;
Қаңтар	**Дене тәрбиесі**	**Жүру.** еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу; **Жүгіру:** белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, **Еңбектеу, өрмелеу:** еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр); **Домалату, лақтыру, қағып алу.** лақтыру (1-1,5 метр қашықтық), аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, **Сапқа тұру, қайта сапқа тұру.** Шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша); **Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:** қолды алға, жан-жаққа

Scanned with CamScanner

		допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; **Аяққа арналған жаттығулар:** аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; **Қимылды ойындар** Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету, қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату.
Ақпан	**Дене тәрбиесі**	**Жүру.** әртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру; **Жүгіру.** Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; **Еңбектеу, өрмелеу:** көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы еңбектеу; **Домалату, лақтыру, қағып алу.** Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық); **Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:** қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); **Кеудеге арналған жаттығулар:** допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; **Аяққа арналған жаттығулар:** аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; **Шанамен сырғанау.** Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау.
Наурыз	**Дене тәрбиесі**	**Жүру.** Сапта бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру; **Жүгіру.** Алаңның бір жағынан екінші

Scanned with CamScanner

		Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық); **Сапқа тұру, қайта сапқа тұру.** Шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша); **Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:** заттардың арасымен, қақпаға домалату **Кеудеге арналған жаттығулар:** аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); **Аяққа арналған жаттығулар:** қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; **Велосипед тебу.** Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.
Сәуір	**Дене тәрбиесі**	**Жүру.** қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүру; **Жүгіру:** белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру **Еңбектеу, өрмелеу:** еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр); **Домалату, лақтыру, қағып алу.** допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) **Сапқа тұру, қайта сапқа тұру:** Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету; **Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:** заттардың арасымен, қақпаға домалату **Кеудеге арналған жаттығулар:** аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); Құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарым-қатынас жасауға баулу; **Аяққа арналған жаттығулар:** аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа

Scanned with CamScanner

		қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау;
Мамыр	**Дене тәрбиесі**	**Жүру.** еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу; **Жүгіру:** белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, **Еңбектеу, өрмелеу:** еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр); **Домалату, лақтыру, қағып алу.** Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық); **Сапқа тұру, қайта сапқа тұру.** Шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша); **Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:** қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. **Кеудеге арналған жаттығулар:** допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; **Аяққа арналған жаттығулар:** аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; **Қимылды ойындар** Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету, қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату.

Scanned with CamScanner