Бекітемін: ________________

Меңгеруші Э.Н.Дзюбан

Педкеңесте қаралды

Хаттама№ 1
28 тамыз 2023ж.

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың Типтік оқу жоспары және Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың Типтік оқу бағдарламасы негізінде 2023 - 2024 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

«Ертегі» аралас тобы

2023-2024 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекет перспективалық жоспары.

Білім беру ұйымы – «Ақбота» бөбекжай балабақшасы
Тобы: «Ертегі» аралас тобы
Жоспар қай кезеңге жасалды- қыркүйек 2023-2024 оқу жылы

айы	**Ұйымдастырылған іс-әрекет**	**Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері**			
		Ерте жас тобы (1жастағы балалар)	**Кіші топ (2жастағы балалар)**	**Ортаңғы топ (3жастағы балалар)**	**Ересек топ (4 жастағы балалар)**
Қыркүйек	Дене шынықтыру	Балалардың өмірін қорғауға және денсаулықты нығайтуға жағдай жасау. ***Жүру:*** Тура жолдың бойымен (ені 25-30см, ұзындығы 2-3м) жүру, ересектің көмегімен және көмегінсіз гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру, ересектің көмегімен жәшікке (биіктігі 10–15 см) шығу және одан түсу, еденде жатқан лентадан (арқаннан, таяқтан) аттап өту.	***Жалпы дамытушы жаттығулар.*** Бұрылу (оңға-солға), қолдыкеудетұсындаайқастыружәнеекіжағынажазу, қолдышапалақтау; қолдыалға, жоғары, жан-жаққакөтеру, олардыбүгіп, жазу, саусақтарынашыпжұму; тізенібүгіпжазу (екіншісінетұрып), едендеотырғанқалпында, таяныштанұстапотырыпаяқтыңұшыментұру, алға, жанына, артқақадамжасау, аяқтыалға, өкшегеқою; табандардыбүгу (жазу), қатарындатұрған – отырғанадамғақолындағызаттыберео тырып, тұлғасыноңға-солғабұру, шалқасынанжатқанқалыптақолдары мен аяқтарынбірдейқимылдатып, аяқтарынкөтеружәнетүсіру, арқасынанбүйіріне, ішінежәнекеріқарайаударылу, алға, жан-жағынақарайеңкею.	**Жалпы дамыту жаттығулары**. Көрнекі, Нұсқаулық, ауызша нұсқауларды ойын түрінде қолдана отырып, мұғаліммен бірге жаттығулар жасауға үйрету (жануарлардың қимылына еліктеу). Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. **Негізгі қозғалыстар:** ***Жаяу жүру***. Белгілі бір тапсырмаларды орындай отырып, еркін жүру дағдыларын қалыптастыру: бір-бірден, бір-бірінен кейін, тізені жоғары көтеру, қол мен аяқтың қозғалысын үйлестіру, ***Жүгіру***. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру дағдыларын қалыптастыру: бір-бірден, бір-бірінен кейін, шұлықтарда, қолдар мен аяқтардың қозғалысын үйлестіру, **Секіру.**Жерде жатқан жалпақ шеңберге, орнынан ұзындыққа секіру техникасын қалыптастыру; **Тепе-теңдік сақтау.** Тепе-теңдікті сақтай отырып, көлбеу тақтамен (20-30 сантиметр), бөрене бойымен жүру дағдыларын қалыптастыру;	**Жалпы дамытушы жаттығулар:** Көзбен бағдарлай отырып, ауызша нұсқаулармен ойын түріндегі жаттығуларды (жануарлардың қозғалысына еліктеу) педагогпен бірге орындауға үйрету. **Негізгі қимылдар:** **Жүру:** Сапқа тұру. Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топтармен және барлық топпен қайта тұру дағдыларын қалыптастыру (тәрбиешінің көмегімен, бағдар бойынша). Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру, аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру, шеңбер бойлап, қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтай қалып, жүрелеп, бұрылып, "жыланша", заттарды айналып өтіп, төбешікке шығып және төбешіктен түсіп саппен жүру; т.с.с. жүгіру;

Қазан 2024- 2025 оқу жылы

айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері			
		Ерте жас тобы (1жастағы балалар)	**Кіші топ (2жастағы балалар)**	**Ортаңғы топ (3жастағы балалар)**	**Ересек топ (4 жастағы балалар)**
Қазан	Дене шынықтыру	балалардың өмірін қорғауға және денсаулықты нығайтуға жағдай жасау; - еңбектеу. Орындықтың, үстелдің, арқанның (биіктігі 50 см), доғаның астынан төрттағандап еңбектеп өту, бөренелер арқылы өту, параллель жатқан арқандардың арасынан (жол бойымен) еңбектеу. 2 м қашықтыққа дейін еңбектеу, құрсаудан еңбектеп өту. Шағын саты бойымен жоғары, төмен (биіктігі 1м) өрмелеу. Мәдени-гигиеналық дағдылар: - баланы жуынудың қарапайым дағдыларына, киінуге, шешінуге және түбекке сұрануға үйрету; - ұқыптылыққа, жүзеге асыру; 2) киіміндегі олқылықты байқай білуге тәрбиелеу, ересектердің көмегімен өзін ретке келтіруді, ұқыптылыққа және тазалыққа рақаттану сезімдерін дамыту тазалыққа тәрбиелеу, беті-қолының, мұрнының кірлегенін байқауға, оларды жууға, сүртуге, дымқыл киімін шешуге үйрету.	Негізгі қимылдар: Жүру. Әртүрлі бағытта және берілген бағытта шеңбер бойымен, қолдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүру, шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру.	**Негізгі қимылдар:** **Жүру:** Сапқа тұру. Сапқа бір-бірден, шеңберге шағын топтармен және барлық топпен қайта тұру дағдыларын қалыптастыру (тәрбиешінің көмегімен, бағдар бойынша). **Жүгіру:** Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру дағдыларын қалыптастыру. **Секіру:** Тұрған жерінен ұзындыққа, 5-10 см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру дағдыларын қалыптастыру; **Лақтыру, қағып алу:** Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату, қақпадан асыра лақтыру, допты екі қолымен көкірек тұсынан кері, екі қолмен жоғары, бастан асыра, жоғарыға, еденге (жерге) қарай төмен лақтыру, допты қағып алу машықтарын қалыптастыру **Еңбектеу, өрмелеу:** Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта, "жыланша", арасы алшақтанған заттар арасымен, еденге қойылған тақта бетімен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру; **Тепе-теңдікті сақтау:** Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру;	**Негізгі қимылдар:** **Жүру;** өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен адымдап,жан-жаққа қосақы қадаммен (оңға және солға),сапта бір-бірден жүру,жүруді-жүгірумен,секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүру,қол мен аяқ қимылдарын үйлестіру. **Жүгіру.** Түрлі тапсырмаларды орындай отырып,шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіру. **Тепе теңдікті сақтау:** сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 см) жүру,сызықтардың, арқанның, тақтайдың гимнастикалық скамейканың , бөрененің бойымен жүру. **Еңбектеу,өрмелеу:** Етпетімен жатып,гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу. **Секіру:** аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру)секіру. Екеуден,үшеуден бірінің артына бірі қатарға тұру,бағыт бойынша түзелу:

Қараша 2024- 2025 оқу жылы

айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері			
		Ерте жас тобы (1жастағы балалар)	**Кіші топ (2жастағы балалар)**	**Ортаңғы топ (3жастағы балалар)**	**Ересек топ (4 жастағы балалар)**
Қараша	Дене шынықтыру	- балалардың күн тәртібіне, қоршаған орта жағдайларына бейімделуі үшін жағдайлар жасау; - жүру, жүгіру, өрмелеу, лақтыру, тепе-теңдікті жетілдіруге мүмкіндік беретін негізгі қимыл түрлерін дамыту; - дене шынықтыру мен дене белсенділігіне қатысуға, дербес қимыл әрекетін орындауға қызығушылықты арттыру; - қарапайым қауіпсіздік ережелерін сақтау. **Домалату.** Допты бір қолмен және екі қолмен ұстау, көлемдері әртүрлі доптар мен шарларды жинау, оларды өз бетінше себетке (жәшікке) салу, шарларды домалату, допты екі қолмен алға лақтыру, допты алға домалату (отырып, тұрып), допты (диаметрі 6–8 сантиметр) төменге, қашықтыққа лақтыру.	Негізгі қимылдар: Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру. Қимылды ойындар. Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру.	**Жалпы дамытушы жаттығулар:** Бір қолындағы затты алдына әкеліп, екінші қолына ауыстыру; қолдарын шапалақтау. Допты бір-біріне беру, аяқты өзіне қарай тарту, қалаш тәрізді дөңгелету. **Негізгі қимылдар:** **Лақтыру, қағып алу:** допты екі қолымен көкірек тұсынан кері, екі қолмен жоғары, бастан асыра, жоғарыға, еденге (жерге) қарай төмен лақтыру, допты қағып алу машықтарын қалыптастыру. Көлденең нысанаға, алысқа, тура нысанға лақтыру; **Тепе-теңдікті сақтау:** Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, еңіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру;	**Негізгі қимылдар** **Еңбектеу, өрмелеу**. 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу. **Секіру.** Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру (жүрумен кезектестіріп 2–3 реттен 10 рет секіру) 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. **Сырғанау, лақтыру, домалату, қағып алу.** Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес), 1,5 метр қашықтықта допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру. **Сап түзеу, сапқа қайта тұру.** Бір-бірден сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. **Қимылды ойындар.** Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Ойындарда физикалық қасиеттерді: жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілікті дамыту.

Желтоқсан 2024- 2025 оқу жылы

айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері			
		Ерте жас тобы (1жастағы балалар)	Кіші топ (2жастағы балалар)	Ортаңғы топ (3жастағы балалар)	Ересек топ (4 жастағы балалар)
Желтоқсан	Дене шынықтыру	балалардың өмірін қорғауға және денсаулықты нығайтуға, ағзаның үйлесімді психофизикалық дамуы үшін жағдай жасау; - жүру, жүгіру, өрмелеу, лақтыру, секіру, тепе-теңдікті жетілдіруге мүмкіндік беретін негізгі қимыл түрлерін дамыту; - денсаулықты нығайтуға ықпал ететін мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру; - дене шынықтыру мен дене белсенділігіне қатысуға, дербес қимыл әрекетін орындауға қызығушылықты арттыру; - қарапайым қауіпсіздік ережелерін сақтау. **Домалату, лақтыру.** Допты бір қолмен және екі қолмен ұстау, көлемдері әртүрлі доптар мен шарларды жинау, оларды өз бетінше себетке (жәшікке) салу, шарларды домалату, допты екі қолмен алға лақтыру, допты алға домалату (отырып, тұрып), допты (диаметрі 6–8 сантиметр) төменге, қашықтыққа лақтыру. **Мәдени-гигиеналық дағдыларды және өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын қалыптастыру.** Ауа ванналарын күніне бірнеше рет киіну- шешіну кезінде қолдану (ауа ванналарының ұзақтығын 2-3 минуттан, 6-10 минутқа дейін ұзарту).	Негізгі қимылдар: Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. Қимылды ойындар. Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру.	**Негізгі қимылдар.** **Жүру.** Әртүрлі бағытта: тапсырмаларды орындай отырып жүру. **Тепе-теңдікті сақтау.** Тепе-теңдікті сақтай отырып, арқан бойымен жүру. **Жүгіру.** Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы тоқтап жүгіру. **Домалату, лақтыру, қағып алу**. оң және сол қолмен тік нысанаға (нысанаға биіктігі 1,2 метр) лақтыру (1-1,5 метр қашықтық). **Еңбектеу, өрмелеу.** көлбеу модуль бойымен еңбектеу. **Секіру.** Ілініп тұрған затқа қолды тигізіп секіру. **Жалпы дамытушы жаттығулар.** Қолды алға, жан-жаққа созу; аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен); таяқтың бойымен қосалқы қадаммен жүру. **Қимылды ойындар.** Қимылды ойындарға баулу, қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу.	**Негізгі қимылдар** **Жүру.** Өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап, жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру. **Тепе-теңдікті сақтау:** көлбеу тақтай бойымен (ені 2 сантиметр, биіктігі 30–35 сантиметр) жүру. **Жүгіру.** Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру, сапта бір-бірден, шеңбер бойымен, жыланша ирелеңдеп, шашырап жүгіру. **Еңбектеу, өрмелеу.** 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен төрттағандап еңбектеу. **Секіру.** Аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру. **Лақтыру, домалату, қағып алу**. Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес), допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 метр қашықтықта). **Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру**. Бір-бірден сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру.

Қаңтар 2024- 2025 жыл

айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері			
		Ерте жас тобы (1жастағы балалар)	**Кіші топ (2жастағы балалар)**	**Ортаңғы топ (3жастағы балалар)**	**Ересек топ (4 жастағы балалар)**
Қаңтар	Дене шынықтыру	**Гигиеналық талаптарды сақтау бойынша жұмысты жалғастыру.** Үстел басына қолды жуғаннан кейін отыру, орындыққа өзі отырып, одан өзі тұру, тамақты төгіп-шашпай ұқыпты ішу, тамақтанып болғаннан кейін майлықты қолдану, орындықты жылжыту, алғыс айту. **Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары.** Еденнен бір шеті 15–20 сантиметр жоғары қойылған тақтайдың үстімен (ені 20 сантиметр, ұзындығы 1,5–2 метр), текшелердің, кегльдердің, құрсаулардың, таяқтардың арасымен топпен жүру; құрсаудан құрсауға өтуге үйрету; жұмсақ модульге немесе гимнастикалық скамейкаға көтерілуге және одан түсуге үйрету. Еденнен 12–18 сантиметр жоғары көтерілген арқаннан немесе таяқтан аттап жүру. **Сауықтыру-шынықтыру шаралары.** Сауықтыру-шынықтыру шараларын табиғи факторларды (ауа, күн, су) пайдаланып, жүргізу. Топ бөлмелерінде тұрақты ауа температурасын (+21-22°С) сақтау, балаларға жеңіл киімдер кигізу.	**Негізгі қимылдар:** Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру, заттарға шығу (гимнастикалық скамейкаға, жұмсақ модульге және т. б.): тұру. **Қимылды ойындар.** Қимылдарды үйлесімді орындауға, кейбір кейіпкерлердің қарапайым әрекеттерін жеткізе білуге үйрету (қоян сияқты секіру; аю сияқты қорбаңдап жүру және т. б.).	**Еңбектеу, өрмелеу.** 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу, еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр), көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы еңбектеу; саты бойымен өрмелеу, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). **Жалпы дамытушы жаттығулар.** - допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; - солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); - аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); **Спорттық жаттығулар.** Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау. Жүзу және гидроаэробика элементтері. Суға түсу, жүгіру, ойнау, суда билеу. Жүзуді үйрету (тиісті жағдайлар болған кезде).	Негізгі қимылдар. **Жүру:** Сапта бір-бірден жүру, жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүру, қол мен аяқ қимылдарын үйлестіру. **Тепе-теңдікті сақтау.** Қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20–25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан, үрленген доптардан (бір-бірінен қашық қойылған 5–6 доп арқылы кезекпен) аттап өтуге үйрету. **Еңбектеу, өрмелеу.** 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеуді жалғастыру. **Секіру**. Секіру дағдысын дамыту: аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен, оң және сол жақта кезек-кезек секіру. **Лақтыру, домалату, қағып алу.** Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес), допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 метр қашықтықта).

ақпан 2024 – 2025 оқу жылы

айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері			
		Ерте жас тобы (1жастағы балалар)	**Кіші топ (2жастағы балалар)**	**Ортаңғы топ (3жастағы балалар)**	**Ересек топ (4 жастағы балалар)**
Ақпан	Дене шынықтыру	**Гигиеналық талаптарды сақтау бойынша жұмысты жалғастыру.** Жуыну кезінде қолдарын (алақандарын бір-біріне үйкелеу) және бетін алақандарымен жуу, ересектердің көмегімен беті-қолдарын сүрту. **Еңбектеу, өрмелеу.** Бөренеден (диаметрі 15-20 сантиметр) аттап өту, 35-40 сантиметр жоғары қойылған арқанның астынан еңбектеу, құрсаудан еңбектеп өту (диаметрі 45 сантиметр). **Сауықтыру-шынықтыру шаралары.** Ұйқыдан кейін және күні бойы киініп-шешіну кезінде балаларды шынықтыруды жүзеге асыру.	**Жүгіру.** Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың бірінің соңынан бірі (20 метр дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіру; тоқтамай жүгіру, жүруден жүгіруге және керісінше ауысу. **Жалпы дамытушы жаттығулар.** Арқаның бұлшық еттерін және омыртқаның иілгіштік қасиетін дамытуға және нығайтуға (отырған) адамға қолындағы заттарды беріп, оңға-солға бұрылу. Алға және екі жаққа және жазу. Шалқасынан жатқан қалыпта аяқтарын көтеру және түсіру. Тізерлеп тұрып, **Спорттық жаттығулар.** ***Шанамен сырғанау:*** шанаға отырып, төбешіктен сырғанауға, шананы жібінен сүйретуге, **Дербес қимыл белсенділігі.** Ересектің бақылауымен ойын әрекеттерін (спорттық, би) орындауға, қимыл белсенділігіне қимылдарды өз бетінше орындауға ықылас танытуға баулу. **Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.** Жеке заттарды қолдану (қол орамал, майлық, орамал, тарақ, түбек) киіміндегі олқылықты көмегімен ретке келтіру, белгілі бір ретпен киіну және шешіну, әртүрлі ілгектерді немесе орындыққа ұқыпты бүктеп қою.	**Еңбектеу, өрмелеу.** 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу, еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр), көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы еңбектеу; саты бойымен өрмелеу, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). **Жалпы дамытушы жаттығулар.** - допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; - солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); - аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); **Спорттық жаттығулар.** Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау. Жүзу және гидроаэробика элементтері. Суға түсу, жүгіру, ойнау, суда билеу. Жүзуді үйрету (тиісті жағдайлар болған кезде).	**Негізгі қимылдар:** **Тепе теңдікті сақтау:** сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 см) жүру,сызықтардың, арқанның, тақтайдың гимнастикалық скамейканың , бөрененің бойымен жүру.Үрленген доптардан (бір бірінен қашық қойылған 5-6 доп арқылы кезекпен) аттап өту. **Еңбектеу,өрмелеу:** Етпетімен жатып,гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу.Бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өту. **Секіру:** аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру)секіру. Орнынан ұзындыққа (70 см) қысқа секіргішпен секіру. **Лақтыру, домалату:**оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2-2,5метр қашықтықта) және1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған нысанаға лақтыру. Допты жоғары лақтыру және екі қолмен қағып алу.

Наурыз 2024-2025 оқу жыл

айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері			
		Ерте жас тобы (1жастағы балалар)	Кіші топ (2жастағы балалар)	Ортаңғы топ (3жастағы балалар)	Ересек топ (4 жастағы балалар)
Наурыз	Дене шынықтыру	**Гигиеналық талаптарды сақтау бойынша жұмысты жалғастыру.** Киініп-шешіну кезінде киімдерін белгілі тәртіппен шешу және кию, оларды дұрыс бүктеу. **Еңбектеу, өрмелеу.** Бөренеден (диаметрі 15-20 сантиметр) аттап өту, 35-40 сантиметр жоғары қойылған арқанның астынан еңбектеу, құрсаудан еңбектеп өту (диаметрі 45 сантиметр). **Сауықтыру-шынықтыру шаралары.** Ұйқыдан кейін және күні бойы киініп-шешіну кезінде балаларды шынықтыруды жүзеге асыру. Ауа-райы жағдайын ескере отырып, күн сайын серуендер ұйымдастыру. Жауын-шашынды күндері балалармен жабық қысқы бақта қимылды ойындар ұйымдастыру.	**Еңбектеу, өрмелеу.** Шектеулі жазықтың, көлбеу тақтайдың бойымен, доғаның, гимнастикалық арқанның астынан нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу. модульге өрмелеу. **Жалпы дамытушы жаттығулар.** Іштің және аяқтың бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар. **Қимылды ойындар.** Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, орындауға, кейбір кейіпкерлердің қарапайым әрекеттерін жеткізе білуге үйрету (коян **Спорттық жаттығулар.** ***Велосипед тебу:*** үш дөңгелекті велосипедке отыруға, одан ересектердің көмегімен бетінше рөлді басқаруға үйрету. **Дербес қимыл белсенділігі.** Ересектің бақылауымен ойын әрекеттерін (спорттық, би) орындауға, қимыл белсенділігқимылдарды өз бетінше орындауға ықылас танытуға баулу.	дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту; - негізгі қимыл түрлері: секіру дағдыларын жетілдіру; - мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру; - қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, - дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу; - денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын:ептілік пен шапшаңдықты дамыту; - құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарым-қатынас жасауға баулу; - спорттық жабдықтарды қолдануда қауіпсіздікті қамтамасыз ету. **Секіру.** Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып, құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру, 15-20 сантиметр биіктіктен секіру, іліп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіру, сызықтан секіру, тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру. ***Жалпы дамытушы жаттығулар.*** Кеудеге арналған жаттығулар: - допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; - солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); - аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); - аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан- жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта).	**Жалпы дамытушы жаттығулар:** Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру, қолдарын арқасына апару: қолдарды төмен түсіру; белге қою, кеуде тұсына қою; қолдарын алға-артқа сермеу; **Негізгі қимылдар:** **Тепе-теңдікті сақтау:** Қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан, үрленген доптардан (бір-бірінен қашық қойылған 5–6 доп арқылы кезекпен) аттап өту. **Еңбектеу, өрмелеу:** табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу, 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу; құрсаудан еңбектеп өту; гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу, **Секіру:** Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес), оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 метр қашықтықтан), 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру;

Сәуір 2024-2025 оқу жылы

айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері			
		Ерте жас тобы (1жастағы балалар)	**Кіші топ (2жастағы балалар)**	**Ортаңғы топ (3жастағы балалар)**	**Ересек топ (4 жастағы балалар)**
Сәуір	Дене шынықтыру	**Гигиеналық талаптарды сақтау бойынша жұмысты жалғастыру.** Түбекке сұрану, өз түбегінің орнын білу, тек өз түбегіне отыру. **Домалату, лақтыру.** Допты шағын төбешіктен домалату; допты тәрбиешіге, балаға домалату және лақтыру; допты алға, жоғары лақтыру, бала кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру. **Сауықтыру-шынықтыру шаралары.** Жылдың жылы мезгілінде серуенде балалардың күн сәулесінің астында (3-5 минут) болуын қамтамасыз ету, құмның үстімен жалаң аяқ 2-3 минут жүргізу (алдын ала оның тазалығы мен қауіпсіздігіне көз жеткізу). Жаз мезгілінде серуеннен кейін жуыну және аяқты жуу кезінде гигиеналық және шынықтыру шараларын үйлестіру, әр баланың денсаулық жағдайын және оның судың әсеріне бейімделу деңгейін ескеру	**Домалату, лақтыру.** Екі қолмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр арақашықтықтағы нысанаға (төмен, жоғары) лақтыру; отырып және тұрып, түрлі заттардың астынан 0,5-1,5 метр арақашықтыққа доптарды домалату, доптарды бір-біріне домалату. **Жалпы дамытушы жаттығулар.** Іштің және аяқтың бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар. **Қимылды ойындар.** Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру. Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру. Қимылдарды үйлесімді орындауға, кейбір кейіпкерлердің қарапайым әрекеттерін жеткізе білуге үйрету (қоян сияқты секіру; аю сияқты қорбаңдап жүру).	**Негізгі қимылдар:** **Тепе-теңдікті сақтау.** Тепе-теңдікті сақтай отырып, арқан бойымен жүру. **Жүгіру.** Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. **Домалату, лақтыру, қағып алу**. Допты жоғары лақтыру. **Еңбектеу, өрмелеу.** Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). **Секіру.** Тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру. **Сапқа тұру, қайта сапқа тұру.** Бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. **Жалпы дамытушы жаттығулар.** Қолды көтеру, түсіру; саусақтарды қозғалту, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта), білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен жүру.	**Негізгі қимылдар:** **Жүру.** Жүруді қалыптастыру жұмысын жалғастыру. **Тепе-теңдікті сақтау.** Тепе-теңдікті сақтау қалыптастыру жұмысын жалғастыру. **Жүгіру.** Түрлі тапсырмаларды орындай отырып жүгірруді қалыптастыру жұмысын жалғастыру. **Еңбектеу, өрмелеу.** Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу, бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өту дағдысына үйрету. **Секіру.** Орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр), қысқа секіргішпен секіру дағдысын дамыту. **Лақтыру, домалату, қағып алу**. Допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет) дағдысына үйрету. **Сап түзеу, сапқа қайта тұру.** Сапқа тұру, араларын алшақ ұстау және жақын тұруды үйрету. **Жалпы дамытушы жаттығулар.** Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүру.

Мамыр айы 2024- 2025 оқу жылы

айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері			
		Ерте жас тобы (1жастағы балалар)	**Кіші топ (2жастағы балалар)**	**Ортаңғы топ (3жастағы балалар)**	**Ересек топ (4 жастағы балалар)**
Мамыр	Дене шынықтыру	**Гигиеналық талаптарды сақтау бойынша жұмысты жалғастыру.** Ескерткен кезде қол орамалды қалтасынан өзі алып, мұрнын сүрту және қайта салу. **Домалату, лақтыру.** Допты шағын төбешіктен домалату; допты тәрбиешіге, балаға домалату және лақтыру; допты алға, жоғары лақтыру, бала кеудесінің деңгейінде тартылған лентадан допты асыра лақтыру. **Сауықтыру-шынықтыру шаралары.** Арнайы шынықтыру шараларын ата-аналардың қалауымен, мектепке дейінгі ұйымның әкімшілігі мен медициналық қызметкерлері шешімімен жүргізу.	- негізгі қимыл түрлерін жетілдіру: жүру, жүгіру, өрмелеу, - жалпы дамытушы жаттығуларды, ұлттық, қимылды, қолдану арқылы балалардың денсаулығын нығайту; - салауатты өмір салты туралы бастапқы түсініктерін қалыптастыру дайындау. **Секіру.** Бір орында тұрып қос аяқпен секіруге, алға қарай секіруге, 10-15 сантиметр биіктіктен секіруге, еденде аттап секіруге үйрету. **Жалпы дамытушы жаттығулар.** Орнында жүру. Бастапқы қалыпта тұрып, сол (оң) аяқтың аяқтың ұшымен тұрып, тартылу. Аяқтың өкшесін алға **Қимылды ойындар.** Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал домалату) жетілдіру. Қимылдарды үйлесімді орындауға, білуге үйрету (қоян сияқты секіру; аю сияқты қорбаңдап жүру.	**Ырғақтық жаттығулар.** Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Аяққа арналған жаттығулар: - аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; - қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; - отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау, таяқтың, білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен жүру. **Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.** Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру. Үстел басында мәдениетті тамақтану дағдыларын қалыптастыру: ас қасық пен шәй қасықты, шанышқыны, майлықты дұрыс қолдану; нанды үгітпеу, тамақты ауызды жауып, шайнау, ауызды толтырып сөйлемеу.	**Негізгі қимылдар.** **Жүру:** сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүруді, белгі бойынша заттардан бір қырымен аттап жүруді; ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертуді,заттардың арасымен, жіптерден аттап жүруді; жүруде тепе-теңдікті сақтайды. **Тепе-теңдікті сақтау:** гимнастикалық скамейканың бойымен екі қадам қашықтықта орналасқан іші толтырылған доптардан аттап өту; қолдарынан ұстап, жұптарымен айналу дағдыларын бекіту. **Жүгіру:** әртүрлі жылдамдықпен – баяу, жылдам, орташа қарқынмен тоқтамай жүгіруді; белгіленген жерге дейін жылдамдыққажүгіруді бекіту. **Еңбектеу, өрмелеу:** заттардың арасымен төрттағандап еңбектеуді, әртүрлі тәсілдермен заттардан еңбектеп,бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып, өрмелеу дағдыларын бекіту