



«Бекітемін»
«Бейнеу» бөбекжайы» ЖБҚ
МКҚК директоры
Д.Ақшабаева
2022ж

**«Сандуғаш» және «Қыран» ересек топтарының
2022-2023 оқу жылына арналған
дене шынықтыру маманының жылдық жоспары**

Бейнеу-2022

«Сандуғаш», «Қыран» топтарына арналған перспективалық жоспары

№	Өтпелі тақырыбы	ҰОҚ тақырыбы	Мақсаты мен міндеттері	Сағат саны	Өтетін күні
Қыркүйек					
1.	«Менің балабақшам»	«Спортзалмен таныстыру»	Мақсаты: Саусак гимнастикасын қолдана отырып,дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын қалыптастыру. Міндеттері: саптағы өз орнын таба білуге үйрету. Саптан шығып кетпей, бағытын сақтай отырып жаяу жүруді үйретуді бекіту. Спортзалдажаттығуға тәрбиелеу, кеңістік бағдарын айқындауға үйрету, зейінін дамыту. Салауатты өмір сүруге дайындау.	3	07.09 08.09
		«Біз азырақ сергідік»	Мақсаты: педагогтің нұсқауларын тыңдау және орындау дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: сапта жүріп бара жатқанда педагогтің белгісі бойынша бағытын өзгертуге үйрету, өз қимылын өзге балалардың қимылымен сәйкестендіру қабілетін дамыту. Бір-бірден тізбекке тұруға жаттықтыру, өз бетінше әрекет ету қабілетін және сапқа тұрған кезде кеңістікте бағдар табу қабілетін дамыту. Бір орында қос аяқтап секіруге жаттықтыру, еденнен бір уақытта екі аяғымен серпіліп секіру қабілетін нығайту. Педагогтің айтқандарын тыңдау, оның көрсеткендерін мұқият ден қоюға үйрету, ұйымшылдық қабілетін, зейінін дамыту; ұжыммен бірге жұмыс істеу, бірге ойнауға деген қызығушылығын дамыту	3	9.09 11.09
		«Футбол добымен танысамыз»	Мақсаты: футбол добымен ойнау дағдыларын	3	16.09

		калыптастыру. Міндеттері: организмнің функционалдық мүмкіндіктерін арттыруға ықпал ету. Арқанның астымен еңбектеген кезде басын тигізбей өту кезінде топтасу қабілетін, ептілік пен икемділігін дамыту. Допты екпінмен итеріп, оның бағытын сақтап қалу, көзбен өлшеу қабілетін нығайту. Кеңістікте бағдарлау, Зейін қою қабілетін дамыту. Ұжымшылдыққа, бірге ойнауға тәрбиелеу.		5. X 6. X
	«Біз епті баламыз»	Мақсаты: баланың қозғалыс қабілеті мен үйлесімділігін дамыту. Міндеттері: бір орында қос аяқтап және бір аяқтап секіру, қол мен аяқтың қозғалысын үйлестіру қабілетін дамыту. Ырғақпен адымдау және сапта жүріп бара жатқанда педагогтің белгісі бойынша бағытын өзгерту қабілетін дамыту. Алақаны мен тізесіне сүйеніп түрлі бағытта еңбектеуге жаттықтыру, бірбірімен соқтығыспай, айналып кету қабілетін нығайту. Ептілікке баулу, қимылдарын үйлестіруге және спортзал ішінде кеңістікті бағдарлау	3	12. X 14. X

Қазан

2.	«Менің отбасым»	«Түрлі-түсті кегельдер»	Мақсаты: секіру және допты домалату дағдыларын дамыту. Міндеттері: өкшемен отырып, бір-біріне допты домалату, көзбен өлшеу, доптың бағытын сақтау қабілетін дамыту. Бір орында қос аяқтап және бір аяқтап секіруді жалғастыру, секірген кезде тізесін аздап бүгіп, аяқтарын Бірге және бөлек қою қабілетін нығайту. Залда әртүрлі бағытта жүріп жаттығу, оң және сол жақтағы заттарды айналып өту қабілетін жетілдіру. Денешынықтыру сабақтарына қатысты оң көзқарас	3	19. X 20. X
----	-----------------	-------------------------	---	---	---------------------------

		калыптастыруды жалғастыру.		
	Таза ауада «Ойна көңіл көтер»	Мақсаты: организмнің функционалдық мүмкіндіктерін дамыту. Міндеттері: организмнің функционалдық мүмкіндіктерін арттыруға ықпал ету. Ойынның шарттарына қарай шеңберге және сапқа тұру қабілетін нығайтуды жалғастыру. Спорт алаңының бір жағынан қарама-қарсы жағына қарай жүгіріп өту қабілетін жетілдіру. Статикалық тепе-тендікті сақтау қабілетін қалыптастыру. Ептілік, шапшаң әрекет ету қабілеті мен зейінін дамыту. Педагогтің айтқандарын тыңдау, оның көрсеткендерін мұқият ден қоюға үйрету, өз қимылдарын өзге балалармен келісіп жасауға үйрету. Мейірімділікке тәрбиелеу.	3	26x 28x
	«Көгалда»	Мақсаты: допты домалата білу және тізерлеп жүру дағдыларын дамыту. Міндеттері: өкшемен отырып, допты бір-біріне домалату қабілетін жетілдіру (қашықтық – 2 метр), допты қашықтыққа қарай итеру қабілетін дамыту. 6 метр қашықтықта алақаны мен тізесіне сүйеніп түрлі бағытта еңбектеуге жаттықтыру, бірбірімен соқтығыспай айналып кету қабілетін нығайту. Организмнің жалпы шыдамдылық қабілетін, ептілік пен үйлестіру қабілетін дамыту. Экологиялық мәдениетке тәрбиелеу, қоршаған ортаны эстетикалық тұрғыдан қабылдауға үйрету.	3	26x 28x
	«Күзгі гүл шоғы»	Мақсаты: тепе-тендікті сақтау, қозғалыс үйлесімділігі дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: еденге тасталған түзу жіптің бойымен жүру, тепе-тендікті сақтауға үйрету, дұрыс жүру рефлексін қалыптастыру. Алақандары мен тізесін тіреп еңбектеген кезде қолдары мен аяқтарының қозғалысын үйлестіре білу қабілетін нығайту. Ырғақпен секіріп жаттығу –	3	14x 15x

		аяқтарын бірге және бөлек-бөлек қою, қолдарын басынан жоғары көтеріп шапалақтау. Үйлестіру қабілетін дамыту, төзімділікке баулу. Қоршаған ортаның сұлулығын көре білуге, оған қайырымды болуға тәрбиелеу.		
--	--	---	--	--

Қараша

3.	«Дені саудың жаны сау»	«Біз ойнағанды жақсы көреміз» (Таза ауада өткізу)	Максаты: көтеріңкі заттың үстімен жүру, секіру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: организмнің функционалдық мүмкіндіктерін арттыруға ықпал ету, демін ірікпей, еркін тыныстау қабілетін дамытуды жалғастыру. Ойынның шарттарына қарай шеңберге және сапқа тұру қабілетін нығайтуды жалғастыру. Биіктегі тіреуде жүрген кезде дене сымбатын сақтап, дұрыс жүру қабілетін қалыптастыру. Дене сымбатының бұзылуының алдын алу. Алға қарай секіріп жылжыған кезде бір уақытта қос аяқтап серпіле секіру және жерге жартылай бүгілген аяқтың ұшымен түсу қабілетін нығайту. Педагогтің айтқандарын тындау, оның көрсеткендерін мұқият ден қоюға үйрету, өз қимылдарын өзге балалармен келісіп жасауға үйрету. Ептілік, шапшаң әрекет ету қабілеті мен зейінін дамыту. Бір-біріне қайырымды болуға тәрбиелеу.	3	ЖК
		«Көгалдағы ойындар»	Максаты: арқанмен жүру және доптарды домалату дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: ойындардың көмегімен балалардың қозғалыс тәжірибесін байыту, белсенді демалуға дағдыландыру. Қозғалыс бағытын сақтай отырып, бір-бірден сапта жүгіру қабілетін жетілдіру. Еденге тасталған түзу жіптің бойымен жүруге үйретуді жалғастыру, жіпті бойлай жүрген кезде басты дұрыс ұстау қабілетін дамыту, дене сымбатының	3	ЖК

		бұзылуының алдын алу. Доптарды кез келген бағыттарға домалатуға жаттықтыру, допты саусақтардың көмегімен қатты итеру қабілетін дамыту, саусақтар моторикасын дамыту. Организмнің жалпы төзімділігін, ептілігін, үйлестіру қабілетін дамыту. Бір-біріне қайырымды болуға тәрбиелеу		14.11
	«Түрлі-түсті жалаулар»	Мақсаты: секіру және еңбектеу дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: секіру жаттығуларын үйрету. Бір аяқ алда, екіншісі артта. Қолдарды шынайы қимылдатып, жеңіл әрі ритмге сай, саптан шықпай жүгіру. Қозғалыс бағытын сақтай отырып төрт аяқтап еңбектеуге үйретуді жалғастыру. Организмнің жалпы төзімділігін, үйлестіру қабілетін дамыту. Дүниеге жағымды көзқараспен қарауға тәрбиелеу, жинақылыққа баулу.	3	21.11 22.11
	«Сымбатты дене»	Мақсаты: велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: велосипедпен тура бағытта жүруге үйрету. Секірген кезде аяқтарды кезекпен ауыстыруды үйретуді жалғастыру (бір аяқ алда, екіншісі – артта). Кішірейтілген алаңда жүргенде тұрақты тепе-теңдік сақтау жаттығуларын жасау, дене сымбатының бұзылуының алдын алу. Педагогтің түсіндіргендерін мұқият тыңдау қабілетін қалыптастыру, оның көрсеткендерін мұқият есте сақтауға үйрету. Организмнің жалпы төзімділігін, үйлестіру қабілетін дамыту. Дені сау, салауатты әрі әдемі болуға деген құштарлыққа баулу.	3	22.11 23.11

Желтоқсан

4.	«Менің Қазақстаным»	«Орман жұмбақтары»	Мақсаты: секіру және доғаның астымен еңбектеу дағдыларын бекіту. Міндеттері: екі аяқтың ұшымен серпіле секіру (аса биік	3	1.11 2.11
----	---------------------	--------------------	--	---	--------------

		емес) қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Адымын қолдың шынайы қозғалысымен үйлестіріп басу, сызықтан шықпай жүру қабілетін нығайту. Алақаны мен табанын тіреп еңбектеуге жаттығуды жалғастыру; организмнің жалпы төзімділігін, үйлестіру қабілетін дамыту. Жануарлардың табиғаттағы тіршілігі туралы түсінігін кеңейту, экологиялық мәдениет қалыптастыруға ықпал ету. Жинақылыққа үйрету, зейіні мен ойлау қабілетін даму		
	«Маймылмен ойнаймыз»	Мақсаты: допты домалату және арқанның астымен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: басын тигізбей арқанның астынан еңбектеп өту біліктерін бекіту. Арқан астынан басты тигізбей еңбектеп өтуге үйрету. Ептілік пен икемділікке баулу. Допты қақпаға домалатып салуға жаттықтыру. Допты күшпен итеруге және доптың бағытын сақтауға жаттықтыруды жалғастыру. Көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту. Педагогтің түсіндіргендерін мұқият тыңдау қабілетін қалыптастыру, оның көрсеткендерін мұқият есте сақтауға үйрету. Қимыл-қозғалыстарды өзге балалармен келісіп орындау. Балалардың жанды табиғат нысандары туралы білімін байыту.	3	12x11 6x4
	«Жіппен ойнаймыз» Таза ауада өткізу	Мақсаты: жерде жатқан жіптің үстімен жүру және биіктікке секіру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: сапта қатарды бұзбай ырғақпен жүру және жүгіру қабілетін қалыптастыруды әрі қарай жалғастыру. Қимыл-қозғалыстарды өзге балалармен келісіп орындау қабілетін дамыту. Жіпті бойлай жүргенде тепе-теңдікті тұрақты сақтай білу қабілетін нығайту, жалпақтабанның алдын алу – табанның дұрыс жетілуін	3	12x11 14x11 16x11

		үйрету. Сапта жүрген кездебағытты өзгерту қабілетін жітілдіру. Бір-бірден тізбекке тұруға жаттықтыру, өз бетінше әрекет ету және сапқа тұрған кезде кеңістікті бағдарлау қабілетін дамыту. Бір орында қос аяқтап секіруге жаттығуды жалғастыру. Бір уақытта екі аяқпен бірдей еденнен серпіліп секіру қабілетін қалыптастыру. Еденнен бір уақытта қос аяқпен екпінмен секіру қабілетін нығайту. Педагогтің түсіндіргендерін мұқият тыңдау, көрсеткендерін бақылау қабілетін қалыптастыру, жинақылыққа, зейінді болуға үйрету. Өз организімін күтуге үйрету.		
	«Қоянға сауығып кетуге көмектесейік»	Мақсаты: жоғары қарай секіру және төрттағандап еңбектеу дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: қапталға бұрылу үшін мейлінше биікке секіруге үйрету, сапта тұрғанда бірқалыпты қозғалыс ырғағын сақтай отырып жүру және жүгіру қабілетін нығайту. Еңбектеуге жаттықтыру. 3 доғаның астынан кезекпен өткізіп, ептілік пен икемділік қабілетін дамыту. Өз денсаулығын күтуге үйрету.	3	23.01 24.01 26.01
	«Мұқият болайық»	Мақсаты: допты дамалату және бір орында тұрып секіру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: допты заттардың арасымен домалатқан кезде доп траекториясы бағытын өзгертуді үйрету. Допты қол саусақтарымен қатты күш салмай ақырын итеріп жіберу қабілетін дамыту. Бір орында секіруге, оң және сол жаққа бұрылуға жаттықтыру, екі аяқпен бір уақытта жерден серпіле секіріп оңға, солға бұрылу және айналу қабілетін нығайту. Зейіннің, үйлестіру қабілетін дамыту. Салауаттыөмір сүру дағдысын қалыптастыру.	3	24.01 26.01

Ақпан

		қамтамасыз ету. 40 см биіктікке тартылған жіптің астымен еңбектеп өту арқылы балалардың бойында иілгіштік және ептілік сынды қасиеттерді дамыту. Дербестікке, жинақылыққа тәрбиелеу		
	«Әдемі болайық»	Мақсаты: стандартты емес жабдықты пайдалану арқылы бой түзулігінің бұзылуының профилактикасын өткізу. Міндеттері: шеңбер түрінде дөңгелентіп тасталған жіпті бойлай жүруге, тепе-теңдік сақтауға үйрету, дене сымбатының бұзылуының алдын алу. Төрт аяқтап еңбектеген кезде қол мен аяқтың үйлесімділігін дамытуды жалғастыру, топпен бірге жұмыс істеу және жіпке денесін тигізбеу қабілетін дамыту. Спортпен айналысуға, сұлу да шымыр болуға деген қызығушылығын қалыптастыру.	3	15x11 20x11 26x11

Қаңтар

5. «Табиғат әлемі»	«Ерекше шар»	Мақсаты: доптарды бір-біріне домалату, арқанмен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау дағдыларын қалыптастыру. «Отырып» бір-біріне допты домалату (қашықтық – 2 метр). Міндеттері: сапты бұзбай жүгіру және жүру қабілетін дамыту, өз қимылын өзге балалармен келісіп отыруға үйрету. Жіпті бойлай жүрген кезде тепе-теңдік сақтау, жалпақтабанның алдын алу. Допты бір-біріне домалатуға 138 жаттықтыру, көзбен мөлшерлеу, доптың қозғалыс бағытын сақтау қабілетін дамыту. Денешынықтыру сабақтарына қызығушылығын ояту; дербестікпен жинақылыққа үйрету.	3	9.01 10.01 13.01
	«Организмді шынықтырамыз»	Мақсаты: самокат тебу және секірудағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: тыныс алу мен дем шығару актілерін реттеуді	3	16.01 18.01 20.01

		оған денесін тигізбеуді үйрету; ептілік қабілетін дамыту. Жылдамдықпен оңға және солға бұрылып секіруге жаттығу. Денешынықтыру сабақтарына қатысты жағымды көзқарас қалыптастыруды әрі қарай жалғастырамыз. Өз денсаулығын күтуге тәрбиелеу.		
	«Достармен бірге ойнаймыз»	Мақсаты: ойындар және спорттық жаттығулар арқылы кеңістікті бағдарлауын дамыту. Міндеттері: үш дөңгелекті велосипед тебуге, онымен бұрылуға үйрету. Бұлшық ет корсетін нығайту, жалпақтабанның алдын алу, қолдың ұсақ моторикасын дамыту, дыбыстар шығару арқылы орындалатын тыныс алу жаттығуларын дұрыс орындау қабілетін нығайту. «Ирелендеп» жүру мен жүгіруге жаттығу, заттарды оң жағынан және сол жағынан айналып өту қабілетін жетілдіру. Допты саусақтардың ұшымен итеріп, кілемшелердің арасымен «жыланша» ирелендетіп домалату қабілетін нығайту. Еденнен бір уақытта қос аяқтап қатты серпіліп көтерілу, жерге түскен кезде тізені аздап бұту қабілетін нығайтуды жалғастырамыз. Денешынықтыру сабақтарына қатысты жағымды көзқарас қалыптастыру. Бұлшық еттерін нығайтуға ынталандыру.	3	23.02 28.02

Наурыз

7.	«Салттар мен фольклор»	«Қуыршақтар Ая,Мая,Серік пен Арман»	Мақсаты: музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқынмен қозғалу білігін дамыту. Міндеттері: музыкалық сүйемелдеумен түрлі бағытта, әртүрлі ырғақпен қозғалу: ырғақпен жүру, жеңіл жүгіру. Тепе-теңдікті сақтауға жаттығу, басына қапшық қойып жіпті бойлай жүру қабілетін нығайту және басты дұрыс ұстауға үйрету; әдемі жүруге дағдыландыру, дене сымбатының бұзылуының алдын	3	2.03 3.03
----	------------------------	-------------------------------------	---	---	--------------

6.	«Бізді қоршаған әлем»	«Түрлі-түсті кілемшелер»	Мақсаты: велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: үш дөңгелекті велосипедті тебуге үйрету. Бұлшық ет корсетін нығайту, жалпақтабанның алдын алу, қолдың ұсақ моторикасын дамыту, дыбыстар шығару арқылы тыныс алу жаттығуларын дұрыс орындау қабілетін нығайту. «Өкшеге отырып» допты бір-біріне қарай домалату қабілетін нығайту, көзбен мөлшерлеу дағдысын дамыту, доптың бағытын сақтай білуге баулу. Тізесін аздап бүгіп ақырын жерге түсу қабілетін дамытуды жалғастыру. Денешынықтыру сабақтарына қатысты жағымды көзқарас қалыптастыруды әрі қарай жалғастырамыз. Епті әрі тез болуға ынталандыруды жалғастыру.	3	3.02 6.02 7.02
		«Орамал»	Мақсаты: қазақ ойындарын пайдалану арқылы қозғалыс тәжірибесін байыту. Міндеттері: алақаны мен табанына сүйеніп төрт аяқтап еңбектеуді, еңбектеген кезде көтерілген заттың биіктігін ескеруді үйретуді жалғастыру, ептілікке баулу. Допты төменнен жоғары қарай саусақпен оп-оңай итеру және допты 1-39 зағтардың арасымен домалатқан кезде бағытын өзгерту қабілетін нығайту. Әлеуметтік ортада дұрыс байланыс орнату, төзімділік қабілеттерін дамыту, қазақтың ұлттық ойындарын пайдалану арқылы балалардың қозғалыс тәжірибесін байыту.	3	13.02 14.02 15.02
		«Түрлі-түсті орамалдар»	Мақсаты: бой түзулігінің бұзылуының профилактикасы, үйлесімділік қабілеттерін дамыту. Міндеттері: басына қап қойып, жіпті бойлай жүруге үйрету (дене сымбатының бұзылуының алдын алу). Еңбектеген кезде қол мен аяқтың жұмысын үйлестіре білу қабілетін нығайту, таяқшаның астынан еңбектеп өткен кезде	3	20.02 21.02 23.02

		сақтауға үйретуді жалғастыру. Секірген кезде аяқтың қалпын кезекпен ауыстыру қабілетін жетілдіруді жалғастыру. Кішірейтілген алаңмен жүрген кезде тепе-теңдікті сақтауға үйрету, жүрген кезде басты дұрыс ұстай білу қабілетін дамыту, дене сымбатының бұзылуының алдын алу. Педагогтің түсіндіргендерін мұқият тыңдау қабілетін қалыптастыру, оның көрсеткендерін мұқият есте сақтауға үйрету. Дені сау, келбетті әдемі болуға деген құштарлығын ояту.		
--	--	--	--	--

Сәуір

8.	«Біз еңбекқор баламыз»	«Көңілді құтақандар»	Мақсаты: доппен жаттығу жасау және сызық арқылы секіру дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: допты алға-жоғары көтеріп, оны қос қолдап қағып алуға үйрету. Тізені аздап бүгіп, сәл ғана биікке секіру жаттығуларын ырғақпен орындау қабілетін нығайту. Басына құм салынған қапшық қойып жіпті бойлай жүруге жаттығу, тепе-теңдік сақтау қабілетін дамыту, әдемі жүріске дағдыландыру. Педагогтің түсіндіргендерін мұқият тыңдау қабілетін қалыптастыру, оның көрсеткендерін мұқият есте сақтауға үйрету. Қимыл-қозғалыстарды балалармен бірге орындау.	3	301 401 501
		«Футбол ойнауды үйренеміз»	Мақсаты: футбол добымен ойнау дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: футбол добын еркін бағытта алып жүруге үйрету. Қос аяқтап алға секіру, екі аяқпен бір уақытта екпінмен секіру және тізесін сәл бүгіп аяқтың ұшымен жерге түсу қабілетін жетілдіру. Заттарды жанамай айналып өту қабілетін нығайту (жалпақтабанның алдын алу –	3	10.04 11.04 12.04

		алу. Бір орында айналып секіруге үйрету, айналу үшін мүмкіндігінше жоғары секіру қабілетін жетілдіру. Қоршаған ортаға қамқорлық жасауға баулу, қозғалыстың айқындығы мен баланың ой-қиялын дамыту.		
	«Ғажайып сандық»	Мақсаты: музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқынмен қозғалу білігін дамыту. Міндеттері: қатар жатқан қос сызықтың ортасымен кең адымдап жүруге үйрету. Түрлі ырғақпен музыкаға сәйкес әртүрлі қозғалыстар жасау, ырғаққа сай жүру, қолдарын қозғалтып алға-артқа жеңіл жүгіру. Допты бір-біріне домалатуға жаттығу, допты қос қолдап серпіп итеру қабілетін қалыптастыру; көзбен мөлшерлеу, кеңістікте бағдарлау қабілеттерін дамыту. Балалардың бойында қайырымдылық, дербестік, ойыншықтарды күтіп ұстау сынды қасиеттерді қалыптастыру	3	15.03 16.03 19.03
	«Қонжық қалай шынықты»	Мақсаты: қозғалыс үйлесімділігі дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: самокат тебуді үйрету, бір аяқпен жердің бетінен күшпен итерілу. «Жыланша» жүріске және жүгіруге жаттықтыру, заттарды оң жақтан және сол жақтан айналып өту қабілетін жетілдіру. Қимылдарды саппен орындау қабілетін қалыптастыру. Қолды бастан жоғары көтеріп шапалақтап, ырғақпен секіруге жаттықтыру (аяқтары бірге, аяқтарының арасын ашып). Жалпақтабанның алдын алу – табандағы буындардың қозғалғыштығын арттыру. Организмнің жалпы төзімділігін, ептілік пен үйлестіру қабілетін дамыту	3	20.03 25.03 26.03
	«Ойна әрі шымыр бол»	Мақсаты: денсаулығын күте білуін қалыптастыру, майтабан профилактикасын өткізу. Міндеттері: допты екпінмен итеріп, доптың қозғалыс бағытын	3	22.03 25.03 30.03

	жатып, қолдың көмегімен гимнастикалық орындық үстімен еңбектеуге үйрету. Допты бір-біріне лақтырып, оны қос қолды еркін қозғалтып қағып алу қабілетін нығайту (екі қолды бастан жоғары көтеріп қағып алу, ойынға қатысатын жері арасындағы қашықтық – 1,5 метр). Жалпақтабанның алдын алу, сіңір аппаратын нығайту және табандағы буындардың қозғалғыштығын арттыру. Балалардың бойында салауатты өмір сүру дағдысын қалыптастыру.		
«Елгі және күшті боламыз»	Мақсаты: күш пен елгілікті, допты меңгеру дағдыларын дамыту. Міндеттері: аяқты тиісті жерінде: алыстан және затқа қатты жақындамай, дер кезінде итеру қабілетін қалыптастыру. Жұптасып жеңіл әрі ырғақпен жүгіруге және жүруге үйрету. Жіптің үстімен жүргенде бойды тік ұстап, тепе-теңдікті сақтау қабілетін қалыптастыру. Әрекет етіп жылдамдығын, қимылқозғалыс үйлесімділігін дамыту. Педагогтің тапсырмаларын тез әрі дәл орындау, өз қимылдарын өзге балалармен үйлесімді етіп орындау қабілетін қалыптастыруды жалғастырамыз. Балаларды ұқыпты болуға, ұжыммен бірге жұмыс істеуге үйрету	3	11.05 12.05 14.05
«Ерекше орындықтар»	Мақсаты: тепе-теңдікті сақтау және еңбектеу жаттығулары арқылы организмнің функционалдық мүмкіндіктерін арттыру. Міндеттері: тапсырмаларды орындап, гимнастикалық орындық үстінде жаттығулар орындау, тепе-теңдікті сақтау. Тізе мен алақанды тіреп, бір қатарға қойылған заттардың арасымен еңбектеп жүру қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Аяқ пен қолдың қозғалысын үйлестіру және	3	16.05 17.05 18.05

		табанның бұлшық еттерін дамыту). Допты бір-біріне қарай домалатуға жаттықтыру, көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту. Қозғалыстың дұрыстығы мен айқындығын дамыту, сақтық пен қайырымды болуға баулу.		
	«Менің көңілді ұшқыр добым»	Мақсаты: доппен жаттығулар жасау дағдыларын дамыту. Міндеттері: допты жоғары лақтыруға және оны қос қолдап қағып алуға үйрету. Арқанның астынан оң және сол жақ бүйірмен еңбектеп өткен кезде дұрыс топтасу қабілетін нығайту, ептілігін дамыту. Балалардың қозғалыс тәжірибесін байытуды жалғастыру, денешынықтыру жаттығуларымен өз бетінше айналысуға құштарлығын дамыту.	3	12.04 18.04 29.04
	«Түрлі-түсті доптар»	Мақсаты: доппен жаттығулар арқылы қозғалыс тәжірибелерін байыту. Міндеттері: шектелген алаңда денені дұрыс ұстап, аяқтың ұшымен жүруге үйрету. Жалпақтабанның алдын алу. Арқанның астымен оң және сол жақ бүйірмен өтуге жаттықтыру, қосалқы адымды ретімен орындау арқылы аяқ пен қолдың қимылдарын үйлестіру қабілетін нығайту. Ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Балалардың қимыл-қозғалыс тәжірибесін байытуды жалғастырамыз; балалардың арасында денешынықтыру сабақтарына оң көзқарас қалыптастырып, дене жаттығуларымен өз бетінше айналысуға деген құштарлығын дамыту.	3	24.05 25.04 26.04

Мамыр

9	«Әрқашан күн сөнбесін»	«Түрлі-түсті сызықтар»	Мақсаты: тұрақты тепе-теңдікті сақтау дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: балаларды етпетінен	3	2.05 6.05
---	------------------------	------------------------	--	---	--------------

		заттарға жанаспай жүруді үйрету. Ептілікке, шыдамдылыққа баулу, үйлестіру қабілетін дамыту; тәртіпке бағынуға, батылдыққа баулу.		
	«Көңілді тышқандар»	Мақсаты: футбол элементтерін қолдану, кеңістікті бағдарлау (оңға-солға) дағдыларын қалыптастыру. Міндеттері: алға қарай екпінмен қос аяқтап секіру және тізені жартылай бүгіп, аяқтың ұшымен жерге түсу қабілетін жетілдіруді жалғастырамыз. Заттарға жанаспай, оларды айналып өту қабілетін қалыптастыру (жалпақтабанның алдын алу – табандағы бұлшық еттерді нығайту). Бір-біріне фитболдарды домалатуға жаттықтыру, көзбен мөлшерлеу қабілетін дамыту. Қозғалыстың дұрыстығы мен айқындығын дамыту, елгезек әрі қайырымды болуға тәрбиелеу	3	22.08 23.09 26.05
Барлығы:			108	