

№ 1 педагогикалық кеңестің
шешімінде қабылданды
(2021 жылғы 31 тамыз №1, хаттама)

«Бекітемін»
«Ақтив» бөбекжай-балабақшасының
менгерушісі: К.Н.Абильдаева
«_____» 2021ж



Дене шынықтырудан
Ұйымдастырылған оқу қызметінің перспективалық жоспары
Қазақстан Республикасының Білім және ғылым министрінің 2020 жылғы 24 қыркүйекте №412 бұйрыққа қосымша.
Қазақстан Республикасының Білім және ғылым министрінің 2016 жылғы 16 тамыздағы № 449 бұйрыққа 1-қосымша.
«Ботақан» ортаңғы тобы

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Ж.А. Досбатырова

2021-2022 оқу жылы

**«БОТАҚАН» ОРТАҢҒЫ ТОБЫНЫҢ
2021-2022 ОҚУ ЖЫЛЫНА АРНАЛҒАН
ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ БӨЛІМІ БОЙЫНША ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ**

Өтпелі тақырып: «Балабақша» Мақсаты: балаларды балабақшамен, әлеуметтік ортамен таныстыру. Міндеттері: - балабақшаға, топқа ондағы балалар мен ересектерге сүйіспеншілік сезімдерін қалыптастыру; - құрдастарымен бірігіп ойнау барысында балалардың шығармашылық, коммуникативтік, танымдық қабілеттерін ояту; - бірлескен әрекетке командамен бірге әрекет етуге баулу.			
	«Денсаулық»-3	Негізгі іс-әрекет	Материалдар мен құралдар
01 – 03 қыркүйек I апта	1.Дене шынықтыр	.	
	2. Дене шынықтыру		
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Спортзалда ойнаймыз»	1.Сапта бір–бірлеп жүру және жүгіру.Сызықтар арасымен тепе –теңдікті сақтап жүру, бір қатарға сапқа тұру. Сап түзеп бір қатармен жаяу жүру.	Төрт шығыршық (диаметрі 50см), екі тақтай (ені 20см) балалардың санына қарай жалаушалар
06– 10 қыркүйек II апта	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: Қуыршақтар дене шынықтыруды ұнатады (<i>таза ауада</i>)	Сапқа бір қатар болып тұру, сапта бір қатармен жүру және жүгіру. Тепе-теңдікті сақтапқуыршақты қолда ұстап, баспалдақпен төбешікке (горка) көтерілу, тұтқаларынан ұстамай, төмен қарай отырып сырғанау.	Кішкентай доптар, жалаушалар, әр түстегі шарлар және себеттер.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қоянмен бірге ойнаймыз»	Екі аяқпен секіру (аяқты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру). Шеңбер бойына сапқа тұрып жаяу жүру.	Ұзын жіп, қапшықтар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Доппен танысамыз»	Бір-біріне допты домалату(аяқты алшақ қойып отыру, арақашықтық – 1 метр). Екі аяқпен ептілікпен секіру (аяқты қосып секіру және екі жаққа алшақ қойып секіру).	Ұзын жіп, қапшықтар.
13 – 17 қыркүйек III апта	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: Қонжықпен бірге ойнаймыз (таза ауада).	Сызық үстінен екі аяқпен секіру, кедергілер арасынан жүру және жүгіру.	Жүруге арналған жолдар, шарлар, жалаушалар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Балақайлар»	4 метр қашықтыққа тіке бағытта еңбектеу. Аяқтарын алшақ ұстай отырып допты бір-біріне домалату, арақашықтық – 1 метр.	Екі гимнастикалық орындықтар, екі қапшықтан және бір текшеден.

	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Марғаулар»	Ені – 25 см, ұзындығы 2,5 метр тіке жолмен жүру Кез келген бағытта еңбектеу.	Екі гимнастикалық орындықтар, екі қапшықтан және бір текшеден әрбір балаға ойынға арналған жіп.
20 – 24 қыркүйек IV апта	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Әжемнің ауылында» (таза ауада)	Ені – 20 см, ұзындығы 3 м ирек жолмен жүру Допты бір-біріне екі қолмен домалату (арақашықтығы – 1,5 метр). Жоғарыда ілініп тұрған затқа қолын тигізіп, биіктікке секіру.	Кішкентай доптар, шарлар және себеттер.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Тентек тышқандар»	Метр қашықтыққа тура бағытта еңбектеу. Түрегеп тұрып бір-біріне допты домалату (арақашықтық – 1,5 метр).	Бала санына қарай секіртпе, қалта және доптар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Айгүл есімді қуыршақпен танысу»	4 метр қашықтыққа алақан мен тізені тіреп, тіке бағытта еңбектеу. Екі аяқпен секіру (аяқтарын қосып секіру, екі жаққа алшақ қойып секіру).	Бала санына қарай секіртпе, бау, қалта және доптар.
27.09 – 01 қазан I апта	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: Ертегіде қонақта (денешынықтыру +театрландырылған көрініс) (таза ауада)	15 см биіктіктегі заттардан секіріп түсу. Төрттағандап еңбектеу, доға жасап тұру, екі қолмен әртүрлі бағытта допты домалату.	Кішкентай текшелер, доға, арқан және ойынға қажетті заттар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Балалар достығы-аңдар достығы»	Алға қарай екі аяқпен секіру(2 метр қашықтыққа). Тоқтап тұрып және тапсырманы орындай отырып (өзін айнала отырып) жүгіру. 4 метр қашықтыққа тіке бағытта төрттағандап еңбектеу	Бала санына қарай кішкентай шығыршық, гимнастикалық тақтай.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Түрлі түсті доптар»	Допты 1 метр қашықтықта орналасқан қақпа арқылы домалату(ені – 60 см). 2 метр қашықтыққа алға қарай екі аяқпен секіру.	Бала санына қарай кішкентай шығыршық, гимнастикалық тақтай.
Өтпелі тақырып: «Менің отбасым» Мақсаты: балаларға отбасы және отбасы мүшелері туралы түсінік беру Міндеттері: - өзі, отбасы мүшелері, сүйікті ойыншықтары туралы сүйіспеншілік сезімдерін қалыптастыру; - балалардың отбасы құндылықтары деген сүйіспеншілігін ояту, - отбасында үлкендерді сыйлап, кішілерге қамқор болу сияқты қағидаларын сақтай білуге тәрбиелеу.			
I апта 04-08 қазан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сылдырмақтар қайда?» (таза ауада)	Еденге қойылған тақтайшамен жүру. 40 см қашықтықта орналасқан сылдырмақтар арасынан жүгіріп өту. Еденде отырып сылдырмақтардан жасалған «қоршауға» тигізе өтіп, допты домалату.	Сылдырмақтар, кегельдер, жіп және ойынға қажетті заттар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Менің көңілді добым»	Кедергілер арасынан жыланша жорғалап өту. 1,5 метр қашықтықтан ені 50 см қақпа арқылы допты домалату.	Кішкентай доптар, кегельдер, жіп.

	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Жол бойымен жүгіремін»	Тоқтап тұрып және тапсырманы орындай отырып (орындыққа шығып, тепе-теңдікті сақтау) жүгіру. Кедергілердің арасынан «жыланша» бауырлап жорғалау.	Кішкентай доптар, кегельдер, жіп.
II апта 11-15 қазан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Көңілді торғайлар»	Кедергілердің арасынан «жыланша» ирелендеп жүріп өту. 15 см биіктіктен тереңдікке секіру.	Доптар, гүлдер, жалаушалар, текшелер.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қонжықпен ойнайық»	Бақайларымен жүру. Тоқтап тұрып және тапсырманы орындай отырып (текшеге немесе гимнастикалық сәкіге шығу) жүгіру. Жоғарыда тұрған затқа қолын тигізу арқылы биіктікке секіру.	Баланың санына қарай орташа доптар, екі ұзын жіп.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Достығымыз жарасқан»	Алға қарай екі аяқпен секіру(арақашықтық – 2 метр). 4,5 метр қашықтыққа тура бағытпен төрттағандап еңбектеу.	Баланың санына қарай орташа доптар, екі ұзын жіп.
III апта 18-22 қазан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Көңілді жұлдызқұртқа қонаққа барамыз» (таза ауада)	«Жұлдызқұрт» арқылы секіру, доға жасап жорғалау, гимнастикалық сәкімен жұлдызқұрттан аттап өту.	Әр түстегі текшелер, доптар, доға және ойынға қажетті заттар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қуыршақ Серік қонаққа келді»	Допты екі қолмен кеудеден лақтыру. 3 метр қашықтыққа алға қарай екі аяқпен секіру.	Бала санына қарай шығыршықтар, баскетбол торы, доптары,
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сыйлық толы жәшік»	Еденге орнатылған тақтайшадатөрттағандап еңбектеу (ені – 25 см, ұзындығы – 2 метр). Допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыру	Бала санына қарай шығыршықтар, баскетбол торы, доптары,кегельдер.
IV апта 25-29 қазан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Кәнеки, аңдар, бізге құлақ салыңдар!» (таза ауада)	Қолдарын белінде ұстап,биіктігі 10 см кедергіден аттап өту арқылы тепе-теңдікті сақтай отырып, жолды жүріп өту. Сәкі үстінде төрттағандап еңбектеу. Бір құрсаудан екінші құрсауға секіру.	Шығыршықтар, доптар, құм салынған қапшықтар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Тиін балаларға қонаққа келді»	Тікелей созылып жатқан жіптің үстімен жүру. Ені 25 см, ұзындығы 2 метр еденге орнатылған тақтайшада алақан мен табанын тіреп төрттағандап еңбектеу.	Әр балаға гимнастикалық таяқша, лақтыруға арналған қапшықтар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз саяхаттап жүрміз»	Иректесп қойылған жіп үстінде жүру. Бір-бірінің қолдарынан ұстап, шеңбер жасап жүгіру. Допты кеуде тұсынан екі қолмен лақтыру.	Әр балаға гимнастикалық таяқша, лақтыруға арналған қапшықтар, гимнастикалық баспалдақ.

Өтпелі тақырып: «Дені саудың жаны сау» Мақсаты: балаларға денсаулық, оның қажеттілігі туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың денсаулығын нығайту, ағзаларын шынықтыру деңгейін қалыптастыру; - балалардың өз денесіне ұқыпты қарау, денсаулығын сақтау қабілетін ояту; - салауатты өмір салты қағидаларын сақтай білуге тәрбиелеу.			
I апта 01-05 қараша	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Күн нұры» (таза ауада)	Бағытты өзгерте отырып жүру және жүгіру. Көлбеу тақтайшада жоғары және төмен жүру. Допты тор арқылы бастан асыра лақтыру.	Жүруге арналған жолдар, текшелер доптар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Маймылдар»	Орнында тұрып ұзындыққа секіру (30 см қашықтыққа) Жіптен ұстап шеңбер бойымен жүгіру. Кедергілерден «жыландай» ирелеңдеп өтіп жүру.	Шығыршықтар (диаметрі 50 см). Әр балаға екі қаптан жіне 10 кегель
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Көжектерге арналған дене шынықтыру»	Бопты екі қолымен бастан асыра лақтыру. Орнында тұрып ұзындыққа секіру (30 см)	Шығыршықтар (диаметрі 50 см). Әр балаға екі қаптан жіне 10 кегель
II апта 08-12 қараша	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Кеме» (таза ауада)	Жолмен сүйеу қадам жасап жүру. Бірнеше сызықтан екі аяқпен секіру. Төмендету әдісімен допты алысқа лақтыру.	Сылдырмақтар, таяқшалар, кегельдер, ойынға қажетті заттар
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қуыршақ Айгүл балалармен ойнайды»	Доға астында еңбектеу (биіктігі – 40 см) Допты екі қолмен кеуде тұсынан лақтыру.	Әр балаға екі жалаушадан, 6-8 кесек ағаш.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қонжықтай күшті бола біл!»	Ирек жолмен жүру (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр) Биіктігі 40 см доға астынан еңбектеп өту.	Әр балаға екі жалаушадан, 6-8 кесек ағаш.
III апта 15-19 қараша	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қоянға қонаққа барайық»	Бағытын өзгерте отырып сапта жүру. Кегельдердің арасымен жолда «ирелеңдеп» жүру. Бір орыннан екі аяқпен секіру.	Доптар, себеттер, гүлдер, тақтай.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қуыршақ Айгүлден сәлемдеме»	Тізені жоғары көтеріп жүру. Ирек жолмен жүру және жүгіру (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр) Ені – 50 см, 1,5 м қашықтықтағы қақпаға допты домалату.	Бала санына қарай доп, кегельдер, гимнастикалық таяқшалар, текше, орындық.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сылдырмақты балақан»	Орнында тұрып ұзындыққа секіру (арақашықтығы – 40 см). Тізені жоғары көтеріп жүру. Түрлі бағытта жүгіру.	Бала санына қарай доп, кегельдер, гимнастикалық таяқшалар, текше, орындық.
IV апта 22-26 қараша	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз күнге еріп, достарымызды табамыз» (таза ауада)	«Қар көпірі» қар үйіндісіне көтерілу, «Нысанаға тигіз» (қарды ағашқа лақтыру).	Баланың санына қарай сылдырмақтар, жіп немесе арқан, гимнастикалық орындық

	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ойын ойнауды ұнатамыз»	1 метр қашықтықта тұрып педагогтің лақтырған добын қағып алу және лақтыру. Орнында тұрып ұзындыққа секіру (35 см).	Баланың санына қарай сылдырмақтар, жіп немесе арқан, гимнастикалық орындық, шығыршық, қапшық, қаптар
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ауылға сапар шегеміз»	Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтайдан сырғанау. 1 метр қашықтықта тұрған педагогтің лақтырған добын қағып алу және лақтыру.	Гимнастикалық орындық, кішкентай доптар, себеттер.
Өтпелі тақырып: «Менің Қазақстаным» Мақсаты: балаларға отан, туған жер туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың отан туралы түсініктерін кеңейту; - балалардың патриоттық және адамгершілік сезімін ояту; - туған жерін сүйуге, қадірлеуге тәрбиелеу.			
I апта 29.11-03 желтоқсан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Хайуанаттар бағы»	Еденде жатқан кедергілерден аттап өту(олардың арақашықтығы – 25 см). Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтайда еңбектеу.	Бір балаға арналған орындық, доптар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ауылға сапар шегеміз»	Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтайдан сырғанау. 1 метр қашықтықта тұрған педагогтің лақтырған добын қағып алу және лақтыру.	Гимнастикалық қабырға, доптар
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Хайуанаттар бағын мекендеушілер»	Алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру(арақашықтығы – 10 метр). Едендегі 20 см қашықтықта орналасқан кедергілерді аттап өту, тепе-теңдікті сақтау. Гимнастикалық қабырғаның екіншісатысына бекітілгенкөлбеу тақтайда еңбектеу.	Бір балаға арналған орындық, доптар.
II апта 06-10 желтоқсан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біздің сүйікті ойындарымыз» (таза ауада)	Сапта бір қатарда тұрып қарқынды өзгерте жүру және жүгіру. Төбешіктен қуыршақты, қонжықты шанамен сырғанату. Құрсаудан-құрсауға секіру.	Бір балаға арналған орындық, доптар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Құртақанмен ойнайық»	Еденде жатқан жазық шеңберге секіру. Алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру (арақашықтығы – 20 м)	Жіп, доп, таяқшалар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Жарық шашқан шамдар»	1,5 метр қашықтықта тұрған педагогтің лақтырған добын қағып алу және қайта лақтыру. Еденде жатқан жазық шеңберге секіру.	Әр балаға сылдырмақтар, ит, аю ойыншығы, саты.
III апта 13-17 желтоқсан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Менің шанам қуыршақты	Қуыршақты шанамен сырғанату. Алға екі аяқпен секіру.	Әр балаға сылдырмақтар, ит, аю ойыншығы, саты.

	сырғанатады» (таза ауада)		
	2.Дене шынықтыру тақырыбы: «Түрлі түсті жалаулар»	Музыкалы-ырғақты қимылдар (музыкамен маршпен жүру). Қолдарын екі жаққа созып, еденде жатқан баспалдақтың тақтайшаларын аттап өту.	Гимнастикалық таяқшалар, жіп және ойынға қажетті заттар.
	3.Дене шынықтыру		
IV апта 20-24 желтоқсан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Бір-екі, бір-екі, біз жасаймыз аққала!»	Допты жоғары лақтыру және қағып алу. 15 см биіктіктен тереңдікке секіру.	Бала санына қарай доптар салынған
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз шананы сүйрейміз» (таза ауада)	Шананы бірде оң қолмен, бірде сол қолмен кезек-кезек сырғанату; Шанамен бір-бірін сырғанату (бір бала шанаға отырады, екі бала шананы сүйрейді).	шаналар
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Аяз атаның сыйлықтары»	Бөренеден еңбектеп өту. 1,5 метр қашықтықта тұрған педагогке доп лақтыру және одан допты қағып алу.	Доптар, себеттер, арқан
II апта 27-31 желтоқсан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ақшақармен ойнаймыз»	Қолдарын екі жаққа созып, еденде жатқан баспалдақтың тақтайшаларынан аттап өту. Бөренеден (бум) еңбектеп өту.	баспалдақ, тақтайша, бөрене
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қоянның сыйлығы» (таза ауада)	Педагог берген белгіге тоқтап, бір-бірінің артынан сапта жүру және жүгіру. Қарды тік тұрған шанаға дәлдеп лақтыру.	Қар, шана
	3. Дене шынықтыру «Мұзы қатқан айдынды, Жаңа жауған қар басты»	15 см биіктіктен тереңдікке секіру. Шеңбер құрып тұру.	Гимнастикалық тақтай.
Өтпелі тақырып: «Табиғат әлемі» Мақсаты: балаларға табиғат, туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың отан туралы түсініктерін кеңейту; - балалардың табиғатқа деген қызығушылығын ояту; - табиғатты қорғап, аялай білуге тәрбиелеу			
I апта 03-07қаңтар	1. Дене шынықтыру		
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз үлкен болып өсеміз»	Шеңбер құрып тұру. Музыкалық-ырғақты қозғалыстар (музыкалық маршпен жүру). Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтайдан еңбектеп түсу.	Әр түрлі текшелер, доға, арқан.

	3.Дене шынықтыру		
II апта 10-14 қаңтар	1.Дене шынықтыру		Әрбір балаға гимнастикалық таяқша, текшелер.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Бір, екі, үш, бізбен бірге қайтала!» (таза ауада)	Кедергілердің арасынан шашыла жүру және жүгіру. Допты екі қолмен тіке бағытта домалату. Домалап бара жатқан заттың соңынан төрттағандап еңбектеу. Қарды бірде оң қолмен, бірде сол қолмен кезек-кезек алысқа лақтыру.	Гимнастикалық таяқшалар, Жіп және ойынға қажетті заттар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ойыншықтар»	Еденге тігінен орналасқан шеңберден еңбектеп өту. Допты жоғары лақтыру және қағып алу.	Доп, екі баған, таяқша, лента.
III апта 17-21 қаңтар	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қысқа орманға біз келдік»	Биіктігі – 30 см, ені 20 см гимнастикалық сәкіде жүру. Еденге тігінен қойылған шеңберден еңбектеп өту.	Доп, екі баған, таяқша, лента.
	2. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Серуендеуге барайық, тышқанға іздеу салайық» (таза ауада)	Аласа төбешіктен сырғанауышпен сырғанау. Жолмен жүгіріп барып сырғанау.	Доптар, жіп, шығыршықтар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз кішкентай шабандоздармыз»	Көлбеу орналасқан баспалдаққа шығу. Биіктігі – 20 см, ені 20 см гимнастикалық сәкіде жүру.	Доптар, кегельдер, шығыршықтар.
IV апта 24-28 қаңтар	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қонаққа құртақан келді»	20 см биіктіктен тереңдікке секіру. Көлбеу орналасқан баспалдаққа шығу.	Доптар, кегельдер, шығыршықтар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Аяқ күшін нығайтамыз» (таза ауада)	қар үйіндісінің үстімен жүру (тепе-тендік сақтау). Төбешіктен бір-бірден сырғанау.	Доптар, кегельдер, тақтайшалар, кішкентай орындықтар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Балақайға тосын сый»	Бағытын өзгерте отырып жүгіру. 20 см биіктіктен тереңдікке секіру. Көлбеу қойылған баспалдақтан өту.	Сылдырмақтар, кегельдер, жіп.
Өтпелі тақырып: «Бізді қоршаған әлем» Мақсаты: балаларға қоршаған орта туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың қоршаған орта туралы түсініктерін кеңейту; - балалардың қоршаған ортаның ерекшеліктеріне деген қызығушылығын ояту; - қоршаған ортаны таза ұстап, аялай білуге тәрбиелеу			
I апта 31	1. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Түрлі түсті текшелер»	5 см биіктікте орналасқан кедергілердің үстінен екі аяқпен секіріп түсу. Бағытты өзгерте отырып жүру және жүгіру. Биіктігі – 30 см, ені 20 см гимнастикалық сәкімен жүру.	Сылдырмақтар, кегельдер, жіп.

	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сиқырлы дорба»	Допты еденге лақтыру және қағып алу. 5 см биіктікте орналасқан заттың үстінен екі аяқпен секіру.	Ойыншықтар, шарлар, арқан, түсті шашақтар.
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Әжемнің сыйлықтары»	Гимнастикалық сәкіге мініп-түсу. Допты еденге лақтыру және оны қағып алу.	Әр түсті шарлар, түсті шашақтар.
II апта 07 -11 ақпан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Секіргіш қоянға қонаққа барамыз»	Қар үйіндісінің үстімен жүру (тепе-теңдік сақтау). Бір-бірін шанамен сырғанату.	Қар үйіндісі, шаналар
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Теңіз жағасында»	Бір-бірінен 15 см қашықтықта орналасқан кірпіштің үстімен жүру(тепе-теңдік сақтауға арналған жаттығу). Гимнастикалық сәкіден өтіп төрттағандап еңбектеу.	Себеттер, текшелер.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Орманға саяхат»	Музыкалы-ырғақты қимылдар. Бір-бірінен 15 см қашықтықта орналасқан кірпіштің үстімен жүру. Ені 50 см қақпадан 2 метр қашықтыққа допты домалату.	Арқан, 4 гимнастикалық төсеніш, үлкен доптар, жіп.
III апта 14 -18 ақпан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қар қиыршықтары» (таза ауада)	Тереңдікке секіру – қар үйіндісінен жолға секіріп түсу. Шанамен бір-бірін сырғанату.	Арқан, 4 гимнастикалық төсеніш, үлкен доптар, секіруге арналған 2 сырық ағаш, жіп.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ормандағы достармен кездесу»	Биіктігі 10 см заттан екі аяқпен секіру. Музыкалық-ырғақтық қимылдар. Бірі-бірінен 2 м қашықтықта орналасып, аяқтарын айқара аша отырып бір-біріне допты домалату.	Себеттер, текшелер, доптар, үлкен текшелер.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Микки-маус»	Диаметрі 15 см допты екі қолымен ұстап, жіп арқылы бастан асыра лақтыру. Биіктігі 10 см заттың үстінен екі аяқпен секіру.	Кішкентай шығыршықтар, гимнастикалық орындық, текшелер.
IV апта 21 -25 ақпан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Секіре де жүгіре де білеміз»	Төбешіктен шанамен сырғанау. Алаңмен жүгіру.	Кішкентай шығыршықтар, орташа көлемдегі доп, гимнастикалық орындық, текшелер.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ерекше қонақтар»	Гимнастикалық қабырғаға шығу және одан түсу. Диаметрі 15 см допты екі қолымен ұстап, тор арқылы бастан асыра лақтыру.	Тік жіп, ирек сызықтар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Көңілді жарыстар»	Биіктігі 20 см кедергілерді (текшелердің үстіне қойылған тақтайшалар) аттап өту. Гимнастикалық қабырғаға шығу және одан түсу.	Сылдырмақтар, кегельдер, доп.

Өтпелі тақырып: «Салт дәстүрлер мен фольклор» Мақсаты: балаларға салт-дәстүр туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың қоршаған орта туралы түсініктерін кеңейту; - балалардың ұлттық салт-дәстүрлерге деген қызығушылығын ояту; - патриоттық сезімге тәрбиелеу;			
I апт 28 ақпан -04 наурыз	1. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Орманда қонжық тоңыпты»	Екі аяқтап алға қарай құрсаудан-құрсауға секіру («Классики» ойыны: аяқты бірге, екі жаққа). Бүрді алысқа лақтыру.	Текшелер, кегельдер, бөренелер, жалаушалар, бүрлер, себеттер.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Балапандар»	Жылдам қарқынмен тіке бағытта 10 м қашықтыққа жүгіру. 25 см биіктіктегі баспалдақтың тақтайшаларынан аттап өту.	Гимнастикалық таяқшалар, доптар, себеттер, орындықтар, биіктікке секіруге арналған бағаналар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Көбірек күле біл»	Бір аяқтан екіншісіне секіру. 10 метр қашықтыққа жылдам қарқынмен жүгіру. Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекіткен көлбеу тақтайдан сырғанап түсу.	Гимнастикалық таяқшалар, доптар, себеттер, орындықтар, биіктікке секіруге арналған бағаналар.
II апта 07-11 наурыз	1.Дене шынықтыру		
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Кел, шынығайық, жаттығу жасайық!» (таза ауада)	Сапқа тұру және жұптасып жүру. 2 метр қашықтыққа алға қарай екі аяқпен секіру. Еденде жатқан кедергілерден аттап өту.	Арқан, себеттер, текшелер доптар.
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Наурызға сыйлықтар»	1,5 метр қашықтықтан көлденеңнысанаға екі қолмен төменнен лақтыру. Бір аяқтан екіншісіне секіру.	Арқан, себеттер, текшелер доптар.
III апта 14 -18 наурыз	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Наурыз»	Еденде жатқан ені – 25 см, ұзындығы 2 метр тақтайда төрттағандап еңбектеу. 2 метр қашықтықтан көлденең нысанаға екі қолмен төменнен тигізу.	Сылдырмақтар, гимнастикалық таяқшалар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қадамды нық басамыз, аяққа күш қосамыз» (таза ауада)	Шашыла жүру және жүгіру, жылдам қарқынмен 14 метр қашықтыққа жүгіру. Тереңдікке секіру – биіктігі 20 см сәкіден жартылай бүгілген аяқпен секіріп түсу. Допты жоғарыға лақтырып, екі қолмен қағып алу.	Көзді байлайтын орамал, футбол добы, текшелер.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз күштірек, үлкенірек боламыз»	Бір жағы 20 см көтерілген көлбеу тақтайдың үстімен жүру. Ені – 25 см, ұзындығы 2 м еденде жатқан тақтайдың үстімен алақан мен табанды тіреп, төрттағандап еңбектеу.	Көзді байлайтын орамал, футбол добы, текшелер.

IV апта 21 -25 наурыз	1. Дене шынықтыру		
	2. Дене шынықтыру		
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: Суретпен жұмыс істеуге тапсырма	Баяу қарқынмен жүгіру(40 секунд). Тепе-теңдікке жаттығулар, бір жағы 30 см көтерілген тақтаймен жоғары және төмен қарай жүру. Бір-бірінен 1 метр арақашықтықпен бір қатарға қойылған кедергілердің арасынан допты «жыландай» ирелеңдетіп домалату (қатардың жалпы ұзындығы 6 метр).	Бардюрлер, әр балаға секіртпелер.
III апта 28.03-01 сәуір	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз көңілді ойнаймыз»	Бұрлерді оң және сол қолмен алысқа лақтыру.	Бала санына қарай бұрлер.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Бәріне де цирк ұнайды»	Секіріп жүгіру. Баяу қарқынмен жүгіру (40 секунд). Еденге тігінен қойылған үш шеңберден еңбектеп өту.	Шеңберлер
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Бір, екі, үш, төрт, бес. Біз ойнаймыз бірігіп»	1,5 метр қашықтықтағы көлденең тұрған нысанаға екі қолмен кеудеден лақтыру. Секіріп жүгіру. Бір-бірінің қолынан ұстап шеңбермен жүру.	Шеңбер, әр балаға доп
Өтпелі тақырып: «Біз еңбекқор баламыз» Мақсаты: балаларға еңбек, үлкендер еңбегі туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың қоршаған орта туралы түсініктерін кеңейту; - балалардың тұрмыстық қажеттіліктерді өтеуге деген қызығушылықтарын ояту; - балаларды еңбекқорлыққа және ұқыптылыққа тәрбиелеу			
I апта 04 -08 сәуір	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қозғалыс көңіл-күйді көтереді»	Гимнастикалық қабырғаға мініп-түсу. Диметрі 15 см допты тордан екі қолмен бастан асыра лақтыру.	Доптар, себеттер, қапшықтар, тақтай.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ормандағы алаңқайда ойнаймыз»	Алақан мен тізені тіреп, модульді аттап өтіп, төрттағандап еңбектеу. 2 метр қашықтықтағы көлденең тұрған нысанаға екі қолмен кеудеден лақтыру.	Волейбол торы, әр балаға доптан
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Көктемгі көңіл күй»	Тегістелген бөрене үстімен жүру Модульдерден алақан мен табанды тіреп төрттағандап еңбектеп өту.	Волейбол торы, әр балаға доптан
II апта 11 -15 сәуір	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біздің қолдар жай емес, біздің қолдар алтын ғой» (таза ауада)	Допты еденге лақтырып, секіріп түскенде қағып алу. Гимнастикалық баспалдаққа міну, төменгі тақтайшалар арқылы келесісіне өте білу.	Қапшықтар, тақтай, арқан, шығыршықтар.

	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сиқырлы қоңырау»	Аяқты алға қарай қойып жүру. Тегістелген бөрене үстімен жүру. Музыкалы-ырғақты қимылдар.	Қапшықтар, жәшіктер, шығаршықтар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Бауырсақ, бауырсақ»	Кедергілер арасынан «жыланша» ирелеңдеп жүру. Орнында тұрып екі сызық арқылы ұзындыққа секіру. Доға астынан еңбектеу (биіктігі – 50 см).	Қапшықтар, жәшіктер, шығаршықтар.
III апта 18 -22 сәуір	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Тентек доптар саусақтарды шыңдайды»	Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу. Тереңдікке секіру – 20 см биіктіктегі сәкіден секіру.	Қапшықтар, жәшіктер, таяқшалар, доптар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «1-2-3 кітапқа жан біт»	алға қарай ұмтылып екі аяқпен 3 метр қашықтыққа секіру. Бақаймен жүру және жүгіру. Кедергілер арасынан «жыланша» ирелеңдеп өту.	Қапшықтар, жәшіктер, таяқшалар, доптар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Балақайлар хайуанаттар бағында»	алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру (арақашықтығы 10 м). Тепе-теңдікті сақтай отыра бір-бірінен 20 см қашықтықта жатқан кедергілер арқылы аттап жүру. Гимнастикалық қабырғаның екінші сатысына бекітілген көлбеу тақтайдан сырғанау.	Бала санына қарай текшелер, 2 бағана, кішкентай шығыршық.
IV апта 25 -29 сәуір	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Аңдарға арналған жаттығу»	Бір орыннан ұзындыққа секіру. Допты қақпаға домалату.	Доптар
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Орман тоғайға серуенге барамыз»	Биіктігі 10 см заттың үстінде екі аяқпен секіру. Бағытты өзгерте отырып жүру және жүгіру. Биіктігі – 20 см, ені 20 см гимнастикалық сәкінің үстімен жүру.	Бардюрлер, әр балаға секіртпелер.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Күлкіден шуақ шашылған»	Допты еденге лақтырып қағып алу. Биіктігі 10 см заттың үстінен екі аяқпен секіріп түсу.	1
Өтпелі тақырып: «Туған өлкенің табиғаты» Мақсаты: балаларға туған өлкенің табиғаты туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың табиғат, туған жер туралы түсініктерін кеңейту; - балалардың туған жерге, өлкеге деген патриоттық сезімін ояту. - балалардың туған жерін сүюге, қадірлеуге тәрбиелеу.			
I апта 02 -06	1.Дене шынықтыру		

	2. Дене шынықтыру Тақырыбы: «1,2,3,4,5- көгалда біз ойнаймыз»	17 метр қашықтыққа жылдам қарқынмен жүгіру. Жіп үстінде бір аяқтың өкшесін екінші аяқтың бақайына тіреп жүру. Екі аяқпен 6 жіптің (әрқайсысынан кезекпен) үстінен секіру.	Волейбол торы, әр балаға доптан
	3. Дене шынықтыру		
II апта 09 -13 мамыр	1.Дене шынықтыру		
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Епті тышқандар»	Диаметрі 15 см допты жіп арқылы екі қолмен бастан асырып лақтыру. Биіктігі 10 см заттан екі аяқпен секіру.	Волейбол торы, әр балаға доптан
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Африкадан келген қонақтар»	Гимнастикалық қабырғаға мініп-түсу. Диаметрі 15 см допты екі қолмен тор арқылы бастан асыра лақтыру.	Волейбол торы, әр балаға доптан
III апта 16 -20 мамыр	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Көктем келді күлімдеп»	Жұптасып жүру және шашыла жүгіру. Көлбеу жазықтықтан допты домалату. Бір-бірінен 15 қашықтықта қойылған кірпіштің үстімен жүру. 3 дөңгелекті велосипед тебу.	Қапшықтар, тақтай, арқан, шығыршықтар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Көгалға шығамыз, көңілді ойнаймыз»	Жоғарыда ілініп тұрған затқа қолын тигізіп биіктікке секіру. Ені – 25 см, ұзындығы 2,5 м тіке жолмен жүру және жүгіру.	Қапшықтар, жәшіктер, шығаршықтар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ойыншыққа толы сандық»	2 метр қашықтықтан тұрып допты бір-біріне домалату. Жоғарыда ілініп тұрған затқа басын тигізіп, биіктікке секіру.	Қапшықтар, жәшіктер, шығаршықтар.
IV апта 23 -27 мамыр	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ормандағы соқпақ жолмен жүру»	Жылдам қарқынмен 20 метр қашықтыққа жүгіру. Көлбеу тақтай үстінде жүру және жүгіру. Сәкіден аттап өту және сәкінің астымен өту. Велосипед тебу	Қапшықтар, жәшіктер, таяқшалар, доптар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз саяхаттауды ұнатамыз»	Бір-бірінің қолынан ұстап шеңбер бойымен жүгіру. Иректеліп қойылған жіптің бойымен жүру. Допты екі қолымен кеуде тұсынан лақтыру.	Қапшықтар, жәшіктер, таяқшалар, доптар.

	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сәуле әженің сыйлықтары»	Биіктігі 10 см заттың үстінен екі аяқпен секіру. Бағытты өзгерте отырып жүру және жүгіру. Биіктігі – 30 см, ені 20 см гимнастикалық сәкінің үстімен жүру.	Бала санына қарай текшелер, 2 бағана, кішкентай шығыршық.
IV апта 30 -31 мамыр	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Денсаулық еліне пойызбен саяхаттаймыз»	Оң және сол қолдарымен қашықтыққа лақтыру. Еденде жатқан шеңберге секіруге жаттықтыру, екі аяқпен бір мезетте итеріліп, бақайының басымен секіріп түсе білуді бекіту.	

**«ҚҰЛЫНШАҚ», «БАЛДЫРҒАН» ЕРЕСЕКТЕР ТОБЫНЫҢ
2021-2022 ОҚУ ЖЫЛЫНА АРНАЛҒАН
ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ БӨЛІМІ БОЙЫНША ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ**

Өтпелі тақырып: «Балабақша» Мақсаты: балаларды балабақшамен, әлеуметтік ортамен таныстыру. Міндеттері: - балабақшаға, топқа ондағы балалар мен ересектерге сүйіспеншілік сезімдерін қалыптастыру; - құрдастарымен бірігіп ойнау барысында балалардың шығармашылық, коммуникативтік, танымдық қабілеттерін ояту; - бірлескен әрекетке командамен бірге әрекет етуге баулу.			
	«Денсаулық»-3	Негізгі іс-әрекет	Материалдар мен құралдар
01 – 03 қыркүйек I апта	1.Дене шынықтыру	1. Баяу және жылдам жүру, жүгіру, қос аяқпен бір орында тұрып секіру.	Жүруге арналған жолдар, шарлар, жалаушалар.
	2. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біздің спортзал»	1.Сапта бір–бірлеп жүру және жүгіру.Сызықтар арасымен тепе –теңдікті сақтап жүру.	Төрт шығыршық (диаметрі 50см), екі тақтай (ені 20см) балалардың санына қарай жалаушалар
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біздің спортзал»	Бір-бірінің қолдарынан ұстап, шеңбер бойымен тізбектеліп жүру және берілген бағытта жүгіру.	Төрт шығыршық (диаметрі 50см), екі тақтай (ені 20см) балалардың санына қарай жалаушалар
06– 10 қыркүйек II апта	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз азырақ сергідік...»	Жылдам қозғалу, баяу және жылдам жүру, жүгіру.	Кішкентай доптар, жалаушалар, әр түстегі шарлар және себеттер.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру»	Қырымен жіптің үстінен аттап секіру. Ұзындыққа қапшықты лақтыру. Жүрумен жүгіруді кезектесе орындау.	Ұзын жіп, қапшықтар.
	3.Дене шынықтыру Таза ауада өткізу Тақырыбы: «Футбол добымен танысамыз»	Бір орында тұрып, бүйірімен жіптен секіру және қапшықты алысқа лақтыру,баяу жүгіруді, баяу жүгіруге алмастыру.	Ұзын жіп, қапшықтар.
13 – 17 қыркүйек III апта	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Түрлі түсті кегельдер»	Баяу және жылдам жүру, жүгіру, қос аяқпен бір орында тұрып секіру.	Жүруге арналған жолдар, шарлар, жалаушалар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ойна – көңіл көтер». Таза ауада өткізу	Бір - бірінің артынан бөрене үстінде жүру	Екі гимнастикалық орындықтар, екі қапшықтан және бір текшеден.
	3.Дене шынықтыру	Бірін – бірі асып кетпей қашықтықты сақтап, ретпен	Екі гимнастикалық орындықтар,

		Тақырыбы: «Көгалда (АКТ)»	жүру.	екі қапшықтан және бір текшеден әрбір балаға ойынға арналған жіп.
20 – 24 қыркүйек IV апта	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Күзгі гүлшоғы»		1.Сапта бір – бірлеп жүру,жүруді басқа қимылдармен кезектестіру.Бір орында тұрып екі аяқпен секіру.	Кішкентай доптар, шарлар және себеттер.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз ойнағанды жақсы көреміз» Таза ауада өткізу.		1.Бір орыннан ұзындыққа секіру. Допты еденге ұру және екі қолды жоғары көтеріп қағып алу.	Бала санына қарай секіртпе, бау, қалта және доптар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Көгалдағы ойындар»		1. Түрлі тәсілдермен жүру,екі аяқпен секіру Допты еденге ұру және екі қолды жоғары көтеріп қағып алу.	Бала санына қарай секіртпе, бау, қалта және доптар.
28.09 – 02 қазан I апта	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Түрлі түсті жалаулар»		Белгіленген жерге дейін (2-3 м) еңбектеу. Арқан үстінен секіру. Тартылған жіптің үстінен аттап өту.	Кішкентай текшелер, доға, арқан және ойынға қажетті заттар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сымбатты дене»		Түрлі тәсілдермен жүру, тепе – теңдікті ұстап секіру	Бала санына қарай кішкентай шығыршық, гимнастикалық тақтай.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Орман жұмбақтары»		Бір қатар тізбекпен жүру және жүгіру,тепе – теңдікті ұстап секіру.	Бала санына қарай кішкентай шығыршық, гимнастикалық тақтай.
Өтпелі тақырып: «Менің отбасым» Мақсаты: балаларға отбасы және отбасы мүшелері туралы түсінік беру Міндеттері: - өзі, отбасы мүшелері, сүйікті ойыншықтары туралы сүйіспеншілік сезімдерін қалыптастыру; - балалардың отбасы құндылықтары деген сүйіспеншілігін ояту, - отбасында үлкендерді сыйлап, кішілерге қамқор болу сияқты қағидаларын сақтай білуге тәрбиелеу.				
I апта 04-08 қазан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Маймылмен ойнаймыз»		Таяқшалардан аттап өту және кегельдер арасымен допты қос қолмен ұстап жүру.	Сылдырмақтар, кегельдер, жіп және ойынға қажетті заттар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Жішпен ойнаймыз» Таза ауада өткізу.		Кегельдер арасымен допты қос қолмен ұстап жүружәне еңбектеп жіптің астынан өту. Бір-біріне кедергі жасамау.	Кішкентай доптар, кегельдер, жіп.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Әдемі болайық»		Кегельдер арасымен допты қос қолмен ұстап жүру және еңбектеп жіптің астынан өту. Бір-біріне кедергі жасамау.	Кішкентай доптар, кегельдер, жіп.
II апта 11-15 қазан	1. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ерекше шар»		Еңбектеп жіптің астынан өту және допты қос қолмен ұстап шеңберге лақтыру.	Доптар, гүлдер, жалаушалар, текшелер.
	2. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Организмді шынықтырамыз»		Отырған күйі допты өз айналасында домалату.	Баланың санына қарай орташа доптар, екі ұзын жіп.
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы:		Доп арасымен жан – жаққа шашырап жүру. Допты бір – біріне домалату	Баланың санына қарай орташа доптар, екі ұзын жіп.

	«Қоянға сауығып кетуге көмектесейік»		
III апта 18-22 қазан	1. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Мұқият болайық»	Допты лақтыруд және еңбектеу. Бір- біріне кедергі жасамау, арақашықтықты сақтау.	Әр түстегі текшелер, доптар, доға және ойынға қажетті заттар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Түрлі түсті кілемшелер» Таза ауада өткізу.	Допты екі қолмен қағып алу, допты торға түсіру.	Бала санына қарай шығыршықтар, баскетбол торы, доптары,
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Орамал»	Бірінің соңынан бірі жыланша ирелендеп жүру. Допты кегельдерге қарай домалату.	Бала санына қарай шығыршықтар, баскетбол торы, доптары,кегельдер.
IV апта 25-29 қазан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Түрлі түсті орамалдар»	Нысанаға дейін еңбектеу жаттығуларының тәртібін толық, дұрыс орындау. Қимыл-қозғалыстарды орындаған кезде сигналға жауап қайтару.	Шығыршықтар, доптар, құм салынған қапшықтар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Достармен бірге ойнаймыз» Таза ауада өткізу.	Қапшықты нысанаға дәлдеп лақтыру және бірінің соңынан бірі бой түзулігін сақтап жүру, жүгіру.	Әр балаға гимнастикалық таяқша, лақтыруға арналған қапшықтар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қуыршақтар: Айя, Майя, Серік пен Арман»	Қапшықты нысанаға 3 м қашықтықта тұрған нысанаға дәлдеп лақтыру және бірінің соңынан бірі бой түзулігін сақтап жүру, жүгіру.	Әр балаға гимнастикалық таяқша, лақтыруға арналған қапшықтар, гимнастикалық баспалдақ.
Өтпелі тақырып: «Дені саудың жаны сау» Мақсаты: балаларға денсаулық, оның қажеттілігі туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың денсаулығын нығайту, ағзаларын шынықтыру деңгейін қалыптастыру; - балалардың өз денесіне ұқыпты қарау, денсаулығын сақтау қабілетін ояту; - салауатты өмір салты қағидаларын сақтай білуге тәрбиелеу.			
I апта 01-05 қараша	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Түзу және ирек жолдармен жүгіру»	Ирелендеген және түзу жолмен жүру. Жаттығу ережелерін және жаттығуларды толық орындау.	Жүруге арналған жолдар, текшелер доптар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Педагогтің белгісімен жүру және жүгіру»	Сапта бағыттарын ауыстыра отырып жүру, жүгіру.Белгі бойынша тоқтап жүру және жүгіру.	Шығыршықтар (диаметрі 50 см). Әр балаға екі қаптан жіне 10 кегель
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Педагогтің белгісімен жүру және жүгіруді қайталау»	Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып жүгіру, төрт тағандап еңбектеп жүру. Көлденең тұрған нысанаға қапшықтарды лақтыру.	Шығыршықтар (диаметрі 50 см). Әр балаға екі қаптан жіне 10 кегель
II апта 08-12 қараша	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ғажайып сандық»	Белгіленген жерге дейін еңбектеу және 3-4 таяқшалардан аттап өту.	Сылдырмақтар, таяқшалар, кегельдер, ойынға қажетті заттар
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қонжық қалай шынықты?» Таза ауада өткізу.	Шашырап жұптасып жүру мен жүгіру. Кесек ағаштан аттап жүру.	Әр балаға екі жалаушадан, 6-8 кесек ағаш.

	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ойна әрі шымыр бол!»	Көлбеу қойылған баспалдаққа міну арқылы жоғары және төмен жүру және жүгіру. Кесек ағаштан аттап жүру.	Әр балаға екі жалаушадан, 6-8 кесек ағаш.
III апта 15-19 қараша	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Допты бір – біріне лақтыру, ұстап алу»	Допты лақтыру әдістерін игеру, түзу және ирек жолдармен жүгіру	Доптар,себеттер, гүлдер, тақтай.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Командалық ойындар»	Бір қатарға сапқа тұру, саптізбекте бағыттарын ауыстыра отырып жүру және жүгіру.	Бала санына қарай доп, кегельдер, гимнастикалық таяқшалар, текше, орындық.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Командалық ойындарды қайталау»	Баяу қарқынмен үздіксіз жүгіру. Екі сызық арасындағы жолмен қолдарын еркін жағдайда ұстап жүру.	Бала санына қарай доп, кегельдер, гимнастикалық таяқшалар, текше, орындық.
IV апта 22-26 қараша	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Көңілді құртақандар»	Құм салынған қапшықты басына қойып, тепе – теңдікті сақтап жүру.	Баланың санына қарай сылдырмақтар, жіп немесе арқан, гимнастикалық орындық,
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Футбол ойнауды үйренеміз» Таза ауада өткізу	Құм салынған қапшықты басына қойып, тепе – теңдікті сақтап жүру.	Баланың санына қарай сылдырмақтар, жіп немесе арқан, гимнастикалық орындық, шығыршық, қапшық, қаптар
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Менің көңілді, ұшқыр добым»	Гимнастикалық орындық үстімен еңбектеу және доптарды оң және сол қолдармен лақтыру кезінде қауіпсіздік ережелерін сақтау. Кеңістікті бағдарлау.	Гимнастикалық орындық, кішкентай доптар, себеттер.
Өтпелі тақырып: «Менің Қазақстаным» Мақсаты: балаларға отан, туған жер туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың отан туралы түсініктерін кеңейту; - балалардың патриоттық және адамгершілік сезімін ояту; - туған жерін сүйуге, қадірлеуге тәрбиелеу.			
I апта 29.11-03 желтоқсан	1.Дешынықтыру Тақырыбы: «Түрлі түсті доптар»	Бір қатар сапқа тұру, бір қатар тізбекпен жүру. Орындықпен орындалатын жаттығуларды орындау	Бір балаға арналған орындық, доптар.
	2.Дене шынықтыру		
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Түрлі түсті сызықтар» Таза ауада өткізу	Бір қатар сапқа тұру, бір қатар тізбекпен жүру. Орындықпен орындалатын жаттығуларды орындау	Бір балаға арналған орындық, доптар.
II апта 06-10	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Епті және күшті боламыз»	Тепе – теңдікті сақтау, белгі бойынша бағытты ауыстырып жүру және жүгіру. Еңбектеу және еденде тұрған таяқшалардың арасынан еңбектеп өту.	Бір балаға арналған орындық, доптар.

	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Епті болайық»		Сызықтардың,іптердің ортасымен жүгіру,бір тізбекпен жүру, жүгіру.	Жіп, доп, таяқшалар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Спорт элементтері бар ойындар» таза ауда өткізу		Белгі бойынша бағытты ауыстырып жүру және жүгіру. Таяқшалар арасымен еңбектеу.	Әр балаға сылдырмақтар, ит, аю ойыншығы, саты.
III апта 13-15 желтоқсан	1. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз – көңілді балалар»		Жан –жакқа шашырап жүру және жүгіру, сылдырмақпен жаттығу жаау.	Әр балаға сылдырмақтар, ит, аю ойыншығы, саты.
	2. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ерекше орындықтар»		Бір тізбекпен ирелендеп жүруге,жүгіру. Көлденең қойылған нысанаға затты лақтыру.	Гимнастикалық таяқшалар, жіп және ойынға қажетті заттар.
	3.Дене шынықтыру			
IV апта 20-24 желтоқсан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Достармен ойнау» таза ауада өткізу		Бір орында тұрып ұзындыққа секіру, оң және сол қолмен көлденең лақтыру.	Бала санына қарай құм салынған қапшықтар, 3-4 үлкен шығыршық.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Дербестікке үйренеміз»		Бір орында тұрып ұзындықа секіру, оң және сол қолмен көлденең лақтыруды қайталау.	Бала санына қарай құм салынған қапшықтар, ұзын жіп, 3-4 үлкен шығыршық.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Көңілді тышқандар»		Допты лақтыружәне еңбектеу. Бір- біріне кедергі жасамау, ұлттық ойындарды ойнау.	Доптар, себеттер, арқан, түсті шашақтар.
II апта 27-31 желтоқсан	1. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Епті болуға үйренейік» таза ауада		Оң және сол қолмен нысанаға лақтыру.Бір – бірлеп тізбекпен жүру, бір орыннан ұзындыққа секіру.	Әр балаға 2 текшеден, 2 ұзын жіп, үлкен, кіші шығыршықтар
	2. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Құртақанға күлуді үйретейік»		Оң және сол қолмен нысанаға лақтыру.Бір – бірлеп тізбекпен жүру, бір орыннан ұзындыққа секіру.	Әр балаға 2 текшеден, 2 ұзын жіп, үлкен, кіші шығыршықтар
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ағаларымыз сияқты күшті болайық»		Гимнастикалық тақтай үстінде тепе-теңдік сақтап жүру.	Гимнастикалық тақтай.арқан.
Өтпелі тақырып: «Табиғат әлемі» Мақсаты: балаларға табиғат, туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың отан туралы түсініктерін кеңейту; - балалардың табиғатқа деген қызығушылығын ояту; - табиғатты қорғап, аялай білуге тәрбиелеу				
I апта 04-06	1.Дене шынықтыру			
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ойнай жүріп, есте сақтауды дамытамыз»Таза ауада өткізу		Жаттығу ережелерін толық, дұрыс орындау. Бір-біріне кедергі жасамау, арақашықтықты сақтау.	Әр түрлі текшелер, доға, арқан.

	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біздің шағын стадион»	Гимнастикалық таяқшалармен орындалатын жаттығуларды орындау. Қаз-қатар тұқған заттардың арасымен еңбектеп өту.	Әрбір балаға гимнастикалық таяқша, текшелер.
II апта 10-14 қаңтар	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қуыршақтар дүкені»	Гимнастикалық таяқшалармен орындалатын жаттығуларды орындау. 3-4 м қашықтықты басымен допты итеріп, еңбектеп өту. Қаз –қатар тұрған заттардың арасымен еңбектеп өту.	Әрбір балаға гимнастикалық таяқша, текшелер.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қысқы ойындар» Таза ауада өткізу	Еңбектеп жіптің астынан өту және допты қос қолмен ұстап шеңберге лақтыру. Бір- біріне кедергі жасамау.	Гимнастикалық таяқшалар, Жіп және ойынға қажетті заттар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ерекше сайыс»	Бір заттың астынан өту. Көлденең керіліп тартылған жіп немесе таспаның астынан аяқты жартылай бүгіп өту.	Доп, екі баған, таяқша, лента.
III апта 17-21 қаңтар	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Кұртақанмен ойнаймыз»	қойылған таяқтың астынан өтуді қайталау» Көлденең керіліп тартылған жіптің немесе таспаның астынан аяқты жартылай бүгіп өту.	Доп, екі баған, таяқша, лента.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз өсіп келеміз» таза ауада	Бір тізбекпен ирелеңдеп жүру,жүгіру. Ирелеңдеп жатқан жіптің үстімен жүру және жаттығулар орындау.	Доптар, жіп, шығыршықтар.
	3.Дене ынықтыру Тақырыбы: «Наурызым қорығы»	Шығыршықтың ішіне қос аяқпен секіру және кегельдер арасымен жүру.	Доптар, кегельдер, шығыршықтар.
IV апта 24-28 қаңтар	1. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сиқырлы асық»	Шығыршықтың ішіне қос аяқпен секіру және кегельдер арасымен жүру.	Доптар, кегельдер, шығыршықтар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Шаңғымен жүру» таза ауада	Арақашықтықты сақтау, допты лақтыру.	Доптар, кегельдер, тақтайшалар, кішкентай орындықтар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «1-2-3 –ойыншықтарға жан бітті!»	Кегельдер арасымен допты қос қолмен ұстап жүру және еңбектеп жіптің астынан өту. Бір- біріне кедергі жасамау.	Сылдырмақтар, кегельдер, жіп.
Өтпелі тақырып: «Бізді қоршаған әлем» Мақсаты: балаларға қоршаған орта туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың қоршаған орта туралы түсініктерін кеңейту; - балалардың қоршаған ортаның ерекшеліктеріне деген қызығушылығын ояту; - қоршаған ортаны таза ұстап, аялай білуге тәрбиелеу			
I апта 31 қаңтар-04 ақпан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сиқырлы дорба»	Кегельдер арасымен допты қос қолмен ұстап жүру және еңбектеп жіптің астынан өту. Бір- біріне кедергі жасамау.	Сылдырмақтар, кегельдер, жіп.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Шаңғымен сырғана жүреміз» таза ауада	Еденде жатқан арқан үстімен жүру. Жаттығу ережелерін және жаттығуларды толық орындау.	Ойыншықтар, шарлар, арқан, түсті шашақтар.

	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сиқырлы гүл»	Ілулі тұрған заттарға қолын тигізіп секіру. Жаттығу ережелерін және жаттығуларды толық орындау.Секіре білу.	Әр түсті шарлар, түсті шашақтар.
II апта 07 -11 ақпан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз өстік»	Ілулі тұрған заттарға қолын тигізіп секіру. Жаттығу ережелерін және жаттығуларды толық орындау.Секіре білу.	Әр түсті шарлар, түсті шашақтар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз ойнаймыз–дербес болуға жаттығамыз» Таза ауада	Түзу бағытта қойылған заттардан аттап өту.	Себеттер, текшелер.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз – кішкентай спортшылар»	Алға домалау. Допты лақтырып және қағып алу, бір орында тұрып секіру.	Арқан, 4 гимнастикалық төсеніш, үлкен доптар, жіп.
III апта 14 -18 ақпан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз әскерміз сап түзеген» Таза ауада өткізу	Алға домалау. Допты лақтырып және қағып алу, бір орында тұрып секіру.	Арқан, 4 гимнастикалық төсеніш, үлкен доптар, секіруге арналған 2 сырық ағаш, жіп.
	2.Дешынықтыру Тақырыбы: «Хоккей ойнауды үйренеміз»	Түзу бағытта қойылған заттардан аттап өту.	Себеттер, текшелер, доптар, үлкен текшелер.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Алақанмен шапалақтап, аяқпенен топылдатамыз»	Орындық үстімен жүру.Еңбектеп жүру, допты бастан асырып, екі қолмен лақтыру.	Кішкентай шығыршықтар, гимнастикалық орындық, текшелер.
IV апта 21 -25 ақпан	Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ұшқыштар»	Орындық үстімен жүру.Еңбектеп жүру, допты бастан асырып, екі қолмен лақтыру.	Кішкентай шығыршықтар, орташа көлемдегі доп, гимнастикалық орындық, текшелер.
	Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз аяздан қорықпаймыз»	Түзу жолдар мен екі қолды жайып құламай жүру.Ирек жолдар мен құламай жүру.	Тік жіп, ирек сызықтар.
	Дене ынықтыру Тақырыбы: «Отбасындағы ағаларым сияқты жаттығамын!»	Кегельдер арасымен допты қос қолмен ұстап жүру	Сылдырмақтар, кегельдер, доп.
Өтпелі тақырып: «Салт дәстүрлер мен фольклор» Мақсаты: балаларға салт-дәстүр туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың қоршаған орта туралы түсініктерін кеңейту; - балалардың ұлттық салт-дәстүрлерге деген қызығушылығын ояту; - патриоттық сезімге тәрбиелеу;			
I апта 29 ақпан -04	1.Дене шынықтыру Тақырыбы:«Бізге қонаққа маймыл келді!»	Кедергілерді қозғамай еңбектеп өту,бөренелерден аттап өту	Текшелер, кегельдер, бөренелер, жалаушалар, доптар, себеттер.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы:«Кішкентай шаңғышылар»	Жұптасып жұмыс істеу. Жұптасып бөлме ішімен шашырап жүру.	Гимнастикалық таяқшалар, доптар, себеттер, орындықтар, биіктікке секіруге арналған бағаналар.

	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Африкаға саяхат»	Жұптасып жұмыс істеу. Жұптасып бөлме ішімен шашырап жүру.	Гимнастикалық таяқшалар, доптар, себеттер, орындықтар, биіктікке секіруге арналған бағаналар.
II апта 07 -11 наурыз	1.Дене шынықтыру		
	2.Дешынықтыру Тақырыбы: «Жас өрт сөндірушілер»	Нысанаға допты бастан асырып, екі қолмен лақтыру.	Арқан, себеттер, текшелер доптар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қысқы жарыстар» таза ауада	Нысанаға допты бастан асырып, екі қолмен лақтыру.	Арқан, себеттер, текшелер доптар.
III апта 14 -18 наурыз	1. Дешынықтыру Тақырыбы: «Достармен ойнаймыз»	Гимнастикалық таяқшадан секіру. Баяу және жылдам жүру, допты қағып, ұстап алу, белгіленген жерге дейін еңбектеу.	Сылдырмақтар, гимнастикалық таяқшалар.
	2. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Тұлпар»	Көздерін жұмып жүру, дыбыстық белгіге жүру, шеңбер бойымен жүру.	Көзді байлайтын орамал, футбол добы, текшелер.
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ойнаймыз –денсаулықты нығайтамыз»	Көзді жұмып жүру, дыбыстық белгі бойынша жүру, шеңбер бойымен жүру, кеңістікте бағдарлау.	Көзді байлайтын орамал, футбол добы, текшелер.
IV апта 24 -25 наурыз	1. Дене шынықтыру		
	2. Дене шынықтыру		
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Бір, екі, үші –қайтала!»	Бір қатар сапқа тұру. Бір қатар тізбекпен жүру. Тыныс алу жаттығуларын орындау. Дұрыс тыныс алу. Бір орында секіру.	Бардюрлер, әр балаға секіртпелер.
III апта 28.03-01 сәуір	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Көңілді шар»	Допты екі қолмен жоғары көтеріп торға лақтырамыз. Келесі бетіндегі бала допты құулатпай қағып алу керек.	Бала санына қарай доптар және тор.
	2.Дешынықтыру Тақырыбы: «Кедергілер»	Допты кедергілер арасымен алып өту. Еденде жатып созылу. Әр қадам сайын алға қарай иілу, секіру арқылы допты лақтыру.	Волейбол торы, әр балаға доп
	3.Дешынықтыру Тақырыбы: «Көтеріңкі көңіл күй»	Допты волейбол торына лақтыру. Еденде жатып созылу. Әр қадам сайын алға қарай иілу, секіру арқылы допты лақтыру.	Волейбол торы, әр балаға доптан
Өтпелі тақырып: «Біз еңбекқор баламыз» Мақсаты: балаларға еңбек, үлкендер еңбегі туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың қоршаған орта туралы түсініктерін кеңейту; - балалардың тұрмыстық қажеттіліктерді өтеуге деген қызығушылықтарын ояту; - балаларды еңбекқорлыққа және ұқыптылыққа тәрбиелеу			
I апта 04	1. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ойын лотосы»	Допты қос қолмен торға лақтыру және қапшықты төбесіне қойып жүру. Жаттығулардың ережесін	Доптар, себеттер, қапшықтар, тақтай.

		дұрыс орындау.	
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Деніміз сау болсын» таза ауада	Допты волейбол торына лақтыру.Еденде жатып созылу.Әр қадам сайын алға қарай иілу, секіру арқылы допты лақтыру.	Волейбол торы, әр балаға доптан
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ғарышкерлер даярлау орталығы»	Допты волейбол торына лақтыру. Еденде жатып созылу. Әр қадам сайын алға қарай иілу, секіру арқылы допты лақтыру.	Волейбол торы, әр балаға доптан
II апта 11-15 сәуір	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Асық ойнаймыз»	Шенбер бойымен айнала жүгіру және жаттығу кезінде арақашықтықты сақтау.Бір-біріне кедергі жасамау.	Қапшықтар, тақтай, арқан, шығыршықтар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Асық толы қоржын» (таза ауада)	Шенбер бойымен айнала жүгіру және жаттығу кезінде арақашықтықты сақтау. Бір-біріне кедергі жасамау.	Қапшықтар, жәшіктер, шығаршықтар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз күштіміз әрі ептіміз»	Шенбер бойымен айнала жүгіру және жаттығу кезінде арақашықтықты сақтау. Бір-біріне кедергі жасамау.	Қапшықтар, жәшіктер, шығаршықтар.
III апта 18-22 сәуір	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сикырлы орындықтар»	Құм салынған қапшықты 50см жоғарырақ қойылған жәшікке лақтыру. Жаттығулардың ережесін дұрыс орындау.	Қапшықтар, жәшіктер, таяқшалар, доптар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Тиін бізге қонаққа келді»	Құм салынған қапшықты 50см жоғарырақ қойылған жәшікке лақтыру. Құм салынған қапшықты жоғары қойылған жәшікке лақтыру. және жаттығу кезінде арақашықтықты сақтай білу. Жаттығулардың ережесін дұрыс орындау.	Қапшықтар, жәшіктер, таяқшалар, доптар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Көктем келді, көктем!»	Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру. Жүріс барысында тоқтап, бұрылыстар жасау. Жіпті ұстап, шеңбердің бойымен жүру.	Бала санына қарай текшелер, 2 бағана, кішкентай шығыршық.
IV апта 25-29 сәуір	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Байқоңыр»	Бір қатар сапқа тұру. Бір қатар тізбекпен жүру.Тыныс алу жаттығуларын орындау. Дұрыс тыныс алу. Бір орында секіру.	Бардюрлер, әр балаға секіртпелер.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ғарышқа саяхат»	Бір қатар сапқа тұру.Бір қатар тізбекпен жүру.Тыныс алу жаттығуларын орындау. Дұрыс тыныс алу. Бір орында секіру.	Бардюрлер, әр балаға секіртпелер.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Самокат тебеміз» таза ауада	Допты екі қолмен жоғары көтеріп торға лақтырамыз.Келесі бетіндегі бала допты құулатпай қағып алу керек.	Бала санына қарай доптар және тор.
Өтпелі тақырып: «Туған өлкенің табиғаты» Мақсаты: балаларға туған өлкенің табиғаты туралы түсінік беру.			

Міндеттері: - балалардың табиғат, туған жер туралы түсініктерін кеңейту; - балалардың туған жерге, өлкеге деген патриоттық сезімін ояту. - балалардың туған жерін сүйуге, қадірлеуге тәрбиелеу.			
I апта 03 -06 мамыр	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Демалыс саябағында»	Допты волейбол торына лақтыру.Еденде жатып созылу.Әр қадам сайын алға қарай иілу, секіру арқылы допты лақтыру.	Волейбол торы, әр балаға доптан
	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Көңілді сайыстар»	Допты волейбол торына лақтыру. Еденде жатып созылу. Әр қадам сайын алға қарай иілу, секіру арқылы допты лақтыру.	Волейбол торы, әр балаға доптан
	2. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Добым, добым домалап»		
II апта 10 -13 мамыр	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Бірге жаттығамыз!»	Допты қос қолмен торға лақтыру және қапшықты төбесіне қойып жүру. Жаттығулардың ережесін дұрыс орындау.	Доптар, себеттер, қапшықтар, тақтай.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Батыл құмырсқалар»	Допты волейбол торына лақтыру.Еденде жатып созылу.Әр қадам сайын алға қарай иілу, секіру арқылы допты лақтыру.	Волейбол торы, әр балаға доптан
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сиқырлы сақиналар» таза ауада	Допты волейбол торына лақтыру. Еденде жатып созылу. Әр қадам сайын алға қарай иілу, секіру арқылы допты лақтыру.	Волейбол торы, әр балаға доптан
III апта 16 -20 мамыр	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сиқырлы сандық»	Шеңбер бойымен айнала жүгіру және жаттығу кезінде арақашықтықты сақтау.Бір-біріне кедергі жасамау.	Қапшықтар, тақтай, арқан, шығыршықтар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Баскетболшылар»	Шеңбер бойымен айнала жүгіру және жаттығу кезінде арақашықтықты сақтау. Бір-біріне кедергі жасамау.	Қапшықтар, жәшіктер, шығаршықтар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Шынығып, шымыр боламыз»	Шеңбер бойымен айнала жүгіру және жаттығу кезінде арақашықтықты сақтау. Бір-біріне кедергі жасамау.	Қапшықтар, жәшіктер, шығаршықтар.
IV апта 23 -27 мамыр	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сыр толы сандық»	Құм салынған қапшықты 50см жоғарырақ қойылған жәшікке лақтыру. Жаттығулардың ережесін дұрыс орындау.	Қапшықтар, жәшіктер, таяқшалар, доптар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Айсұлумен ойнаймыз»	Құм салынған қапшықты жоғары қойылған жәшікке лақтыру және жаттығу кезінде арақашықтықты сақтай білу.	Қапшықтар, жәшіктер, таяқшалар, доптар.
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Тезірек, биігірек, күштірек» таза ауада	Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру. Жүріс барысында тоқтап, бұрылыстар жасау. Жіпті ұстап, шеңбердің бойымен жүру.	Бала санына қарай текшелер, 2 бағана, кішкентай шығыршық.

IV апта 30 -31 мамыр	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Түрлі түсті секіртпелер»		

**«ҚАРЛЫҒАШ» , «АЙГӨЛЕК» МЕКТЕПАЛДЫ ДАЯРЛЫҚ ТОБЫНЫҢ
2021-2022 ОҚУ ЖЫЛЫНА АРНАЛҒАН
ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ БӨЛІМІ БОЙЫНША ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ**

Өтпелі тақырып: «Балабақша» Мақсаты: балаларды балабақшамен, әлеуметтік ортамен таныстыру. Міндеттері: - балабақшаға, топқа ондағы балалар мен ересектерге сүйіспеншілік сезімдерін қалыптастыру; - құрдастарымен бірігіп ойнау барысында балалардың шығармашылық, коммуникативтік, танымдық қабілеттерін ояту; - бірлескен әрекетке командамен бірге әрекет етуге баулу.			
	«Денсаулық»-3	Негізгі іс-әрекет	Материалдар мен құралдар
01 – 03 қыркүйек	1.Дене шынықтыру		
	2. Дене шынықтыру Тақырыбы: Спортзалмен, ҰОҚ-дағы қауіпсіздік техникасымен танысу	Шеңбер жасап тұрып, заттарсыз жалпы дамыту жаттығуларын орындау. Жаттығулардың орындалуын көрсету.(Ұ, ПК, Ө)Бір орында өз-өзін айнала қос аяқтап секіру.Бір орында адымдаумен	Жүруге арналған жолдар, шарлар, жалаушалар.

		кезектестіріп 2-3 рет орындау. Балалардың секіргенде тізені сәл бүгу, жерге аяқтың ұшымен түсу дағдыларына көңіл бөлінеді.	
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: Менің топтағы достарым	5 метр қашықтыққа алға аттай отырып, допты жоғары лақтыру және екі қолмен қағып алу. (ПК)Нұсқау – допты өзіне қарай қыспай, алдыға қарай ұстай отырып алға-жоғары лақтыру керек.	Төрт шығыршық (диаметрі 50см), екі тақтай (ені 20см) балалардың санына қарай доптар
06–10 қыркүйек II апта	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Менің дене құрылысым»	Бір-бірден тізбекпен тізіліп, қолға арналған жаттығуларды орындай жүру. Орташа қарқынмен жүгіру. 2–5 минут бағытты өзгертіп жүгіру. Тыныс алуды қалпына келтіру.	Гимнастикалық орындықтар (ені 20 см, биіктігі 35 см), санына қарай бағандар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Мен күштімін, ептімін және іскермін»	Көзді жұмып 3 метрге артпен жүру.Жалпы дамыту жаттығуларын таяқпен орындау. Бір қатарда орналасқан аралығы 1 метр болатын 5 кедергі арасымен фитболды домалату. Қозғалыс кеңістігінде топпен қауіпсіз жұмыс жүргізу.	Кең, бос кеңістік.Бала санына қарай ұзындығы 70 см таяқтар. Қозғалыс сызбасы бар карточкалар.
13 – 17 қыркүйек III апта	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Мен осындаймын, біз осындаймыз»	Заттармен және заттарсыз жалпы дамытушы жаттығуларды орындау. Допты домалату, лақтыру және қағып алу, допты жерге оң қолмен және сол қолмен ұру, екі қолымен басынан асыра лақтыру және бір қолмен кедергіден лақтыру.	Гимнастикалық орындықтар (ені 20 см, биіктігі 40 см). Ұзындығы 2 метр арқандар (3 дана).
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Мен болашақ спортшымын»	Бір орында тұрып және қозғалыс барысында тізбекке тұру түрлерін, сапта түзу жүру түрлерін орындау. Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастыру, қарапайым дене жаттығуларымен алмастыру.Секірудің әртүрлі түрлерін орындау, тепе-теңдікті сақтай отырып өзгермелі жағдайлардағы секірулер.	АКТ – «Спорт түрлері» Гимнастикалық орындықтар (ені 20 см, биіктігі 40 см).
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Менің сүйікті жануарларым»	Бір орында тұрып және қозғалыс барысында тізбекке тұру түрлерін, сапта түзу жүру түрлерін орындау.Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастыру, қарапайым дене жаттығуларымен ұштастыру.	Гимнастикалық орындықтар (ені 20 см, биіктігі 35 см) 4–6 дана.
20 – 24 қыркүйек IV апта	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Менің сүйікті ойындарым»	Дене қуаты қасиеттерін көрсету: әртүрлі дене әрекеті түрлеріндегі еп-тілік, күш, жылдамдық пен реакция. Бір орында тұрып және қозғалыс барысында сапқа тұру түрлерін, мә-нерлі сап түзу, жүру түрлерін орындау.	Құрсаулар, жалаулар, ұшы түйілген жіп
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Бірінші бол!»	Организмнің төзімділігі мен жаттыққандығын жетілдіру үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп арттырумен дене жаттығуларын орындау.Бір	Гимнастикалық орындық (ені 20 см, биіктігі 40 см, 4 дана). Диаметрі 20 см доптар

		орында тұрып және қозғалыс барысында сапқа тұру түрлерін, мәнерлі сап түзу, жүру түрлерін орындау.	
28.09 – 02 қазан I апта	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Өз мінез-құлқымызды басқарып үйренеміз»	Допты домалату, лақтыру және қағып алу, допты жерге оң қолмен және сол қолмен ұру, екі қолымен басынан асыра лақтыру және бір қолмен кедергіден лақтыру. Дене қуаты қасиеттерін көрсету: әртүрлі дене әрекеті түрлеріндегі ептілік, жылдамдық пен реакция.	Қосалқы топтағы балалар санына қарай ұсақ жайпақ тастар, қозғалыс арақашықтығын белгілеуге арналған заттар. Диаметрі 30 см доптар
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Әдемі жүріп үйренеміз»	Организмнің шынығуы және төзімділігін нығайту үшін түрлі жүктеме-лерді біртіндеп арттырумен дене жаттығуларын орындау. Секірудің алуан түрлерін орындау, тепе-теңдікті сақтай отырып өзгермелі жағдайларда секіру.	Гимнастикалық орындықтар. Бала санына қарай түрлі түсті таспа немесе жіп (ұзындығы 1 м)
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Денсаулық сабағы»	Заттармен және заттарсыз жалпы дамыту жаттығуларын орындау. Секірудің әртүрлі түрлерін орындау, тепе-теңдікті сақтай отырып өзгермелі жағдайлардағы секірулер. Өрмелеу, өрмелеп шығу, астымен еңбектеу, еңбектеп өту түрлерін орындау	Бала санына қарай түрлі түсті таспа (ұзындығы 1метр), биіктігі 30 см гимнастикалық орындықтар. Жылжымалы сатылар – 3 дана. Ағаш таяқшалар – ұзындығы 2,5 метр – 6 дана
Өтпелі тақырып: «Менің отбасым» Мақсаты: балаларға отбасы және отбасы мүшелері туралы түсінік беру Міндеттері: - өзі, отбасы мүшелері, сүйікті ойыншықтары туралы сүйіспеншілік сезімдерін қалыптастыру; - балалардың отбасы құндылықтары деген сүйіспеншілігін ояту, - отбасында үлкендерді сыйлап, кішілерге қамқор болу сияқты қағидаларын сақтай білуге тәрбиелеу.			
I апта 04-08 қазан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қыздар мен ұлдар жарысы»	Бір орында тұрып және қозғалыс барысында тізбекке тұру түрлерін, сапта түзу жүру түрлерін орындау. Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастыру, қара-пайым дене жаттығуларымен алмастыру.	Бір-бірінен 70 см аралықта бір қатарға орналастырылған заттар (6 заттан 2 қатар), шеңбер 2 дана.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Организмді шынықтырамыз»	Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастыру, қарапайым дене жаттығуларымен алмастыру. Қашықтыққа, көлденең және тік нысанаға лақтыру. Гимнастикалық орындық пен еңіс тақтайдың бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау.	Гимнастикалық орындықтар. Биіктігі 10 м поролон шаршылар – 4 дана.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Жүппен дене бітімін жетілдіру»	Организмнің шынығуы мен төзімділігін нығайту үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп арттыра отырып дене жаттығуларын орындау.	«Баста-тоқта!» белгісі үшін пайдаланатын ысқырық. Топтың жартысына жететін доп.

		Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастыру, қар-пайым дене жаттығуларымен ұштастыру.Қашықтыққа, көлденең және тік нысанаға лақтыру.	
II апта 11-15 қазан	1. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз спортпен айналысып, тез өсеміз»	Организмнің шынығуы мен төзімділігін нығайту үшін түрлі жүктемелер-ді біртіндеп арттыра отырып дене жаттығуларын орындау. Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды кезек алмастыру, қарапайым дене жаттығуларымен ұштастыру	Жұппен екі қатар тізбекке тұру сызбасы.Доп салатын себеттер. Топтың жартысына жететін доп. Гимнастикалық орындықтар. Керілген жіп.
	2. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Күшті, әрі епті боламыз»	Организмнің төзімділігі мен жаттыққандығын жетілдіру үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп үдетумен дене жаттығуларын орындау. Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды кезек алмастыру, қарапайым дене жаттығуларымен ұштастыру.Қашықтыққа, көлденең және тік нысанаға лақтыру.	Іші толтырылған 1 килограмдық доптар.
III апта 18-22 қазан	1. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Дене бітімін күтеміз»	Заттармен және заттарсыз жалпы дамыту жаттығуларын орындау. Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды кезек ал-мастыру, қарапайым дене жаттығуларымен ұштастыру.Гимнастикалық орындық пен еңіс тақтайдың бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау.	Әр балаға 2данадан шаршы. Бала санына қарай доп. Доп салатын тор.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: Топтағы достарым»	Бір орында тұрып және қозғалыс барысында тізбекке тұру түрлерін, сапта түзу жүру түрлерін орындау. Секірудің әртүрлі түрлерін орындау, тепе-теңдікті сақтай отырып, өз-гермелі жағдайларда секіру. Қашықтыққа, көлденең және тік нысанаға лақтыру.	Бала санына қарай диаметрі 8 см доптар. Допқа арналған себеттер. Биіктігі 30 см орындықтар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз достармен ойнаймыз»	Организмнің шынығуы мен төзімділігін нығайту үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп арттыра отырып дене жаттығуларын орындау. Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алма-кезек орындау, қарапайым дене жаттығуларымен ұштастыру.	Бала санына қарай салмағы 100 грамм құм салынған қапшықтар.
IV апта 25-29 қазан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз – ортақ бір отбасы»	Секірудің алуан түрлерін орындау, өзгермелі жағдайларда секіру. Өрмелеу, өрмелеп шығу, астымен еңбектеу, еңбектеп өту түрлерін орындау.	Гимнастикалық қабырға. Құм салынған қапшық. Домалататын фитболдар, кедергі заттар – 1 қатарға 5 дана. Диаметрі 20 см доптар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Досыңды сенімді қимылдауға үйрет»	Организмнің шынығуы мен төзімділігін нығайту үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп арттыра отырып дене жаттығуларын орындау. Секірудің алуан түрлерін	Диаметрі – 50 см шеңберлер. Гимнастикалық қабырға. Қысқа секіртпелер.

		орындау, тепе-теңдікті сақтай отырып өзгермелі жағдайлардағы секірулер.	«Баста-тоқта!» белгісі ретінде пайдалануға ар-налған музыка.
Өтпелі тақырып: «Дені саудың жаны сау» Мақсаты: балаларға денсаулық, оның қажеттілігі туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың денсаулығын нығайту, ағзаларын шынықтыру деңгейін қалыптастыру; - балалардың өз денесіне ұқыпты қарау, денсаулығын сақтау қабілетін ояту; - салауатты өмір салты қағидаларын сақтай білуге тәрбиелеу.			
I апта 01-05 қараша	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Хайуанаттар бағы»	Заттармен және заттарсыз жалпы дамыту жаттығуларын орындау. Секіру әртүрлі түрлерін орындау, тепе-теңдікті сақтай отырып өзгермелі жағдайларда секіру.	Бала санына қарай диаметрі 20 см доптар. Гимнастикалық қабырға, орындықтар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қимыл-қозғалыс пен көңіл күйді жақсартамыз»	Заттармен және заттарсыз жалпы дамытушы жаттығуларды орындау.Допты домалату, лақтыру және қағып алу, допты жерге оң қолмен және сол қолмен ұру, екі қолымен басынан асыра лақтыру және бір қолмен кедергіден лақтыру.	Бала санына қарай доп. Гимнастикалық төсеніштер. Бағанаға кедергі зат – 5 дана.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қысқы табиғаттың ғажайып әлемі»	Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды кезекпен алмастыра орындау, қарапайым дене жаттығуларымен ұштастыру. Өрмелеу, өрмелеп шығу, астымен еңбекеу, еңбектеп өту түрлерін орындау.	Диаметрі 15 см доптар. Гимнастикалық бөрене. Іздер.
II апта 08-12 қараша	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Жыл мезгілдері»	Заттармен және заттарсыз жалпы дамыту жаттығуларын орындау.Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастыру, қарапайым дене жаттығуларымен ұштастыру. Секірудің алуан түрлерін орындау, өзгермелі жағдайларда секіру.	Биіктігі 20 см заттар (текшелер). Тік нысана – 4 дана, домалақ қарлар. (Диаметрі 8 см, іші толтырылған доптар).
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Жәндіктер әлемі»	Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастыру, қарапайым дене жаттығуларымен ұштастыру.Организмнің төзімділігі мен жаттыққандығын жетілдіру үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп үдетумен дене жаттығуларын орындау.	Балалар санына қарай жібек мойынорағыштар. Еңбектеу үшін орындық – 4-5 дана.
III апта 15-19 қараша	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Жәндіктер әлемі»	Организмнің шынығуы мен төзімділігін жетілдіру үшін түрлі жүк-темелерді біртіндеп арттыра отырып дене жаттығуларын орындау. Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастыру, қарапайым дене	Сандар жазылған карточкалар. Поролон заттар. Шеңберлер, арақашықтықты білдіретін заттар.

		жаттығуларымен алмастыру.	
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Суасты әлемінің таңғажайыптары»	Организмнің шынығуы мен төзімділігін жетілдіру үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп арттыра отырып дене жаттығуларын орындау.Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастыру, қарапайым дене жаттығуларымен алмастыру.	Пластмасса стақандар. Целлулоидті шарлар. Теңіз түбінің шекарасын белгілеуге арналған таспалар
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Керуен»	Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды кезектестіріп орындау, қарапайым дене жаттығуларымен алмастыру. Қашықтыққа, көлденең және тік нысанаға лақтыру.	Бала санына қарай асық. Диаметрі 1 метр құрсаулар – 4-5 дана. Ұсақ тастар.
IV апта 22-26 қараша	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ұлы Жібек жолы»	Бір орында тұрып және қозғалыс барысында сапқа тұру түрлерін, мәнерлі сап түзу, жүру түрлерін орындау. Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алма-кезек орындау, қарапайым дене жаттығуларымен ұштастыру.	Балалардың шағын топтарына көлемі 2 x 2 метр орамалдар. Асықтар, көлденең нысана Диаметрі – 50 см құрсаулар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қазақстанның оңтүстігінен солтүстігіне саяхат»	Бір орында тұрып және қозғалыс барысында сапқа тұру түрлерін, мәнерлі сап түзу, жүру түрлерін орындау. Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алма-кезек орындау, қарапайым дене жаттығуларымен ұштастыру.	Гантельдер. Гимнастикалық қабырға. Доптар.
Өтпелі тақырып: «Менің Қазақстаным» Мақсаты: балаларға отан, туған жер туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың отан туралы түсініктерін кеңейту; - балалардың патриоттық және адамгершілік сезімін ояту; - туған жерін сүйуге, қадірлеуге тәрбиелеу.			
I апта 29.11-03 желтоқсан	1.Дешынықтыру Тақырыбы: «Қазақстанның батысынан шығысына саяхат»	Бір орында тұрып және қозғалыс барысында сапқа тұру түрлерін, мәнерлі сап түзу, жүру түрлерін орындау.Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды кезектестіре орындау, қарапайым дене жаттығуларымен ұштастыру.	Ырғақты музыка. Арқан (жіп). Асықтар. Таяқ, құрсау – 2 дана, тастар, тас салатын кәр-зеңкелер (қорап).
	2.Дене шынықтыру		
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Африка, Аустралия, Антарктида	Заттармен және заттарсыз жалпы дамытушы жаттығуларды орындау.	Глобус, жолдорба, саяхатқа қажетті және қажетсіз заттар.

	кұрлықтарына саяхат»	Бір орында тұрып және қозғалыс барысында сапқа тұру түрлерін, мәнерлі сап түзу жүру түрлерін орындау.	«Қарлар» – диаметрі 5 см болатын іші толтырылған доптар.
II апта 06-10 желтоқсан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Кұрлықтарға саяхат – (Еуропа, Азия, Америка)»	Заттармен және заттарсыз жалпы дамытушы жаттығуларды орындау. Секірудің әртүрлі түрлерін орындау, тепе-теңдікті сақтай отырып өзгермелі жағдайларда секірулер. Қашықтыққа, көлденең және тік нысанаға лақтыру.	Салмағы 1 кг болатын іші толтырылған доптар. Кең, бос кеңістік. Салмағы 1 кг болатын іші толтырылған доптар. Бір-бірінен 80 см аралықта орналастырылған кегельдер.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Байқоңыр»	Гимнастикалық орындық пен еңіс тақтайдың бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау. Бір орында тұрып және қозғалыс барысында сапқа тұру түрлерін, сапта түзу жүру түрлерін орындау.	Биіктігі 20 см болатын 5 зат. Сатының ең жоғарғы тақтайшасына орналасқан бұлттың макеті.
III апта 13-15 желтоқсан	1. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ғарышқа саяхат»	Бір орында тұрып және қозғалыс барысында сапқа тұру түрлерін, мәнерлі сап түзу жүру түрлерін орындау. Кеңістікті, уақытты бағдарлай алу, орындық/бөрене арқылы жоғары және төмен жүру барысында және берілген қалыпта тепе-теңдікті сақтау ептілігін дамыту.	Заттар (биіктігі – 20 см). Түрлі түсті доптар. Өрмелеп өтуге арналған жұмсақ нәрселер.
	2. Дене шынықтыру Тақырыбы:		
	3.Дене шынықтыру		
IV апта 20-24 желтоқсан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Туған өлке»	Организмнің төзімділігі мен жаттыққандығын жетілдіру үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп үдетумен дене жаттығуларын орындау. Бір орында тұрып және қозғалыс барысында сапқа тұру түрлерін, мәнерлі сап түзу, жүру түрлерін орындау.	Көгілдір және сары түсті таспалар. Ұзындығы 70 см бұрымдай өрілген жіп, аттың басы мен таяқтар. Биіктігі 2 м тік нысана. Құм толтырылған қапшықтар. Шаршылар, тымақтар, қамшы.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Батырлар»	Организмнің төзімділігі мен жаттыққандығын жетілдіру үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп үдетумен дене жаттығуларын орындау. Бір орында тұрып және қозғалыс барысында сапқа тұру түрлерін, сапта түзу жүру түрлерін орындау.	Гимнастикалық орындық. Арқан. Биіктігі 10 см заттар.
II апта 27	1. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Даңқы асқақ тұлғалар»	Организмнің төзімділігі мен жаттыққандығын жетілдіру үшін түрлі	Диаметрі 15 см доптар. Биіктігі 30 см заттар – әр қатарға

		жүктемелерді біртіндеп үдетумен дене жаттығуларын орындау. Секірудің әртүрлі түрлерін орындау, тепе-теңдікті сақтай отырып өзгермелі жағдайларда секіру.	6-дан (текшелер, отырғыштар).
	2. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Мерген»	Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды қарапайым дене жаттығуларымен алмастыру. Өрмелеу, өрмелеп шығу, астымен еңбектеу, еңбектеп өту түрлерін орындау.	Ені 5 см, 20 см, ұзындығы 3 метр сызықтар. Ұзындығы 50 см ағаш таяқтар. Кегельдер.
Өтпелі тақырып: «Табиғат әлемі» Мақсаты: балаларға табиғат, туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың отан туралы түсініктерін кеңейту; - балалардың табиғатқа деген қызығушылығын ояту; - табиғатты қорғап, аялай білуге тәрбиелеу			
I апта 04-06 қаңтар	1.Дене шынықтыру		
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Аңшылар»	Заттармен және заттарсыз жалпы дамытушы жаттығуларды орындау. Секірудің әртүрлі түрлерін орындау, тепе-теңдікті сақтай отырып өзгермелі жағдайлардағы секіру. Қашықтыққа, көлденең және тік нысанаға лақтыру.	Түрлі пішінді іздер (әртүрлі жануарлардың) Таяқтар.Тік нысана. Кегельдер.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Жайлаудағы ойындар»	Командалық ойындар рөлдері мен тәсілдерін қолдану. Түрлі спорттық ҰОҚ-ға қажетті ресурстарды анықтау және оларды техника қауіпсіздігін ескере отырып қолдану.	Биіктігі 60 см кедергі заттар (отырғыштар). Толтырылған доп.
II апта 10-14 қаңтар	1.Дене шынықтыру		
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қыстаудағы ойындар»	Дене қуаты қасиеттерін көрсету: әртүрлі дене әрекеті түрлеріндегі еп-тілік, жылдамдық пен реакция. Кеңістікті, уақытты бағдарлау, орындық/бөрене арқылы жоғары және төмен жүру барысында және берілген қалыпта тепе-теңдікті сақтау ептілігін дамыту.	Арқан
III апта 17-21 қаңтар	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Біз – жас баскетболшылармыз»	Организмнің төзімділігі мен жаттыққандығын жетілдіру үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп үдетумен дене жаттығуларын орындау. Бір орында тұрып және қозғалыс барысында сапқа тұру түрлерін, мәнерлі сап түзу, жүру түрлерін орындау.	Кең, бос кеңістік, ысқырғыш, кедергі заттар. Баскетбол добы, кегельдер, пластмасса конустар.

	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Баскетбол ойнаймыз»	Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды қарапайым дене жаттығуларымен алмастыру.Допты домалату, лақтыру және қағып алу, допты жерге оң қолмен және сол қолмен ұру, екі қолымен басынан асыра лақтыру және бір қолмен кедергіден лақтыру.	Бала санына қарай баскетбол добы. Керілген жіп (биіктігі 30 см). Диаметрi 5 см доп.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Баскетболшыларды жұппен жаттықтыр»	Бір орында тұрып және қозғалыс барысында сапқа тұру түрлерін, мәнерлі сап тұзу, жүру түрлерін орындау. Секірудің әртүрлі түрлерін орындау, тепе-теңдікті сақтай отырып өзгермелі жағдайларда секірулер. Допты домалату, лақтыру және қағып алу, допты жерге оң қолмен және сол қолмен ұру, екі қолымен басынан асыра лақтыру және бір қолмен кедергіден лақтыру.	Баскетбол доптары. Балалардың жартысына жететін диаметрi 1метрлік құрсаулар.
IV апта 24-28 қаңтар	1. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Баскетболшыларды жаттықтыру – айналма жаттығу»	Организмнің төзімділігі мен жаттыққандығын жетілдіру үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп үдетумен дене жаттығуларын орындау. Өрмелеу, өрмелеп шығу, астымен еңбектеу, еңбектеп өту түрлерін орындау.	Сүргіленген бөрене Саты. Диаметрі 20 см доптар. Қысқа секіртпелер.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Көңілді жаттығулар»	Дене қуаты қасиеттерін көрсету: әртүрлі дене әрекеті түрлеріндегі еп-тілік, жылдамдық пен реакция. Әділетті ойын мен әділетті төрелік белгілерін анықтау.	Баскетбол доптары. Құрсаулар, көгөністер, бала санына қарай шелек.Қалпақтар. Хоп-фитболдар. Кедергі заттар (конус, текшелер).
Өтпелі тақырып: «Бізді қоршаған әлем» Мақсаты: балаларға қоршаған орта туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың қоршаған орта туралы түсініктерін кеңейту; - балалардың қоршаған ортаның ерекшеліктеріне деген қызығушылығын ояту; - қоршаған ортаны таза ұстап, аялай білуге тәрбиелеу			
I апта 31 қаңтар-04 ақпн	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ерекше сайыстар»	Организмнің төзімділігі мен жаттыққандығын жетілдіру үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп үдетумен дене жаттығуларын орындау.Секірудің әртүрлі түрлерін орындау, тепе-теңдікті сақтай отырыпөзгермелі жағдайларда секірулер. Өрмелеу, өрмелеп шығу, астымен еңбектеу, еңбектеп өту түрлерін орындау.	Қызыл, сары, жасыл түсті жалау-шалар. Баскетбол доптары. Бала санына қарай пластмасса стақандар, саптар санына қарай жіп. Салмағы 1 кг доптар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Тым жоғары белсенділік»	Организмнің төзімділігі мен жаттыққандығын жетілдіру үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп үдетумен дене жаттығуларын орындау.Өрмелеу, өрмелеп шығу, астымен еңбектеу, еңбектеп өту	Доптар. Биіктігі әртүрлі заттар. Үрленген шар.

		түрлерін орындау.	
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Пайдалы және зиянды әдет»	Организмнің шынығуы және төзімділігін нығайту үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп арттырумен дене жаттығуларын орындау.Секірудің әртүрлі түрлерін орындау, тепе-теңдікті сақтай отырып өзгермелі жағдайларда секірулер. Өрмелеу, өрмелеп шығу, астымен еңбектеу, еңбектеп өту түрлерін орындау	Хоп-фитболдар. Іші толтырылған, салмағы 1 кг доп. Қоңыраулар, саты
II апта 07 -11 ақпан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Шаңғымен жүру. Шаңғы тебу барысындағы техникалық қауіпсіздік»	Заттармен және заттарсыз жалпы дамытушы жаттығуларды орындау. Дене қуаты қасиеттерін көрсету: әртүрлі дене әрекеті түріндегі ептілік, жылдамдық пен реакция. Алуан түрлі ойын түрлерінде әртүрлі дене жаттығуларын орындау барысында басқа қатысушыларға тактикалық көмек көрсету.	Шаңғы, таяқшалар
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Шаңғы теуіп үйренеміз»	Заттармен және заттарсыз жалпы дамытушы жаттығуларды орындау. Бір орында тұрып және қозғалыс барысында сапқа тұру түрлерін, мәнерлі сап тұзу, жүру түрлерін орындау.Дене қуаты қасиеттерін көрсету: әртүрлі дене әрекеті түріндегі ептілік, жылдамдық пен реакция.	Шаңғы, таяқшалар.
III апта 14 -18 ақпан	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Жас футболшылар»	Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды кезек алмастыру, қарапайым дене жаттығуларымен алмастыру.Секірудің әртүрлі түрлерін орындау, тепе-теңдікті сақтай отырып өзгермелі жағдайларда секірулер.Қашықтыққа, көлденең және тік нысанаға лақтыру.	Бала санына қарай футбол добы
	2.Дешынықтыру Тақырыбы: «Футбол алаңында жаттығу»	Организмнің төзімділігі мен жаттыққандығын жетілдіру үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп үдетумен дене жаттығуларын орындау.Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастыру, қарапайым дене жаттығуларымен алмастыру.	«Баста-тоқта!» деп белгі беруге арналған ысқырғыш. Топтың жартысына жететін доп.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Шабандоздар»	Организмнің төзімділігі мен жаттыққандығын жетілдіру үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп үдетумен дене жаттығуларын орындау. Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастыру, қарапайым дене жаттығуларымен алмастыру.	Ұзындығы 70 см бұрымдай өрілген жіп, аттың басы бар таяқтар. Кәрзеңке, құрсау, тиындар. Аттың басы мен таяқтар.
IV апта 21	Дене шынықтыру	Дене қуаты қасиеттерін көрсету: әртүрлі дене	Диаметрі20 см доптар.

	Тақырыбы: «Ойын ойнап, денсаулықты нығайтамыз!»	әрекеті түрлеріндегі еп-тілік, жылдамдық пен реакция.Алуан түрлі ойын түрлерінде әртүрлі дене жаттығуларын орындау барысында басқа қатысушыларға тактикалық көмек көрсету.	Доп. Орындықтар. Асықтар.
	Дене шынықтыру Тақырыбы: «Денсаулықты қалай күтуге болады?»	Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастыру, қарапайым дене жаттығуларымен алмастыру. Гимнастикалық орындық пен еңіс тақтайдың бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау.	Сандар жазылған карточкалар. Поролон заттар. Құрсаулар, қашықтықты белгілейтін жалаушалар.
Өтпелі тақырып: «Салт дәстүрлер мен фольклор» Мақсаты: балаларға салт-дәстүр туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың қоршаған орта туралы түсініктерін кеңейту; - балалардың ұлттық салт-дәстүрлерге деген қызығушылығын ояту; - патриоттық сезімге тәрбиелеу;			
I апта 29 ақпан -04 наурыз	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Шымыр болам десең—шынық!»	Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастыру, қарапайым дене жаттығуларымен алмастыру.Секірудің әртүрлі түрлерін орындау, тепе-теңдікті сақтай отырып өзгермелі жағдайлардағы секірулер.	Биіктігі 30 см заттар. Гимнастикалық саты. Целлулоидті шарлар, құрсаулар, массаж жолы, 3 дана доға, доп салатын себет – 3 дана.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қазақстан халықтарының қандай ойындарын білемін»	Бір орында тұрып және қозғалыс барысында сапқа тұру түрлерін, сапта түзу жүру түрлерін орындау. Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алма-кезек орындау, қарапайым дене жаттығуларымен ұштастыру.	
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Желді басып оз!»	Заттармен және заттарсыз жалпы дамыту жаттығуларын орындау. Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастыру, қарапайым дене жаттығуларымен ұштастыру.	
II апта 07 -11 наурыз	1.Дене шынықтыру		
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Бәрің дайындал!» таза ауада	Организмнің шынығуы мен төзімділігін нығайту үшін түрлі жүктемелерді біртіндеп арттыра отырып дене жаттығуларын орындау. Дене қуаты қасиеттерін көрсету: әртүрлі дене әрекеті түріндегі ептілік, тепе-теңдік, үйлесімдік, күш, жылдамдық пен реакция	Арқан, себеттер, текшелер доптар.
III апта 14 -18 наурыз	1. Дешынықтыру Тақырыбы: «Ең жылдам»	Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастыру, қарапайым дене жаттығуларымен ұштастыру.Секірудің алуан түрлерін орындау, өзгермелі жағдайларда секіру.	гимнастикалық таяқшалар.

	2. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Доп ойнап, асыр саламыз»	Заттармен және заттарсыз жалпы дамыту жаттығуларын орындау. Секірудің алуан түрлерін орындау, өзгермелі жағдайлардағы секіру.	Көзді байлайтын орамал, доптар, текшелер.
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ойнаймыз – денсаулықты нығайтамыз»	Көзді жұмып жүру, дыбыстық белгі бойынша жүру, шеңбер бойымен жүру, кеңістікте бағдарлау.	Көзді байлайтын орамал, футбол добы, текшелер.
IV апта 24 -25 наурыз	1. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Жас өрт сөндірушілер»	Нысанаға допты бастан асырып, екі қолмен лақтыру.	Арқан, себеттер, текшелер доптар.
	2. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Қош келдің, Наурыз!»	Секірудің алуан түрлерін орындау, өзгермелі жағдайларда секіру. Қашықтыққа, көлденең және тік нысанаға лақтыру. Алуан ойын түрлерінде әртүрлі дене жаттығуларын орындау барысында басқа қатысушыларға тактикалық көмек көрсету.	Әр балаға секіртпелер.
III апта 28.03-01 сәуір	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: Құрсаумен ептілікті дамытамыз	Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастырып орындау, қарапайым дене жаттығуларымен алмастыру. Секірудің әртүрлі түрлерін орындау, тепе-теңдікті сақтай отырып, өзгермелі жағдайларда секірулер.	
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Кедергілер»	Допты кедергілер арасымен алып өту. Еденде жатып созылу.Әр қадам сайын алға қарай иілу, секіру арқылы допты лақтыру.	
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Шымыр да албырт балалар»	Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алма-кезек орындау, қарапайым дене жаттығуларымен ұштастыру.Секірудің алуан түрлерін орындау, өзгермелі жағдайлардағы секіру. Өрмелеу, өрмелеп шығу, астымен еңбектеу, еңбектеп өту түрлерін орындау.	
Өтпелі тақырып: «Біз еңбекқор баламыз» Мақсаты: балаларға еңбек, үлкендер еңбегі туралы түсінік беру. Міндеттері: - балалардың қоршаған орта туралы түсініктерін кеңейту; - балалардың тұрмыстық қажеттіліктерді өтеуге деген қызығушылықтарын ояту; - балаларды еңбекқорлыққа және ұқыптылыққа тәрбиелеу			
I апта 04 -08 сәуір	1. Дене шынықтыру Тақырыбы: Салт аттылар»	Заттармен және заттарсыз жалпы дамыту жаттығуларын орындау. Секірудің алуан түрлерін орындау, өзгермелі жағдайларда секіру.	Доптар, себеттер, қапшықтар, ағаш аттар
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Денсаулықтың құпиясы»	Аяқ пен қолды айқастыра жүру, отырып жүру және жүрелей отырып жүру, 4 метрге артпен жүру. Қозғалыс кеңістігінде топпен қауіпсіз жұмыс жүргізу. 4 қатар болып қайта сап құру.	Құм салынған қапшықтар. Футбол доптары, арақашықтықты белгілейтін конустар.

		«Ми жаттығуы» элементтерін орындау.	
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Футбол ойнап үйренеміз»	Қозғалыс кеңістігінде топпен қауіпсіз жұмыс жүргізу. Табанды түзетуге арналған жаттығуларды орындау: аяқтың ұшымен, өкшемен, табанның ішкі, сыртқы жақтарымен жүру. Қысқа және кең адыммен жүгіру.	Бадминтон о-науға арналған воландар. Футбол доптары. Бадминтон ракеткалары, воландар.
II апта 11-15 сәуір	1. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Епті және төзімді боламыз»	Бір қатар сапқа тұру, тізіліп қатарға тұру. Бір қатарлы саппен жүру; тізені жоғары көтеру. Қайта тізіліп екі қатарға тұру.	Бала санына қарай (диаметрі 8–10 см) доптар, доп салатын кәр-зеңкелер.
	2. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Топтық эстафеталар» (таза ауада)	Шеңбер бойымен айнала жүгіру және жаттығу кезінде арақашықтықты сақтау. Бір-біріне кедергі жасамау.	Әрбір балаға ұсақ ойыншықтар. Арақашықтыққа арналған заттар. Диаметрi 20 см доптар. Ені 50 см жолақтар.
III апта 18-22 сәуір	1. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Бұлшық етті нығайтып, күшті дамытамыз»	Жүргізушіні ауыстырып, баяу қарқынмен Бастан асыра бір қолмен допты лақтыру. Бір орында екі аяқпен ұзындыққа секіру.	Қапшықтар, жәшіктер, таяқшалар, доптар.
	2. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Тиін бізге қонаққа келді»	Құм салынған қапшықты 50см жоғарырақ қойылған жәшікке лақтыру. Құм салынған қапшықты жоғары қойылған жәшікке лақтыру. және жаттығу кезінде арақашықтықты сақтай білу. Жаттығулардың ережесін дұрыс орындау.	Қапшықтар, жәшіктер, таяқшалар, доптар.
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Көктем келді, көктем!»	Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру. Жүріс барысында тоқтап, бұрылыстар жасау. Жіпті ұстап, шеңбердің бойымен жүру.	Бала санына қарай текшелер, 2 бағана, кішкентай шығыршық.
IV апта 25-29 сәуір	1. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Денсаулыққа не пайдалы?»	Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастыру, қарапайым дене жаттығуларымен ұштастыру. Гимнастикалық орындық пен еңіс тақтайдың бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау. Қашықтыққа, көлденең және тік нысанаға лақтыру.	Кең, таза кеңістік. 3-4 балаға бір құрсаудан. Тік нысаналар, құм толтырылған қапшықтар. Гимнастикалық орындықтар.
	2. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Шыныққан, әрі шымыр боламыз»	Заттармен және заттарсыз жалпы дамытушы жаттығуларды орындау. Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды алмастыру, қарапайым дене жаттығуларымен алмастыру. Гимнастикалық орындық пен еңіс тақтайдың бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау.	Таспа, волейбол және баскетбол доптары. Гимнастикалық орындықтар. Таспалы керілген жіп. Әрбір топқа қарсы түрлі түсті таспалар, баланың жоғары көтерілген қолынан 30 см биіктікке ілінеді. Топтың жартысына жететін доп. Доп салатын себеттер.
Өтпелі тақырып: «Туған өлкенің табиғаты»			

Мақсаты: балаларға туған өлкенің табиғаты туралы түсінік беру.

Міндеттері:

- балалардың табиғат, туған жер туралы түсініктерін кеңейту;
- балалардың туған жерге, өлкеге деген патриоттық сезімін ояту.
- балалардың туған жерін сүйуге, қадірлеуге тәрбиелеу.

I апта 03 -06 мамыр	1. Дене шынықтыру		
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Ерекше жаттығу»	Бір орында тұрып және қозғалыс барысында сапқа тұру түрлерін, мәнерлі сап тұзу, жүру түрлерін орындау. Өрмелеу, өрмелеп шығу, астымен еңбектеу, еңбектеп өту түрлерін орындау. Қашықтыққа, көлденең және тік нысанаға лақтыру	Волейбол торы, әр балаға доптан
	3. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Жүгіру»	Допты волейбол торына лақтыру. Еденде жатып созылу. Әр қадам сайын алға қарай иілу, секіру арқылы допты лақтыру.	Волейбол торы, әр балаға доптан
II апта 10 -13 мамыр	1. Дене шынықтыру	Допты волейбол торына лақтыру.Еденде жатып созылу.Әр қадам сайын алға қарай иілу, секіру арқылы допты лақтыру.	Волейбол торы, әр балаға доптан
	2. Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сиқырлы сақиналар» таза ауада	Допты волейбол торына лақтыру. Еденде жатып созылу. Әр қадам сайын алға қарай иілу, секіру арқылы допты лақтыру.	Волейбол торы, әр балаға доптан
III апта 16 -20 мамыр	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сиқырлы сандық»	Шеңбер бойымен айнала жүгіру және жаттығу кезінде арақашықтықты сақтау.Бір-біріне кедергі жасамау.	Қапшықтар, тақтай, арқан, шығыршықтар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Баскетболшылар»	Шеңбер бойымен айнала жүгіру және жаттығу кезінде арақашықтықты сақтау. Бір-біріне кедергі жасамау.	Қапшықтар, жәшіктер, шығаршықтар.
	3.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Шынығып, шымыр боламыз»	Шеңбер бойымен айнала жүгіру және жаттығу кезінде арақашықтықты сақтау. Бір-біріне кедергі жасамау.	Қапшықтар, жәшіктер, шығаршықтар.
IV апта 23 -27 мамыр	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Сыр толы сандық»	Құм салынған қапшықты 50см жоғарырақ қойылған жәшікке лақтыру. Жаттығулардың ережесін дұрыс орындау.	Қапшықтар, жәшіктер, таяқшалар, доптар.
	2.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Лақтыр, қағып ал да домалат»	Доптарды бір-біріне лақтыру; Дәлдікті айқындап қағып алу.	Әр түрлі доптар
IV апта 30 -31 мамыр	1.Дене шынықтыру Тақырыбы: «Алақай, жаз келді!»	Құм салынған қапшықты жоғары қойылған жәшікке лақтыру және жаттығу кезінде арақашықтықты сақтай білу.	Қапшықтар, жәшіктер, таяқшалар, доптар.
