2024- 2025 оқу жылына арналған дене шынықтыру
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Топ: «Тұлпар» кіші топ.
Балалардың жасы: 2 жас
Жоспардың құрылу кезеңі (айды, жылды көрсету): Қыркүйек айы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекет міндеттері	Ұйымдастырылған ісәрекеттің негізгі қимылдар
02.09.2024ж	Біздің балабақшамыз	Ептілікті, қол мен аяқ қимылының үйлесімділігін дамыту.	**Негізгі қимылдарды орындау (қуыршақтар доппен, сылдырмақпен ойнауды ұсынады):**Доптарды 80 см қашықтықтан қақпа арқылы (ені – 60см) домалату Нұсқау – допты қақпаның ортасынан екі қолының екпінді қимылымен домалату (2-3 рет). Балалар тізбекте бір-бірден тұрады, допты екі баладан домалатады. Қақпаға қарсы тұрады. Допты екі қолдарымен итереді, доптың артынан жүгіреді. Тізбектің соңына келіп тұрады. Алға қарай ұмтыла отырып, екі аяқпен секіру – сылдырмаққа дейін секіріп бару, оны алу және сылдырлату. Қолын сермеп, екі аяқпен итеріледі (3–4 рет). **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Сабалақ ит» Қуыршақтарды күзетіп жатқан итті көрсету (2-3 рет). Бала итті бейнелейді, ол құрсаудың ішінде, спортзалының бір жағында орындықта отырады және ұйықтап жатқан кейіп танытады. Қалған балалар залдың басқа бөлігінде, сызықтың ар жағында – ол үйлері. Олар ақырын итке жақындайды және педагог иттің тұмсығын ішіне қарай тығып алып ұйықтап жатқанын көрсетеді. – Балалар, мүмкін ұйықтамай, жай жатқан шығар, оятып көреміз бе! Бір уақытта ит оянып кетеді де, үре бастайды. Балалар үйлеріне қашады, сызықтың ар жағына барып тұрады. Содан кейін иттің рөлін басқа балаға тапсырады. Ойын қайталанады. Тамаша күн Тамаша күн, алақай! Жалқау болма, балақай. Қолды сілкіп алайық, Ширап, сергіп қалайық.Балалар қимыл-қозғалыстарды тақпақтың мазмұнына сәйкес орындайды.
04.09.2024ж	Біздің балабақшамыз	Допты екі қолмен домалату біліктерін бекіту.Балалардың денсаулығын нығайту.	**Негізгі кезең** Сылдырмақпен жалпы дамытатын жаттығуларды орындау **Ойын түріндегі негізі қимылдар:** Екі аяқпен секіру (5–6 рет) Секіргенге тоймайды, Сылдармақпен ойнайды. Қимылды көрсету. Сылдырмақтарды сандыққа салуға көмектеседі.

			Допты екі қолмен домалату (10–12 рет). Зейіндерін себеттегі түрлі түсті доптарға аудару.Оларды залмен домалату ұсынылады. Нұсқау – допты екі қолмен домалату. Допты саусақпен итеру. **Қорытынды. Ойын:** «Маған қарай жүгіріңдер» Түрлі бағытта жүгіру кезінде соқтығыспау, бір-біріне кедергі келтірме **Ойын жаттығуы:** Ұлдар мен қыздар, Шап-шап шапалақ! Секіреді доптай, Топ, топ, топ! Ал, кәне, күлеміз, топ, топ, топ! Біз бәрін білеміз, топ, топ, топ! Етікпен басамыз, топ, топ, топ! Аяқтар, мінеки, топ, топ, топ!
06.09.2024ж		Топпен жүру дағдысын жетілдіру. Екі аяқпен секіруге үйрету. Допты екі қолмен домалату білігін бекіту. Балалардың денсаулығын нығайту.	**Негізгі кезең** **1.Сылдырмақпен ЖДЖ орындау** **2.Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** Екі аяқпен секіру (5–6 рет) Секіргенге тоймайды, Сылдармақпен ойнайды. Қимылды көрсету. Сылдырмақтарды сандыққа салуға көмектеседі. Допты екі қолмен домалату (10–12 рет) Зейіндерін себеттегі түрлі түсті доптарға аудару. Оларды залмен домалату ұсынылады. Нұсқау – допты екі қолмен домалату. Допты саусақпен итеру. **Ойын:** «Маған қарай жүгіріңдер» Түрлі бағытта жүгіру – жүгіру кезінде соқтығыспау, бір-біріне кедергі келтірмеу. **Ойын жаттығуы:** Ұлдар мен қыздар, Шап-шап шапалақ! Секіреді доптай, Топ, топ, топ! Ал, кәне, күлеміз, топ, топ, топ! Біз бәрін білеміз, топ, топ, топ! Етікпен басамыз, топ, топ, топ! Аяқтар, мінеки, топ, топ, топ!
09.09.2024ж		Түрлі бағытта топпен жүру және жүгіруді үйретуді жалғастыру. Допты екі қолмен домалатуға жаттықтыру, допты берілген бағытта (тура бағытта) бір мезгілде екі қолмен итеру білігін дамыту.	**Негізгі кезең** Доптар шеңбер бойымен қойылады (топтағы бала санына қарай) **Тізбекте бір-бірден жүру:** допты айнала жүру және жүгіру, тоқтау, бұрылу, жүру мен жүгіруді жалғастыру. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Аяқтар»

		Зейінді, жинақылықты, залда ойнау ынтасындамыту.	Адымдап, міне, біз топ, топ, топ! Жолменен жүреміз, топ, топ, топ! Ал, кәне, күлеміз, топ, топ, топ! Біз бәрін білеміз, топ, топ, топ! Етікпен басамыз, топ, топ, топ! Аяқтар, мінеки, топ, топ, топ! Түрлі бағытта жүру және жүгіру. 1.Доппен жалпы дамыту жаттығуларын орындау (№1 қосымша). **2.Негізгі қимылдарын орындау:** Допты тура бағытта екі қолмен домалату (10–12 рет) допты алып, сызыққа жақындау. Зейіндерін допты бір мезгілде екі қолмен итеруге аудару. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Доп сияқты секір» (6–8 рет) Нұсқау – бүкіл алаңда секіру, тыныш секіруге тырысу. Ұлдар мен қыздар, Шап-шап-шапалақ! Доптай секіреді, Топ, топ, топ!.
11.09.2024ж	Гүлдер әлемі	Топпен жүру дағдысын жетілдіру. Қол ұстасып, шеңберде айналып жүруге үйрету. Екі аяқпен секіруге жаттықтыру. Екі қолмен допты домалатуды бекіту, отырған күйі допты бір мезгілде екі қолмен итеру білігін дамыту.	Қояннның артынан жүру (ойыншықпен балалардың алдынан жүреді), қол ұстасып, ойыншықты айналып жүру. Үлкен шеңбер жасаймыз. Адымдаймыз жолменен, Аяқтарым топ-топ, Алақанды аш қолменен, Шапалақты соқ-соқ. 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** Отырған күйі допты екі қолмен домалату (8–10 рет). Қоянға доппен ойнауды – екі қолмен домалатуды үйрету ұсынылады. - саусақтарының белсенді қимылына назар аудару. Екі аяқпен секіру. Қоян балаларға секіруді үйретеді (3 рет) Қимыл-қозғалыс ойыны: «Ұшақтар» – жүгіру кезінде бір-бірін итермейді, кедергі келтірмейді (3 рет) «Қояндар» – саусаққа арналған жаттығу: Биік шырша түбінде Секіреді ор қоян күнде. Аласа шырша түбінде де, Көжек секірер күнде. Сұқ саусақ пен ортаңғы саусақ жоғары; қалғандары бүгілген; саусақтарын ашады, басқа қолдарының саусақтарын қысады, басқа қолмен қоян жасайды.

13.09.2024ж		Топпен жүру дағдысын жетілдіру. Қол ұстасып, шеңберде айналып жүруге үйрету. Екі қолмен допты домалатуды бекітуді жалғастыру, отырған күйі допты бір мезгілде екі қолмен итеру білігін; қолының ұсақ моторикасын дамыту.	Қоянның артынан жүру (ойыншықпен балалардың алдынан жүреді), қол ұстасып, ойыншықты айналып жүру. Үлкен шеңбер жасаймыз. Адымдаймыз жолменен, Аяқтарым топ-топ, Алақанды аш қолменен, Шапалақты соқ-соқ. 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** Отырған күйі допты екі қолмен домалату (8–10 рет). Қоянға доппен ойнауды – екі қолмен домалатуды үйрету ұсынылады. - саусақтарының белсенді қимылына назар аудару. Екі аяқпен секіру. Қоян балаларға секіруді үйретеді (3 рет) Қимыл-қозғалыс ойыны: «Ұшақтар» – жүгіру кезінде бір-бірін итермейді, кедергі келтірмейді (3 рет) «Қояндар» – саусаққа арналған жаттығу: Биік шырша түбінде Секіреді ор қоян күнде. Аласа шырша түбінде де, Көжек секірер күнде. Сұқ саусақ пен ортаңғы саусақ жоғары; қалғандары бүгілген; саусақтарын ашады, басқа қолдарының саусақтарын қысады, басқа қолмен қоян жасайды.
16.09.2024ж		Жолмен жүруге жаттықтыру (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 м). Шектелген беткеймен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау білігін дамыту. Алақан мен тізеге сүйеніп, заттардың арасымен еңбектеуге жаттықтыру, қимыл үйлесімділігін дамытуды жалғастыру, заттарды сол жағынан және оң жағынан айналып өту білігін бекіту.	Қоянның артынан жүру (ойыншықпен балалардың алдынан жүреді), қол ұстасып, ойыншықты айналып жүру. Адымдаймыз жолменен, Аяқтарым топ-топ. Алақанды аш қолменен, Шапалақты соқ-соқ. Үлкен шеңбер жасаймыз. 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** Отырған күйі допты екі қолмен домалату (8–10 рет). Қоянға доппен ойнауды – екі қолмен домалатуды үйрету ұсынылады. Саусақтарының белсенді қимылына назар аудару. Екі аяқпен секіру. Қоян балаларды секіруге үйретеді. (3 рет) **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Ұшақтар» – жүгіру кезінде бір-біріне соқтығыспау, кедергі келтірмеу. (3 рет) **«Қояндар» – саусаққа арналған жаттығу:** Биік шырша түбінде Секіреді ор қоян күнде. Аласа шырша түбінде де Көжек секірер күнде.

			Сұқ саусақ пен ортаңғы саусақ жоғары; қалғандары бүгілген; саусақтарын ашады, басқа қолдарының саусақтарын қысады, басқа қолмен қоян жасайды.
18.09.2024ж	Жапырақтар	Сызықтар арасымен жүгіруді үйрету (сызықтар арасындағы арақашықтық – 30 см). Алақан мен тізеге сүйеніп, төрттағандап еңбектеуге жаттықтыру. Шыдамдылықты, қимылдарын басқа балалармен келісуді дамыту, залда жаттығуға ынтасын тәрбиелеу.	Алаңда қоянмен жүру, жүгіру. Суық тиюдің алдын алатын биологиялық белсенді зоналарға массаж жасау. Қоян Ля-ля-ля-ля, тал-қайың! Соқты қоян маңдайын! Кетті ісіп маңдайы, Не болады жағдайы?! Халін сұрап келіңдер, Басын емдеп беріңдер. 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** Тепе-теңдік – шектелген беткеймен жүру. «Жолмен жүріп өт» ойын жаттығуы – жолдың шетіне шықпау, денесін тік ұстау (2-3 рет) Алақаны және тізесімен қойылған заттардың арасымен еңбектеу – еңбектеген кезде заттарға тиіп кетпеу (бүкіл залда бір-бірінен 1,5 метр арақашықтықта поролон текшелер қойылған). (2-3 рет) **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Сұр қоян тазалықты сүйеді» – тақпақтың мәтініне сәйкес қимылдарды орындау (2-3 рет) Сұр қоян қонаққа бармақ болып, жуына бастады. Алдымен танауын, одан кейін құйрығын, құлағын жуды, жақсылап сүртті. **Саусаққа арналған гимнастика:** «Қояндар» Биік шырша түбінде Секіреді ор қоян күнде. Аласа шырша түбінде де Көжек секірер күнде. Сұқ саусақ пен ортаңғы саусақты жоғары көтеру. Қалғандары жұмулы. Қалған саусақтарды ашу. Екінші қолдың саусақтарын ашу. Қоянды екінші қол саусақтарымен бейнелеу.
20.09.2024ж		Қол ұстасып, шеңберде айналып жүру дағдыларын жетілдіру. Сызықтар арасымен жүгіруді үйрету (сызықтар арасындағы арақашықтық – 30 см). Алақан мен тізеге сүйеніп, төрттағандап	Залда жүру – алға қарау, басты төмен түсірмеу. Айнала жүру. Ойын гимнастикасы (кез келген қимыл): қолмен, аяқпен еркін қимылдар. 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар:**

		еңбектеуге жаттықтыру. Бұлшық ет корсетінің нығаюына ықпал ету, ептілікті, қимыл үйлесімділігін дамыту.	Сызықтардың арасымен жүгіру (баудан жасалған жол, ені – 30 см, ұзындығы – 2 метр). **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Маған қарай жүгіріңдер» – жолдың шетінен шықпау, педагог есімін атаған бала ғана жүгіруі тиіс. Алақаны мен тізесіне сүйеніп еңбектеу (2-3 рет) «Көңілді қонжықтар» ойын жаттығуы Жаттығулар орындап жатқан қонжықтардың суретін көрсету. Нұсқау – баяу қарқында, түрлі бағытта еңбектеу **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Қоян» – секірген кезде бір-біріне кедергі келтірмеу (2-3 рет).
23.09.2024ж		Қол ұстасып шеңберде айналып жүру білігін жетілдіру. Сызықтар арасымен жүгіруге үйрету (сызықтардың арақашықтығы – 30 см), тепе-теңдікті сақтау білігін жетілдіру. Шектелген алаңда қол мен аяқты үйлестіріп қозғап жүру біліктерін бекіту. Қол ұстасып шеңбер бойынша жүру дағдыларын жетілдіру. Табан күмбезінің қалыптасуына, тиісті бұлшық еттеріне күш түсіру және босаңсыту; қол мен аяқ қимылын үйлестіру білігіне ықпал ету.	Залда жүру – алға қарау, басын төмен түсірмеу. Айналып жүру Ойын гимнастикасы (педагогтің қалауы бойынша). 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдары:** Сызықтардың арасымен жүгіру – (жіптерден жасалған жол, ені – 30 см, ұзындығы – 2 метр) **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Маған қарай жүгіріңдер» – жолдың шетінен шықпау, педагог есімін атаған бала ғана жүгіруі тиіс. Алақан мен тізеге тіреп, төрттағандап еңбектеу – «Көңілді қонжықтар» ойын-жаттығуы (2-3 рет) Жаттығулар орындап жатқан қонжықтардың суретін көрсету. Нұсқау – баяу қарқынмен, түрлі бағытта еңбектеу. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қоян» – секіру кезінде бір-біріне кедергі келтірмеу.
25.09.2024ж	Ойыншықтар	Жоғары секіріп, затқа қолын жеткізуге үйрету, барынша биікке секіру білігін, еден бетінен екпінді түрде итерілу. Жолмен жүру және жүгіруге жаттықтыру (ені – 25 см, ұзындығы – 2 м), шектелген аумақта жүру және жүгіру кезінде тепе-теңдікті сақтау білігін бекіту. Ептілікті, зейінді, санамақ мәтіні бойынша қимылдарды орындау білігін	Бір-бірден сапқа тұру. Сапта бір-бірден жүру. 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау «Аяқтарды жүгіруге үйретеміз». Сылдырмақты сылдырлатуды ұсынады. **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдары:** 1. Сызықтардың арасымен жүгіру (сызықтардың арақашықтығы – 30 см) (2-3 рет) 2. Жерде жатқан тақтаймен жүру. Нұсқау – тек жолмен (тақтаймен) еңбектеу, бір-біріне кедергі жасамау (2-3 рет). **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Тиінді қуып жет» (2-3 рет) «Көпіршік» ойын жаттығуы (№3 қосымша)

		дамыту. Қоршаған ортаны аялауға тәрбиелеуді жалғастыру.	Көпір-көпір көпіршік, Міне, сен қампайдың. Көпір-көпір көпіршік, Жарыла көрме көмпиіп. «Шапалақ» ойын жаттығуы Тақпақ мазмұнына сәйкес ырғақпен қолдарын шапалақтайды, аяқтарын топылдатады. Тағы, тағы тағы да, Шап-шап, шапалақ. Жылдам-жылдам жылдамдат, Шап-шап, шапалақ. **Ұр саусақты саусаққа:** түк-түк, Шап-шап, шапалақ! Сол аяқпен топылдат, Топ-топ-топ!
27.09.2024ж		Биікке секіріп, затқа қолын жеткізуге үйрету, барынша биікке секіру білігін дамыту, еден бетінен екпінді түрде итерілу. Жолмен жүру және жүгіруге жаттықтыру (ені – 25 см, ұзындығы – 2 метр), шектелген аумақта жүру және жүгіру кезінде тепе-теңдікті сақтау білігін бекіту. Ептілікті, зейінді, санамақ мәтіні бойынша қимылдарды орындау білігін дамыту. Қоршаған ортаны аялауға тәрбиелеуді жалғастыру.	Ойын жаттығуы: «Көгалда серуендейміз». Нұсқау – алға қарау, басын төмен түсірмеу. «Көңілді екі қой» ойын гимнастикасы (№2 қосымша). 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдары:** Тура жолмен жүру және жүгіру – таспадан жасалған жол (ені – 25 см, ұзындығы – 2 метр), қоңырау ілінген бағанаға қарама қарсы (2-3 рет). Қолын затқа (қоңырауға) тигізе отырып, жоғары қарай секіру – қоңырауға қолын жеткізу үшін еденнің бетінен барынша қатты және жылдам итерілу керек (2-3 рет). Балалар жолмен жүріп келіп, қоңырау ілінген бағанға жақындайды. Екпінмен секіріп, қолдарын қоңырауға тигізуге тырысады, содан кейін педагогтің қасына келіп тұрады. Педагогтің бұйрығы бойынша өз орындарына келіп тұрады. Екінші рет жолмен жүріп, қоңырауды қағып, шылдырлатуға тырысады. Еденнен екпінмен серпіліп, жоғарырақ секіреді. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Қоңыздар» (2-3 рет) Ойын дабылмен, музыкалық сүйемелдеумен жүргізіледі. «Қоңыздар ұшады!» деген белгі бойынша (жүгіруге арналған музыка орындалады немесе педагог дабылды жеңіл әрі ырғақты соғады) балалар бүкіл бөлме немесе алаңда шашырап жүгіреді. «Қоңыздар құлап қалды!» деген белгі бойынша соққының ырғағы өзгереді (дабылды жай ғана сілкиді) немесе музыка өзгереді: балалар шалқасынан жатады да, қолдарымен және аяқтарымен еркін қимылдар жасайды, яғни қоңыздар сияқты тырбаңдайды. «Қоңыздар ұшады!» деген белгі бойынша

			балалар тұрады. Ойын қайталанады. Балалар ойынды меңгерген кезде, қимылдарды ауыстыру музыкалық сүйемелдеудің сипатына немесе дабыл соққысы ырғағының өзгеруіне сәйкес жүргізіледі. **Ойын жаттығуы:** «Гүлдерді иіскейміз» Балалар гүлді таңдап, оны иіскейді. Шалқаларынан жатып демалады.
30.09.2024ж		Биікке секіріп, затқа қолын жеткізуге үйрету, барынша биікке секіру білігін дамыту, еден бетінен екпінді түрде итерілу. Жолмен жүру және жүгіруге жаттықтыру (ені – 25 см, ұзындығы – 2 метр), шектелген аумақта жүру және жүгіру кезінде тепе-теңдікті сақтау білігін бекіту. Ептілікті, зейінді, санамақ мәтіні бойынша қимылдарды орындау білігін дамыту. Қоршаған ортаны аялауға тәрбиелеуді жалғастыру.	Ойын жаттығуы: «Көгалда серуендейміз». Нұсқау – алға қарау, басын төмен түсірмеу. «Көңілді екі қой» ойын гимнастикасы (№2 қосымша). 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдары:** Тура жолмен жүру және жүгіру – таспадан жасалған жол (ені – 25 см, ұзындығы – 2 метр), қоңырау ілінген бағанаға қарама қарсы (2-3 рет). Қолын затқа (қоңырауға) тигізе отырып, жоғары қарай секіру – қоңырауға қолын жеткізу үшін еденнің бетінен барынша қатты және жылдам итерілу керек (2-3 рет). Балалар жолмен жүріп келіп, қоңырау ілінген бағанға жақындайды. Екпінмен секіріп, қолдарын қоңырауға тигізуге тырысады, содан кейін педагогтің қасына келіп тұрады. Педагогтің бұйрығы бойынша өз орындарына келіп тұрады. Екінші рет жолмен жүріп, қоңырауды қағып, шылдырлатуға тырысады. Еденнен екпінмен серпіліп, жоғарырақ секіреді. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Қоңыздар» (2-3 рет) Ойын дабылмен, музыкалық сүйемелдеумен жүргізіледі. «Қоңыздар ұшады!» деген белгі бойынша (жүгіруге арналған музыка орындалады немесе педагог дабылды жеңіл әрі ырғақты соғады) балалар бүкіл бөлме немесе алаңда шашырап жүгіреді. «Қоңыздар құлап қалды!» деген белгі бойынша соққының ырғағы өзгереді (дабылды жай ғана сілкиді) немесе музыка өзгереді: балалар шалқасынан жатады да, қолдарымен және аяқтарымен еркін қимылдар жасайды, яғни қоңыздар сияқты тырбаңдайды. «Қоңыздар ұшады!» деген белгі бойынша балалар тұрады. Ойын қайталанады. Балалар ойынды меңгерген кезде, қимылдарды ауыстыру музыкалық

			сүйемелдеудің сипатына немесе дабыл соққысы ырғағының өзгеруіне сәйкес жүргізіледі. **Ойын жаттығуы:** «Гүлдерді иіскейміз» Балалар гүлді таңдап, оны иіскейді. Шалқаларынан жатып демалады.

2024- 2025 оқу жылына арналған дене шынықтыру
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Топ: «Тұлпар» кіші топ.
Балалардың жасы: 2 жас
Жоспардың құрылу кезеңі (айды, жылды көрсету): Қазан айы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекет міндеттері	Ұйымдастырылған ісәрекеттің негізгі қимылдар
02.10.2024ж	Алтын күз	Топпен айнала жүру және жүгіру дағдысын жетілдіру. Допты гимнастикалық орындық үстімен домалатуға үйрету. Жолмен жүруге жаттықтыру (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр), шектелген беткеймен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау білігін дамыту. Жалпы шыдамдылықты, жинақылықты дамыту. Дербестікті, музыка бойынша қимылдауға қажеттілікті тәрбиелеу.	Қолдарына жапырақты ұстап залда жүреді, бағыттарын ауыстырады. 1.Жапырақтармен ЖДЖ жасау – әдемі жапырақтар мен жасалатын әдемі қимылдарға назар аударады. **2.Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** Тепе-теңдік – шектелген беткеймен жүру – массажды жол (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр: (2-3 рет). Ойын жаттығуы: «Көпірге жақында» Нұсқау – тек алға қарау, басын төмен түсірмеу (2-3 рет). Допты гимнастикалық орындық үстімен домалату. «Тиіндер допты домалатуды үйретеді» ойын жаттығуы Тиін ойыншығын көрсету – одан доптарды қалай домалату керек екенін үйрену. Саусақтардың белсенді қимылына назар аудару. Балалар себетте жатқан доптарды алып, көлбеу қойылған тақтайдан (гимнастикалық орындық үстімен) домалатады да, өздері доптың артынан жүгіреді. Екі қолдарымен допты қатты домалатуға тырысады. Допты домалатқаннан кейін сызыққа келіп тұрады. Педагогтің бұйрығы бойынша допты алып келіп, қайтадан домалатады. Допты ойын соңында себетке салады. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Күн мен жаңбыр» (музыкамен) (№ 3 қосымша) Ойын ережесін еске салу – музыка аяқталысымен тез бөренеге отыру (2-3 рет).«Күн!» ойын жаттығуы. (№ 3 қосымша)
04.10.2024ж		Допты төменнен екі қолмен лақтыру тәсілін үйретуді жалғастыру, допты дұрыс алу, қолдарын тез жазу білігін дамыту. Алға ұмтыла секірер алдында бір мезгілде екі аяқтап күшпен итерілу білігін бекіту. Жаттығу жасаған кезде тыныс алуды тоқтатпау білігін қалыптастыру. Бір-біріне	Қолындағы жапырақтармен бағытты өзгерте отырып жүру. 1.Жапырақтармен ЖДЖ жасау – әдемі жапырақтармен әдемілеп жүруге назарларын аудару. **2.Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** Тепе-теңдік – шектелген беткеймен жүру – массажды жол (ені – 25 см, ұзындығы– 2,5 метр) (2-3 рет) Ойын жаттығуы: «Көпірден өт» Нұсқау – тек алға қарау, басты түсірмеу (2-3 рет) Допты гимнастикалық орындық үстімен домалату (2-3 рет) «Тиіндер допты домалатуды үйретеді» ойын жаттығуы

		мейірімділік танытуға, толерантты болуға тәрбиелеу. Суық тию профилактикасы, иммунитетті нығайту.	Тиін ойыншығын көрсету – одан доптарды қалай домалату керек екенін үйрену. Саусақтардың белсенді қимылына назар аудару. Балалар себетте жатқан доптарды алып, көлбеу қойылған тақтайдан (гимнастикалық орындық үстімен) домалатады да, өздері доптың артынан жүгіреді. Екі қолдарымен допты қатты домалатуға тырысады. Допты домалатқаннан кейін сызыққа келіп тұрады. Педагогтің бұйрығы бойынша допты алып келіп, қайтадан домалатады. Допты ойын соңында себетке салады. **Қимыл-қозғалыс ойыны**: «Күн мен жаңбыр» (музыкамен) (2-3 рет) Ойын ережесін еске салу, музыка аяқталысымен тез бөренеге отыру. Педагогтің белгісі бойынша орындықтарға отырады: «Күн!» – серуендейді, бүкіл орманда (залда) жүгіреді. «Жаңбыр!» деген белгі бойынша өз орындарына жүгіреді. Өз әрекеттерін тиісті музыкамен үйлестіруге тырысады. «Күн!» ойын жаттығуы (№ 3 қосымша)
07.10.2024ж		Шеңбер бойынша жүру дағдыларын жетілдіру. Жолақтар арасында жүруге үйрету (жолақтардың арақашықтығы – 25 см), кедергілі бетпен жүрген кезде тепе-теңдікті сақтау білігін дамыту. 2 метр қашықтыққа алақандары мен тізелерін үйлесімді қозғап, еңбектеуге жаттықтыру, қозғалыс бағытын сақтау білігін дамыту. Көкірек қуысының қозғалғыштығын дамыту, тыныс алу бұлшық еттерін нығайту.	Қолдарына жапырақтар ұстап, бағытты өзгертіп жүру. 1.Жапырақпен ЖДЖ орындау – әдемі жапырақтар мен әдемі қимылдарға назар аудару. **2.Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** Тепе-теңдік – сызықтардың арасымен жүру (сырықтардан жасалған жол, ені – 25 см, ұзындығы – 2 метр). «Көпірден өт!» ойын жаттығуы – көпірдің шегінен шықпау (2-3 рет). Алақаны мен тізелерін үйлесімді қозғап, төрттағандап еңбектеу. «Көңілді қонжықтар» ойын жаттығуы. Жаттығулар орындап жатқан қонжықтардың суретін көрсету. Нұсқау – баяу қарқында, тура бағытта еңбектеу (2-3 рет). **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Күн мен жаңбыр» – ойын ережесін түсіндіру. Нұсқау – бүкіл залмен жүгіру, белгі бойынша әрекет ету (2-3 рет). Шапалақ» ойын жаттығуы Тақпақ мазмұнына сәйкес ырғақпен қолдарын шапалақтайды, аяқтарын топылдатады. Тағы, тағы, тағы да, Шап-шап, шапалақ. Жылдам-жылдам жылдамдат, Шап-шап, шапалақ. Ұр саусақты саусаққа: түк-түк, Шап-шап, шапалақ! Сол аяқпен топылдат, Топ-топ-топ!
09.10.2024ж	Жемістер	Шеңбер бойынша жүру дағдыларын жетілдіру. Жолақтар арасында жүруге үйрету (жолақтардың арақашықтығы –	Қолдарындағы жапырақтарымен залда бағытты өзгерте отырып жүреді. 1.Жапырақтармен ЖДЖ жасау – әдемі жапырақтар мен әдемі қимылдарға назар аудару. **2.Ойын түріндегі негізгі қимылдар:**

		25 см), кедергілі бетпен жүрген кезде тепе-теңдікті сақтау білігін дамыту. 2 метр қашықтыққа алақандары мен тізелерін үйлесімді қозғап, еңбектеуге жаттықтыру, қозғалыс бағытын сақтау білігін дамыту. Көкірек қуысының қозғалғыштығын дамыту, тыныс алу бұлшық еттерін нығайту.	Тепе-теңдік – сызықтар арасымен жүру (сырықтардан жасалған жол, ені – 25 см, ұзындығы – 2 метр). «Көпірден өт!» ойын жаттығуы – көпірдің шегінен шықпау (2-3 рет). Алақан мен тізеге сүйеніп, төрттағандап еңбектеу «Көңілді қонжықтар» ойын жаттығуы Жаттығулар орындап жатқан қонжықтардың суреттерді көрсету. Нұсқау – баяу қарқынмен, тура бағытта еңбектеу (2-3 рет) Қимыл-қозғалыс ойыны: «Күн мен жаңбыр» Ойын ережесін түсіндіру. Нұсқау – бүкіл залмен жүгіру, белгі бойынша әрекет ету (2-3 рет). Шапалақ» ойын жаттығуы Тақпақ мазмұнына сәйкес ырғақпен қолдарын шапалақтайды, аяқтарын топылдатады. Тағы, тағы, тағы да, Шап-шап, шапалақ. Жылдам-жылдам жылдамдат, Шап-шап, шапалақ. **Ұр саусақты саусаққа:** түк-түк, Шап-шап, шапалақ! Сол аяқпен топылдат, Топ-топ-топ!
11.10.2024ж		Бір уақытта екі аяқпен итеріліп және алға ұмтылып, екі аяқпен секіруге үйрету. Допты саусақтарының күшті қимылымен домалату білігін дамыту, доптармен қимылдарға жаттықтыруды жалғастыру, доптармен ойнаудан қуаныш туғызу.	Тиісті музыка бойынша спорт алаңында жүру, жүгіру; «шашырап» жүгіру. 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау Орман жануарларының қимылдарына еліктеу. 2. **Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** Алға ұмтыла отырып, екі аяқпен секіру. «Қоянды сипа» (2-3 рет). Қоянға дейін секіріп бару, оны сипау. Екі аяқпен итерілу, қолды сермеу секілді біліктерге баса назар аударылады. «Қонжықтар еңбектейді» ойын жаттығуы Алшақтата қойылған заттардың арасымен жүгіру. «Мыршайлар орман ішінде жүгіріп жүр». Жүгіру кезінде заттарға тиіп кетпеу, заттарды сол және оң жағынан айналып өту білігіне назар аудару (2-3 рет). «Допты домалат». Допты жеке қарқында домалату. Көрсету – допты екі қолмен ұстауды, допты белгі бойынша домалатуды (6–8 рет) «Құбыр» массажы (суық тию профилактикасы) Барлық саусақтарымен маңдайының ортасынан самайына қарай жүргізеді – 5 рет. Жұдырықтарымен мұрынның екі қанаты бойынша жүргізеді – 5 рет. Алақандарымен құлақтарын ысқылайды. Шапалақ ұрады.

14.10.2024ж		Тұрған қалпында доптың қозғалыс бағытын сақтай отырып, допты бір-біріне домалатуға үйрету. Еден бетінен екі аяқпен күшпен итерілу білігін бекіту, қимылдарептілігін, үйлесімділігін дамыту. Дыбыстарды дұрыс айтуды, зейінді дамытуға ықпал ету. Еңбекқорлыққа, бірлескен әрекет нәтижесінен оң эмоцияларға баулу. .	Топпен жүру, жүгіру, шеңберге тұру. Алға қарау, басын төмен түсірмеу білігіне назар аудару **«Қоңыздар» ойын гимнастикасы** **1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау** **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** **Тұрған күйі бір-біріне допты домалату** (арақашықтығы – 70 см). Педагог баламен бірге жұптаса отырып, допты (алманы) домалатуды түсіндіру және көрсету – допты күшті және сенімді түрде итеру (6–8 рет). Балалар тұрған күйі бір-біріне допты домалатуды үйренеді. Олар арақашықтықтары 70 сантиметрден жұп болып, бір-біріне қарама-қарсы тұрады. Допты бір-біріне домалатады. **Затқа (шар) қолды тигізе отырып, жоғары қарай секіру**. Алмаағашының бұталарына ілініп қалған шарды көрсету. Шарға қолды жеткізу үшін еденнен екпінді түрде және дер кезінде итерілуіне назар аудару (2-3 рет). Балалар үрленген **шарға қолды тигізе отырып, жоғары қарай секіреді**. Олар алдымен шарға жақындап келеді, сонан соң серпіле секіріп, қолдарын шарға тигізеді, орындарына барып тұрады.
16.10.2024ж	Көкеністер	Тұрған қалпында доптың қозғалыс бағытын сақтай отырып, допты бір-біріне домалатуға үйрету. Еден бетінен екі аяқпен күшпен итерілу білігін бекіту, қимылдарептілігін, үйлесімділігін дамыту. Дыбыстарды дұрыс айтуды, зейінді дамытуға ықпал ету. Еңбекқорлыққа, бірлескен әрекет нәтижесінен оң эмоцияларға баулу.	Топпен жүру, жүгіру, шеңбер жасап тұру. Алға қарау, басты төмен түсірмеу білігіне газар аудару. «Қоңыздар» ойын гимнастикасы **1.** Жалпы дамыту жаттығуларын орындау **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** Тұрған күйі бір-біріне допты домалату (арақашықтығы – 70 см). Педагог баламен бірге жұптаса отырып, допты (алманы) домалатуды түсіндіру және көрсету – допты күшпен және сенімді түрде итеру (6 – 8 рет). **Затқа (шар) қолды тигізе отырып, жоғары қарай секіру**. Алмаағашының бұталарына ілініп қалған шарды көрсету**.** Шарға қолды жеткізу үшін еденнен екпінді түрде және дер кезінде итерілуіне назар аудару (2-3 рет). Балалар үрленген **шарға қолды тигізе отырып, жоғары қарай секіреді**. Олар алдымен шарға жақындап келеді, сонан соң серпіле секіріп, қолдарын шарға тигізеді, орындарына барып тұрады. Жаттығуды жеке-жеке орындайды.
18.10.2024ж		Тепе-теңдекті сақтап, арқан үстімен жүруге үйрету. Алақанмен, табанмен тіреп, аяқ-қол қимылдарын үйлестіріп, алаңы шектеулі таянышпен еңбектеу білігін бекіту. Жалпы	Бір-бірден тізбекке тұрады. Қолдарына бүрін ұстап, тізбекпен жүру; тапсырмамен жүру – қарағайдың бүрін жоғары, жан-жаққа, артына жасыру – тізбектен шықпау. **1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау**: «Саябақта» **2.** Негізгі қимылдарды орындау: **1.** Тура қойылған жіптің бойымен жүру (2-3 рет)

		төзімділікті, ұйымшылдықты дамыту. Өкпенің тіршілік сыйымдылығын арттыруға ықпал ету, дұрыс жүру рефлексін қалыптастыру. Жануарларды, туған қаланы аялауға, патриотизмге баулу.	Нұсқау – қолды екі жаққа созу, денені тік ұстау, аяқты тек бауға қою. Балалар үш-үштен сапқа тұрады. Тепе-теңдіктерін сақтап, табандарының астына бауды қояды. **2.** Еденге қойылған тақтаймен төрттағандап еңбектеу. Нұсқау – тек жолмен (тақтаймен) еңбектеу, бір-біріне кедергі келтірмеу (2-3 рет). Балалар шектеулі тақтай үстінде (бөрене) еңбектейді. Қол мен аяқтарының қозғалысын үйлесімді түрде қозғап, тақтай шетіне шығып кетпеуге тырысады. Ойыншық тиінді сипап, қайтадан орындарына келеді. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Тиінді қуып жет» (2-3 рет) Балалар кейіпкер «тиіннің» артынан жүгіріп, оны ұстауға тырысады. **Қимылды ойын:** «Допты ал» Иықтарын бір-біріне тигізіп, шеңбер бойына тұрады. Допты бір-біріне қолдарына ұстатады.
21.10.2024ж		Қозғалыс бағытын сақтап, еңбектеуге үйретуді жалғастыру. Алға ұмтылып секіруге жаттықтыру, серіппелі қимылдарды орындау білігін дамыту. Қол ұстасып шеңбер бойымен жүру дағдысын жетілдіру, өз қимылдарын басқа балалардың қимылдарымен үйлестіру білігін дамыту. Бейтарап және белсенді сөздік қорын кеңейтуге ықпал ету.	Қол ұстасып, алмаағашын айнала жүру. 1.Жалпы дамыту жаттығуларын орындау 2.Шеңберде «Атжалман» ойын гимнастикасын орындау Күнде ерте тұрады, Бетін, мойнын жуады. Сосын үйін сыпырып, Жаттығуға шығады. «1–2-3–4-5», – дейміз, – Күшті болып өс», – дейміз. 3. Ойыншықтарды пайдалана отырып, негізгі қимылдарды орындау: «Бақшада нелер тұрады?» Тура бағытта 3 метр қашықтыққа төрттағандап еңбектеу «Тышқан» ойыншығына назар аудару. Тапсырманы түсіндіру – іннен шығып, жылдам басқа інге еңбектеп кіру (2-3 рет) Екі аяқпен секіру. «Қоян» – бақшада қоянмен бірге секіру (4–6 рет) Балалар педагогтің белгісі бойынша екі аяқтарымен секіреді. Алдыға және ырғақпен секіруге тырысады. Қолдарына ойыншық қоянды ұстап секіреді. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Мәшинелер» (2-3 рет) (№ 3 қосымша). Мәшинелермен өнімді топқа алып кетуді ұсынады. Балалар жүк мәшинесінің жүрісін, дыбысын салып, зал ішінде баяу қарқынмен жүреді.
23.10.2024ж	Ертегі елінде	Қозғалыс бағытын сақтап, еңбектеуге үйретуді жалғастыру. Алға ұмтылып секіруге жаттықтыру, серіппелі	Алмаағашын айнала қол ұстасып жүру. 1.Жалпы дамыту жаттығуларын орындау. Шеңберде «Атжалман» ойын гимнастикасын орындау.

		қимылдарды орындау білігін дамыту. Қол ұстасып шеңбер бойымен жүру дағдысын жетілдіру, өз қимылдарын басқа балалардың қимылдарымен үйлестіру білігін дамыту. Бейтарап және белсенді сөздік қорын кеңейтуге ықпал ету.	Күнде ерте тұрады, Бетін, мойнын жуады. Сосын үйін сыпырып, Жаттығуға шығады. «1–2-3–4-5», – дейміз, – Күшті болып өс», – дейміз. 2.Ойыншықтарды пайдалана отырып, негізгі қимылдарды орындау: «Бақшада нелер тұрады?» Тура бағытта 3 метр қашықтыққа төрттағандап еңбектеу. «Тышқан» ойыншығына назар аудару. Тапсырманы түсіндіру – іннен еңбектеп шығу және жылдам басқа інге еңбектеп кіру (2-3 рет). **Екі аяқпен секіру:** «Қоян» – бақшада қоянмен бірге секіру (4–6 рет). Балалар педагогтің белгісі бойынша екі аяқтарымен секіреді. Алдыға және ырғақпен секіруге тырысады. Қолдарына ойыншық қоянды ұстап секіреді. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Мәшинелер» (2-3 рет) (№ 3 қосымша) Мәшинелермен өнімді топқа алып кетуді ұсынады. Балалар жүк мәшинесінің жүрісін, дыбысын салып, зал ішінде баяу қарқынмен жүреді.
25.10.2024ж		Допты екі қолмен төменнен лақтыруға үйрету, допты бір уақытта екі қолмен итеріп лақтыру. Қолдарын күшпен жазу білігін дамыту. Алға ұмтылып секірумен бір уақытта екі аяқпен күшпен итерілу білігін бекіту. Жаттығу жасаған кезде тынысын тежемеу білігін қалыптастыру. Суық тигеннен болатын аурулардың алдын алу, иммунитетті нығайту, өкпелердің тіршілік сыйымдылығын арттыру. Бір-біріне мейірімді көзқарасқа, төзімділікке баулу.	Бір-бірден тізбекке тұрады, қолдарына сылдырмақ ұстап жүреді; қолға арналған тапсырмалар – сылдырмақты жоғары көтеру, екі жаққа созу. 1.Сылдырмақтармен жалпы дамыту жаттығуларын орындау. 2.Негізгі қимылдарды орындау (жаппай). Алға ұмтыла отырып, екі аяқпен секіру. «Сылдырмақтарды қорапшаға саламыз». Жұмсақ түсуге назар аудару. Шағын топтармен орындау (қыздар, ұлдар) (3–4 рет). Допты екі қолмен төменнен лақтыру «Доппен ойнаймыз» – допты екі жағынан екі қолмен дұрыс ұстау. Нұсқау – доптың артынан белгі бойынша ғана жүгіру (5–6 рет). «Мысық пен тышқандар» ойыны Залдың бір шетіне тышқанның інін қоршап жасап қояды. Мысық таңдалынады. Тышқандар індерінде отырады. «Ін сыртында мысық отыр, Екі көзін қысып отыр». Тышқандар інінен шығып, зал ішінде жүгіре бастайды. Біраз уақыттан кейін педагог: «Тышқан-тышқан-тышқандар! Мысық оянады, шуламаңдар!» – дейді. **Мысық осы кезде:** «Мяу», – деп, тышқандарды аулауға кіріседі. Тышқандар іннне қашады. Мысықтың рөлін алдымен ең белсенді балаға береді, сонан кейін барлық бала кезекпен мысық рөлінде ойнайды. Ойын бірнеше рет қайталанады.

			Кішкентай сиқыршылардың гимнастикасы (Т. Нестерюк, А. Шкода) Тартылу Б.қ: – «шалқасынан жатады». 1. Тыныс алғанда сол аяғын өкшесімен еденнен алға қарай тартады, ал сол қолын денесінің бойымен жоғары қарай созады. 2. Оң аяғын өкшесімен еденмен алға қарай, ал оң қолы – жоғары, денесінің бойымен тыныс алу 3. Екі аяғын өкшесімен алға қарай еденмен тартылады, екі қолы денесінің бойымен жоғары қарай созылады.
28.10.2024ж		Допты екі қолмен төменнен лақтыруға үйрету, допты бір уақытта екі қолмен итеріп лақтыру. Қолдарын күшпен жазу білігін дамыту. Алға ұмтылып секірумен бір уақытта екі аяқпен күшпен итерілу білігін бекіту. Жаттығу жасаған кезде тынысын тежемеу білігін қалыптастыру. Суық тигеннен болатын аурулардың алдын алу, иммунитетті нығайту, өкпелердің тіршілік сыйымдылығын арттыру. Бір-біріне мейірімді көзқарасқа, төзімділікке баулу.	Бір-бірден тізбекке тұрады, қолдарына сылдырмақ ұстап жүреді; қолға арналған тапсырмалар – сылдырмақты жоғары көтеру, екі жаққа созу. 1.Сылдырмақтармен жалпы дамыту жаттығуларын орындау. 2.Негізгі қимылдарды орындау (жаппай). Алға ұмтыла отырып, екі аяқпен секіру. «Сылдырмақтарды қорапшаға саламыз». Жұмсақ түсуге назар аудару. Шағын топтармен орындау (қыздар, ұлдар) (3–4 рет). Допты екі қолмен төменнен лақтыру «Доппен ойнаймыз» – допты екі жағынан екі қолмен дұрыс ұстау. Нұсқау – доптың артынан белгі бойынша ғана жүгіру (5–6 рет). «Мысық пен тышқандар» ойыны Залдың бір шетіне тышқанның інін қоршап жасап қояды. Мысық таңдалынады. Тышқандар індерінде отырады. «Ін сыртында мысық отыр, Екі көзін қысып отыр». Тышқандар інінен шығып, зал ішінде жүгіре бастайды. Біраз уақыттан кейін педагог: «Тышқан-тышқан-тышқандар! Мысық оянады, шуламаңдар!» – дейді. **Мысық осы кезде:** «Мяу», – деп, тышқандарды аулауға кіріседі. Тышқандар ініне қашады. Мысықтың рөлін алдымен ең белсенді балаға береді, сонан кейін барлық бала кезекпен мысық рөлінде ойнайды. Ойын бірнеше рет қайталанады. Кішкентай сиқыршылардың гимнастикасы (Т. Нестерюк, А. Шкода) Тартылу Б.қ: – «шалқасынан жатады». 1. Тыныс алғанда сол аяғын өкшесімен еденнен алға қарай тартады, ал сол қолын денесінің бойымен жоғары қарай созады. 2. Оң аяғын өкшесімен еденмен алға қарай, ал оң қолы – жоғары, денесінің бойымен тыныс алу 3. Екі аяғын өкшесімен алға қарай еденмен тартылады, екі қолы денесінің бойымен жоғары қарай созылады.

30.10.2024ж	Меінің отбасым	Алаша (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр) үстімен жүруге жаттықтыру, кедергілі бет үстімен жүрген кезде тепе-теңдікті сақтау білігін дамыту. Заттар арасында алақан мен табанға тіреліп еңбектеуге жаттықтыру, қимылдардың үйлесімін дамытуды жалғастыру. Заттарды оң және сол жақтан айналып өту білігін бекіту. Жанды және жансыз табиғат туралы білімді кеңейту. Қоршаған ортаны эстетикалық талғаммен қабылдауға, табиғатты сүюге баулу.	Бағытты өзгерте отырып, залда (орманда) жапырақтарды ұстап жүру, жүгіру. 1.Жапырақтармен ЖДЖ орындау Қимыл әдемілігіне назар аудару 2.Ойын нысанында негізгі қимылдар: Тепе-теңдік – шектелген беткейде жүру – массажды жол (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр). «Жолмен жүріп өт» ойын жаттығуы – жолдың шетінен шықпау, денесін тік ұстау (2-3 рет) Кішкентай қонжықтарға айналу. Алақандары және тізелерімен заттардың арасынан еңбектеу – еңбектеген кезде заттарға тиіп кетпеу керек (залда бір-бірінен 1,5 м арақашықтықта орналасқан модульдар). (2-3 рет) Балалар заттардың арасымен еңбектейді. Бұл жаттығуды жеке-жеке орындайды. Еңбектеу барысында оң және сол жақтағы заттарға соқтықпауға тырысады. Сызықпен сызылған залдың қарама-қарсы жағына барып тұрады. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Сұр қоян тазалықты сүйеді» (№ 3 қосымша) Тақпақтың мәтініне сәйкес келетін қимылдарды орындайды (2-3 рет)

2024- 2025 оқу жылына арналған дене шынықтыру
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Топ: «Тұлпар» кіші топ.
Балалардың жасы: 2 жас
Жоспардың құрылу кезеңі (айды, жылды көрсету) : Қараша айы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекет міндеттері	Ұйымдастырылған ісәрекеттің негізгі қимылдар
01.11.2024ж	Меінің отбасым	Доптарды қақпа арқылы домалатуды (ені – 60 см) үйрету,	**№1 жаттығу:** «Балалар жүреді». Балалар педагогтің артынан тұрады. Педагогтің нұсқауын орындайды. Жүреді, жүгіреді және зал ішінде шашырап жүреді. Бір-біріне соқтығысып қалмауға тырысады. 1.Жалпы дамыту жаттығуларын орындау **2.Ойын нысанында негізгі қимылдар:** **№2 жаттығу:** «Балалар секіреді» (2-3 рет). Алға ұмтыла отырып секіру. Сылдырмаққа дейін секіру, сылдырлату – екі аяқпен итерілу, өзіне қолмен көмектесу. **№3 жаттығу:** «Балалар қақпаға допты домалатады». Допты 70 см қашықтықтан қақпа арқылы (ені – 60 см) домалату Нұсқау – допты екі қолдың екпінді қимылымен қақпаның ортасына домалату (3–4 рет). **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Лақтыр да қуып жет». Жеке қарқында, еркін тәсілмен лақтыру. Көрсету – допты екі қолмен дұрыс ұстауды, белгі бойынша лақтыруды (2-3 рет). Кішкентай сиқыршылардың гимнастикасы (Т. Нестерюк, А. Шкода) Тартылу **Б.қ**: – «шалқасынан жатады». 1.Тыныс алғанда сол аяғын өкшесімен еденнен алға қарай тартады, ал сол қолын денесінің бойымен жоғары қарай созады. 2.Оң аяғын өкшесімен еденмен алға қарай, ал оң қолы жоғары, денесінің бойымен тыныс алу. 3.Екі аяғын өкшесімен алға қарай еденмен тартылады, екі қолы денесінің бойымен жоғары қарай созылады.
04.11.2024ж		Алға ұмтылып, екі аяқпен секіруге үйрету.	**Тапсырманы орындай отырып, педагогтің артынан жүру және жүгіру:** музыка аяқталғанда тоқтау және алақанын соғу 1.Жалпы дамыту жаттығуларын орындау 2.Ойын нысанында негізгі қимылдарды орындау (жаппай) Тұрған күйі бір-біріне допты домалату (арақашықтық – 70 см). (4–6 рет) «Қонжыққа допты домалатуды үйретеміз» Педагог балалардың жұп болып тұруларын және олардың допты тура қолға қарай домалатуларын қадағалайды, үйретеді (4–6 рет).

			Тура бағытта төрт аяқтап еңбектеу. Қонжық балаларды бір-бірімен соқтығысып қалмай еңбектеуге үйретеді (2-3 рет). **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Қонаққа барамыз» (№3 қосымша). Жұп құруға көмектесу (2 рет).Балалар сапта залдың қарама-қарсы жағына барып тұрады. Залдың қарама-қарсы жағында тұрған екінші топқа қарай барады. Денелерін түзу ұстап жүреді. Балалар қалаулары бойынша жұп болып тұрады. Осыдан кейін орындарына барып тұрады. Екінші топ оларға барып, жұп болып тұрады. Залда музыка бойынша жұппен жүру.
06.11.2024ж	Мен және менің дене мүшелерім	Алға ұмтылып, екі аяқпен секіруге үйрету.	**Тапсырманы орындай отырып, педагогтің артынан жүру және жүгіру:** музыка аяқталғанда тоқтау және алақанын соғу. 1.Жалпы дамыту жаттығуларын орындау. 2.Ойын нысанында негізгі қимылдарды орындау (жаппай). Бір орында тұрып бір-біріне доптарды сырғанату (арақашықтық – 80 см). «Қонжықты допты сырғанатып үйретеміз». Жұптарды құруға, допты тура қолға беруге көңіл аудару (4–6 рет). Тура бағытта төрттағандап еңбектеу. Қонжық балаларды бір-бірімен соқтығысып қалмай, тура бағытта еңбектеуге үйретеді **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Қонаққа барамыз» (№3 қосымша) Жұп құруға көмектесу (2 рет) Балалар сапта залдың қарама-қарсы жағына барып тұрады. Залдың қарама-қарсы жағында тұрған екінші топқа қарай барады. Денелерін түзу ұстап жүреді. Балалар қалаулары бойынша жұп болып тұрады. Осыдан кейін орындарына барып тұрады. Екінші топ оларға барып, жұп болып тұрады. Залда музыка бойынша жұппен жүру.
08.11.2024ж		Арқан үстімен тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету.	Бір-бірден тізбекке тұру. «Қолдарыңды көрсетіңдер» ойын жаттығуы. Қолға арналған тапсырмамен жүру – жоғары, екі жаққа, арқасына жасыру – лектен шықпау. 1.Жалпы дамыту жаттығуларын орындау 2.Ойын нысанында негізгі қимылдар орындау (жаппай). **«Саябақта»:** 1. Еденге түзу төселген жіпті басып жүру (2-3 рет). Нұсқау – қолдарын екі жаққа, денесін тік ұстау, аяқтарын тек бауға қою. «Сақиналарды жина» ойыны Педагог орындықтың (бөренеңің) ар жағына 10–12 сақинаны шашып тастап, оны балаларға жинап әкелуге тапсырма береді. Осыдан кейін сақиналарды екінші жағына тастайды. Балалар бөренеге жақын тұрады, бөренеге жақындайды, одан аттап, сақиналарды алып, педагогке әкеледі. Орындарына барып тұрады. Жаттығуды орындау барысында қол мен аяқтың қозғалысын үйлестіре қозғауға тырысады. Қуыршақ сыйлық дайындапты.

			Қимыл-қозғалыс ойыны: «Затты тап!» (№3 қосымша) (иглбол салынған сандықша)
11.11.2024ж		Қашықтықтан допты қақпа (ені – 60 см) арқылы домалатуға үйрету	**Қимыл-қозғалыс ойыны: «**Қонаққа барамыз» – таңдаған қуыршаққа қарай тура бағытта қозғалу. Балалар қуыршақтарға қарама-қарсы залдың екінші щетінде бір қатар болып тұрады. Топ болып залдың екінші шетіне жүреді. Денелерін тік ұстайды. Қуыршақтарға жақындап келіп, оларды сипайды, сонан соң орындарына барады. Осыдан кейін екінші топ осылайша олардың істегендерін қайталайды. Шеңбер бойына тұрады. 1.Шеңберде доппен ЖДЖ орындау. Допты саусақтарын аша отырып екі жағынан ұстауға назар аудару. Балалар бір-біріне жақын тұрмауға тырысады. Жаттығуларды доппен орындайды. **2.Негізгі қимылдарды орындау (қуыршақтар доппен, сылдырмақпен ойнауды ұсынады):**Доптарды 80 см қашықтықтан қақпа арқылы (ені – 60см) домалату Нұсқау – допты қақпаның ортасынан екі қолының екпінді қимылымен домалату (2-3 рет). Балалар тізбекте бір-бірден тұрады, допты екі баладан домалатады. Қақпаға қарсы тұрады. Допты екі қолдарымен итереді, доптың артынан жүгіреді. Тізбектің соңына келіп тұрады. Алға қарай ұмтыла отырып, екі аяқпен секіру – сылдырмаққа дейін секіріп бару, оны алу және сылдырлату. Қолын сермеп, екі аяқпен итеріледі (3–4 рет). **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Сабалақ ит» Қуыршақтарды күзетіп жатқан итті көрсету (2-3 рет). Бала итті бейнелейді, ол құрсаудың ішінде, спортзалының бір жағында орындықта отырады және ұйықтап жатқан кейіп танытады. Қалған балалар залдың басқа бөлігінде, сызықтың ар жағында – ол үйлері. Олар ақырын итке жақындайды және педагог иттің тұмсығын ішіне қарай тығып алып ұйықтап жатқанын көрсетеді. – Балалар, мүмкін ұйықтамай, жай жатқан шығар, оятып көреміз бе! Бір уақытта ит оянып кетеді де, үре бастайды. Балалар үйлеріне қашады, сызықтың ар жағына барып тұрады. Содан кейін иттің рөлін басқа балаға тапсырады. Ойын қайталанады. Тамаша күн Тамаша күн, алақай! Жалқау болма, балақай. Қолды сілкіп алайық, Ширап, сергіп қалайық.Балалар қимыл-қозғалыстарды тақпақтың мазмұнына сәйкес орындайды.
13.11.2024ж	Киімдер және аяқ киімдер	Допты қақпа (ені – 60 см) арқылы домалатуға үйретуді,	**Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Қонаққа барамыз» – таңдаған қуыршаққа қарай тура бағытта қозғалу. Балалар қуыршақтарға қарама-қарсы залдың екінші щетінде бір қатар болып тұрады. Топ болып залдың екінші шетіне жүреді. Денелерін тік ұстайды. Қуыршақтарға жақындап келіп, оларды сипайды, сонан соң орындарына барады. Осыдан кейін екінші топ осылайша олардың істегендерін қайталайды. Шеңбер бойына тұрады. 1.Шеңберде доппен ЖДЖ орындау. Допты саусақтарын аша отырып, екі жағынан ұстауға назар аудару. Балалар бір-біріне жақын тұрмауға тырысады. Жаттығуларды доппен орындайды.

			2.**Негізгі қимылдарды орындау (қуыршақтар доппен, сылдырмақпен ойнауды ұсынады):** Доптарды 80 см қашықтықтан қақпа арқылы (ені – 60 см) домалату. Нұсқау – допты қақпаның ортасынан екі қолының екпінді қимылымен домалату (2-3 рет). Балалар тізбекте бір-бірден тұрады, допты екі баладан домалатады. Қақпаға қарсы тұрады. Допты екі қолдарымен итереді, доптың артынан жүгіреді. Тізбектің соңына келіп тұрады. Алға қарай ұмтыла отырып, екі аяқпен секіру – сылдырмаққа дейін секіріп бару, оны алу және сылдырлату. Қолын сермеп, екі аяқпен итеріледі (3–4 рет). **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Сабалақ ит» Қуыршақтарды күзетіп жатқан итті көрсету. (2-3 рет) Бала итті бейнелейді, ол құрсаудың ішінде, спортзалының бір жағында орындықта отырады және ұйықтап жатқан кейіп танытады. Қалған балалар залдың басқа бөлігінде, сызықтың ар жағында – ол үйлері. Олар ақырын итке жақындайды және педагог иттің тұмсығын ішіне қарай тығып алып ұйықтап жатқанын көрсетеді. – Балалар, мүмкін, ұйықтамай, жай жатқан шығар, оятып көреміз бе? Бір уақытта ит оянып кетеді де, үре бастайды. Балалар үйлеріне қашады, сызықтың ар жағына барып тұрады. Содан кейін иттің рөлін басқа балаға тапсырады. Ойын қайталанады. Тамаша күн Тамаша күн, алақай! Жалқау болма, балақай. Қолды сілкіп алайық, Ширап, сергіп қалайық. Балалар қимыл-қозғалыстарды тақпақтың мазмұнына сәйкес орындайды.
15.11.2024ж		Орнынан ұзындыққа секіруге үйрету.	«Пойыз» ойын жаттығуы Балалар бірінің артына бірі тұрып, қолдарын алдында тұрған баланың иығына қойып, педагогтің артынан жүреді. Бір-бірінен қалып қалмауға тырысады. Шеңберге тұрады. **«Алаңқайда» ойын гимнастикасын орындау:** аяқтарын кезекпен топылдатады: алдымен оң аяқпен, содан кейін сол аяқпен топылдатады. Қолдарын жоғары көтеріп, аспанға созылады. – Кім қолын жоғары көтереді? 1.Жалпы дамыту жаттығуларын орындау. 2.Ойын түріндегі негізгі қимылдар орындау (жаппай): Бір орыннан ұзындыққа секіру (арақашықтығы – 20 см). «Жылғадан секіріп өт» ойын жаттығуы – бір мезгілде екі аяғымен итерілу, өкшесіне түсіп барып, бүкіл табанына ауысу (2-3 рет). Балалар топқа бөлініп (ұлдар және қыздар болып), бір орыннан ұзындыққа секіреді. «Жылғалар» арқылы секіреді. Сызыққа жақын келіп, екі аяқпен серпіліп секіреді. Қолдарын сермеп, секіруге жағдай жасайды. Өкшемен түсіп, табандарымен жерді толық басады. Заттардың арасымен жүру (текшелердің арасы – 1,5,метр)

			«Алаңқайда серуендейміз» – томарларды (модульдерді) сол және оң жағынан айналып өту. Назарды табанның дұрыс қойылуына аудару (2-3 рет) **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Тиіп кетпе!» (2-3 рет) Алаңның шегін баумен (3 метр) белгілеу (биіктігі – 40 см). Ойынды топқа бөлініп ойнайды. Сызылған сызық бойында бір қатар болып тұрады. Керілген жіптің астымен өтіп, алаңның қарама-қарсы жағына барады, тағы керілген жіптің астынан өтеді. Денелерін түзеп, қолдарын шапалақтайды. Сызылған сызық бойына тұрады. Бір-бірін итеріп немесе жіпке тимеуге тырысады.
18.11.2024ж		Қойылған заттардың арасымен еңбектеуге үйрету.	**Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Қонаққа барамыз» Залдың бір шетіне ойыншықтар қойылады. Балалар осы ойыншықтарға қарама-қарсы тұрады. Олар топқа бөлініп, ойыншықтар тұрған жаққа жүреді. Денелерін түзу ұстап жүреді. Ойыншықтарға келіп, оларды сипайды. Осыдан кейін орындарына қайтып оралады. Енді екінші топ балалары ойыншықтарға барып, осы іс-әрекетті орындайды. Түрлі түсті доптармен ойнауды ұсынады. 1.Шеңберде доппен ЖДЖ жасау Допты саусақтарын ашып, екі жағынан ұстауға назар аудару **2.Негізгі қимылдарды орындау:** Доптарды 90 см қашықтықтан қақпа арқылы (ені – 50 см) домалату Допты қақпаның ортасынан домалатуға назар аудару, домалатқаннан кейін қақпаның астынан еңбектеп өту (2-3 рет). Допты үш бала бірге домалатады. Қақпаға қарама-қарсы тұрып, екі қолмен допты екпінмен домалатады. Осыдан кейін қақпаға келіп, оның астынан өтеді де, доптың артынан жүгіреді. Доптарды себетке салады. Сызық бойымен бір қатарға тұрады. Алшақта қойылған заттардың арасымен еңбектеу (бір-бірінен 1,5 метр қашықтықта қойылған ойыншықтар). «Аю» ойын жаттығуы. Нұсқау – еңбектеген кезде заттарға тиіп кетпеу (2-3 рет). Музыка ырғағымен ойыншықтар арасымен еңбектеп жүреді. Музыка аяқталғаннан кейін, орындарынан тұрып, қол шапалақтайды. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Сабалақ ит» – (2-3 рет) (№ 3 қосымша) Иттен бұлтара және тез қашу, басқа балалармен соқтығыспау.
20.11.2024ж	Быз қалай тамақтанамыз	Қойылған заттардың арасымен еңбектеуге үйрету	**Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Қонаққа барамыз» Педагог түрлі түсті доптармен ойнауды ұсынады. 1.Шеңберде доппен ЖДЖ жаттығуларын жасау Допты саусақтарын ашып, екі жағынан ұстауға назар аудару.

			2.Негізгі қимылдарды орындау: Доптарды 90 см қашықтықтан қақпа арқылы (ені – 50 см) домалату Допты қақпаның ортасынан домалатуға назар аудару, домалатқаннан кейін қақпаның астынан еңбектеп өту (2-3 рет). Алшақта қойылған заттардың арасымен жүгіру (бір-бірінен 1,5 метр қашықтықта қойылған ойыншықтар). Нұсқау – жүгіру кезінде заттарға тиіп кетпеу (2-3 рет). Топқа бөлініп орындайды. Балалар сызылған сызық бойына бір қатар болып тұрады. Музыка ырғағымен ойыншықтардың арасымен жүгіреді. Музыка аяқталған кезде ойыншықтарды жоғары көтереді. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Затты тап!» – фотоаппаратты табуды ұсынады (2-3 рет).Ойыншықтармен суретке түсуді ұсынады. Олармен ұқыпты ойнау керек екенін, сындырмай, лақтырмай, ойыннан кейін орнына қою керек екенін естеріне салады.
22.11.2024ж		Допты екі қолмен төменнен лақтыруға үйрету.	«Затты біл» ойын жаттығуы Педагог Айна әкелген «сиқырлы қоржын» ішіндегі ойыншықты табуға ұсынады. Балалар қоржынның сыртынан сипалап ұстап, оның ішіндегі ойыншықты тауып айтады. Бір-бірден тізбекке тұру, қолдарына сылдырмақтарды ұстап жүру; қолға арналған тапсырма – сылдырмақтарды жоғары, екі жаққа көтеру. 1.Ойыншықтармен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары 2.Негізгі қимылдарды орындау (жаппай) Алға ұмтыла отырып, екі аяқпен секіру. «Сылдырмақтарды қоржынға саламыз» – жеңіл түсуге назар аудару. Шағын топтар бойынша (қыздар, ұлдар) орындау (2-3 рет). Допты екі қолмен төменнен лақтыру. «Доппен ойнаймыз» – допты екі жағынан дұрыс ұстау. Нұсқау – доптың артынан белгі бойынша ғана жүгіру (6-8 рет). **Ойын:** «Сақиналарды жинаңдар» Бөрененің арғы жағына 10–12 сақина лақтырады да, балалардан оларды әкеп беруді сұрайды. Сосын сақиналарды бөрененің екінші жағына лақтырады (3–4 рет).
25.11.2024ж		Белгі бойынша тоқтауға, тепе-теңдікті сақтауға,алда келе жатқан балаға соқтығыспауға үйрету.	Қоянмен бірге жүру және жүгіру. Тапсырманы орындай отырып жүру – музыка аяқталғанда тоқтау және шапалақ ұру. 1.Жалпы дамыту жаттығуларын орындау. «Аяқпен тарсылдатамыз» ойын гимнастикасын орындау. «Аяғымызды топылдатамыз, қолымызды шапалақтаймыз, басымызды иеміз, қолымызды түсіреміз, қолымызды көтереміз, шеңбер бойын айнала жүреміз». **2.Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау (жаппай):** Тура бағытта төрттағандап еңбектеу Тапсырманы орындау – «Маған қарай еңбектеңдер» пәрмені бойынша балалар шағын топпен қоянға қарай еңбектейді, сосын қоңырауды сыңғырлатады (2-3 рет). **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Ақ қоян» (№ 3 қосымша)

			Мәтін бойынша қимылдарды орындауға назар аудару (2-3 рет). «Қояндар» саусақ гимнастикасы -сұқ саусақ пен ортаңғы саусақ жоғары; -қалғандары бүгілген. -саусақтарды ашады; -басқа қолының саусақтарын жұмады; -басқа қолымен қоян жасайды.
27.11.2024ж	Ыдыстармен жиһаздар	Тепе-теңдікті сақтап, белгі бойынша тоқтап, қолсоғып, жүрісті жалғастыруға үйрету.	Қоянмен бірге жүру және жүгіру. Тапсырманы орындай отырып жүру – музыка аяқталғанда тоқтау және шапалақ ұру. 1.Жалпы дамыту жаттығуларын орындау «Аяқпен тарсылдатамыз» ойын гимнастикасын орындау «Аяғымызды топылдатамыз, қолымызды шапалақтаймыз, басымызды иеміз, қолымызды түсіреміз, қолымызды көтереміз, шеңбер бойын айнала жүреміз». **2.Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау (жаппай):** Қолын затқа (қоңырау) тигізе отырып, жоғары қарай секіру Нұсқау – қоңырауға қолды тигізу үшін барынша жоғары секіру (2-3 рет). **Балалар жоғары секіріп, қолдарын қоңырауға тигізуді орындайды**: ойыншық ілінген бағанға жақындап келіп, екпінмен жоғары секіріп, қолдарын қоңырауға тигізеді. Осыдан кейін орындарына барып тұрады. Жаттығуды әр бала жеке-жеке орындайды. Педагог балалардың екпінмен секіру және қолдарын қоңырауға тигізу үшін уақтылы серпіле білу біліктеріне назар аударады, дұрыс секіре алмағандарға көмек көрсетеді. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Ақ қоян» Қимылдарды мәтінге сәйкес орындауға назар аудару (2-3 рет). «Қояндар» саусақ гимнастикасы -сұқ саусақ пен ортаңғы саусақ жоғары; -қалғандары бүгілген. -саусақтарды ашады; -басқа қолының саусақтарын жұмады; -басқа қолымен қоян жасайды.
29.11.2024ж		Алаша (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр) үстімен жүруге жаттықтыру, кедергілі бет үстімен жүрген кезде тепе-теңдікті сақтау білігін дамыту. Заттар арасында алақан мен табанға тіреліп еңбектеуге	Бағытты өзгерте отырып, залда (орманда) жапырақтарды ұстап жүру, жүгіру 1.Жапырақтармен ЖДЖ орындау. Қимыл әдемілігіне назар аудару. **2.Ойын нысанында негізгі қимылдар:** Тепе-теңдік – шектелген беткейде жүру – массажды жол (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр). «Жолмен жүріп өт» ойын жаттығуы – жолдың шетінен шықпау, денесін тік ұстау (2-3 рет).

		жаттықтыру, қимылдардың үйлесімін дамытуды жалғастыру. Заттарды оң және сол жақтан айналып өту білігін бекіту. Жанды және жансыз табиғат туралы білімді кеңейту. Қоршаған ортаны эстетикалық талғаммен қабылдауға, табиғатты сүюге баулу.	Кішкентай қонжықтарға айналу. Алақандары және тізелерімен заттардың арасынан еңбектеу – еңбектеген кезде заттарға тиіп кетпеу керек (залда бір-бірінен 1,5 м арақашықтықта орналасқан модульдар) (2-3 рет) **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Сұр қоян тазалықты сүйеді» (№ 3 қосымша) Тақпақтың мәтініне сәйкес келетін қимылдарды орындайды (2-3 рет).

2024- 2025 оқу жылына арналған дене шынықтыру
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Топ: «Тұлпар» кіші топ.
Балалардың жасы: 2 жас
Жоспардың құрылу кезеңі (айды, жылды көрсету) : Желтоқсан айы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекет міндеттері	Ұйымдастырылған ісәрекеттің негізгі қимылдар
02.12.2024ж	Қыс қызығы	Тоқтаумен және тапсырма орындаумен жүгіругеүйрету, басты дұрыс қалыпта ұстау білігін қалыптастыру.	**«Кім тыныш?» ойын жаттығуы.** Көрсету – әдемілеп жүру, қолды белге қою. **Нұсқау** – бүкіл залмен жүру, бір-біріне кедергі келтірмеу. Балалар тізбекке бір-бірден тұрады. Педагогтің нұсқауларын орындайды. Балалар ойыншық қонжыққа аяқтың ұшымен дыбыссыз жүруді үйретеді. Зал ішінде шашырап жүреді, бағыттарын өзгертіп жүреді. Педагогке жүгіріп келіп, жанына тұрады, сонан кейін ойыншықтың жанына барып тұрады. 1.Жалпы дамыту жаттығуларын орындау **«Маймақ аю» ойын гимнастикасы** Аюға еліктеп, оның қимылдарын ым және ишарамен салады. **2.Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау (жаппай):** 1.Тоқтап және тапсырманы орындай отырып жүгіру. «Үйді тап!» ойыны (2-3 рет) **Нұсқау – белгі бойынша әрекет ету:** кезек сақтау, итеріспеу, бір-біріне жол беру. «Күн шықты, серуенге шығыңдар!» деген нұсқау бойынша балалар залдың ортасында шашырап жүгіреді. **«Үйді тап!»** деген нұсқау бойынша орындықтарға жүгіріп барып, олардың үстіне шығып тұрады. Орындық үстінде тұрып, тепе-теңдіктерін сақтап тұруға тырысады. 2.Жоғары қарай секіріп барып, затқа қолын тигізу. **«Сылдырмақты сылдырлату»** ойыны Нұсқау – қоңырауға қолды тигізу үшін барынша жоғары секіру (2-3 рет). Педагог екпінмен секіріп, қолдарын қоңырауға тигізе білу біліктеріне назар аударады. Орындарына кері жүгіріп қайтады. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Допты ал» Допты қасында тұрған баланың қолына тура беруге назар аудару (2-3 рет). Саусақ гимнастикасы **«Жасырынбақ» ойын гимнастикасы** Жасырынбақ ойнады, Саусақтарын бұғып ап, Міне, былай, міне, былай,

			Басын ішке тығып ап
04.12.2024ж		Тоқтаумен және тапсырма орындаумен жүгіругеүйрету, затты жанаубілігін бекіту, үйлесімділікті дамыту.Ептілікті дербестікті дамыту.	**Кім тыныш?» ойын жаттығуы.** Көрсету – әдемілеп жүру, қолды белге қою. **Нұсқау** – бүкіл залмен жүру, бір-біріне кедергі келтірмеу. Балалар тізбекке бір-бірден тұрады. Педагогтің нұсқауларын орындайды. Балалар ойыншық қонжыққа аяқтың ұшымен дыбыссыз жүруді үйретеді. Зал ішінде шашырап жүреді, бағыттарын өзгертіп жүреді. Педагогке жүгіріп келіп, жанына тұрады, сонан кейін ойыншықтың жанына барып тұрады. 1.Жалпы дамыту жаттығуларын орындау «Маймақ ау» ойын гимнастикасы Аюға еліктеп, оның қимылдарын ым және ишарамен салады. **2.Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау (жаппай):** 1.Тоқтап және тапсырманы орындай отырып жүгіру. **«Үйді тап!» ойыны (2-3 рет)** **Нұсқау – белгі бойынша әрекет ету:** кезек сақтау, итеріспеу, бір-біріне жол беру. «Күн шықты, серуенге шығыңдар!» деген нұсқау бойынша балалар залдың ортасында шашырап жүгіреді. «Үйді тап!» деген нұсқау бойынша орындықтарға жүгіріп барып, олардың үстіне шығып тұрады. Орындық үстінде тұрып, тепе-теңдіктерін сақтап тұруға тырысады. 2.Жоғары қарай секіріп барып, затқа қолын тигізу. **«Сылдырмақты сылдырлату»** ойыны **Нұсқау** – қоңырауға қолды тигізу үшін барынша жоғары секіру (2-3 рет). Педагог екпінмен секіріп, қолдарын қоңырауға тигізе білу біліктеріне назар аударады. Орындарына кері жүгіріп қайтады. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Допты ал» Допты қасында тұрған баланың қолына тура беруге назар аудару (2-3 рет). Саусақ гимнастикасы **«Жасырынбақ» ойын гимнастикасы** Жасырынбақ ойнады, Саусақтарын бұғып ап, Міне, былай, міне, былай, Басын ішке тығып ап.

06.12.2024ж		Қимыл қарқынын өзгерте отырып жүгіруге үйрету, қол мен аяқ қимылының үйлесімділігін, кеңістікті бағдарлауды дамыту, шектелген беткейде тепе-теңдікті сақтау білігін бекіту.	**«Пойызбен қыдырамыз»** ойын жаттығуы – тізбекте қарқынды өзгерте отырып бір-бірден жүру. 1.Жалпы дамыту жаттығуларын орындау 2.Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау (жаппай): Бағытты және қарқынды өзгерте отырып жүгіру **«Мәшинемен қыдырамыз»** – «автомобильдер» бүкіл алаңмен жүре алады (2-3 рет). Спорттық жаттығулар. Шананы арқанмен сүйреу. **«Шананың ізімен жүр»** ойыны Балалар екі топқа бөлініп, алаңның екі шетіне бір-біріне қарама-қарсы тұрады. Педагог бірінші топтың балаларына шаналарды қарама-қарсы тұрған екінші топ балаларын сүйреп апаруға нұсқау береді. Алдымен шананы ұлдар сүйрейді, қыздар шананың ізімен жүреді. Шананың бауын бір қолдарымен ғана ұстап сүйрейді. Денелерін алдыға иіп, дұрыс жүруге тырысады. Жылынып алуды ұсынады. **«Бізге суық емес»** ойын массажы **Массаж жасайды:** -қолдарын ысқылайды, алақандарын бір-біріне үйкелейді; -қолдарымен шапалақ ұрады; -табандарымен еденді тарсылдатады; -қолдары мен аяқтарын алақандарымен соғады.
09.12.2024ж	Біз немен жүреміз	Секіру мен еңбектеу дағдыларын қалыптастыру.Ептілікті қимылдар үйлесімділігін дамыту.	**№1 жаттығу**: «Балалар адымдайды». Тиісті музыка бойынша бүкіл залда жүру, жүгіру; «шашырап» жүру – бүкіл залмен қозғалу **№2 жаттығу: «Балалар орындықта»** 1.Орындықтарда ЖДЖ жасау 2.Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау (жаппай) **№3 жаттығу: «Қояндар секіреді»** Алға ұмтыла отырып, екі аяқпен секіру. Сылдырмаққа дейін секіріп бару, сыңғырлату – Қолын сермеп, екі аяқпен итеріледі (2-3 рет). **№4 жаттығу: «Қонжықтар еңбектейді»** Алшақтатылған заттардың арасымен еңбектеу (бір-бірінен 1,5 метр қашықтықта 4-тен қатарға қойылған текшелер), еңбектеген кезде заттарға тиіп кетпеу, сол және оң жағынан айналып өту білігіне назар аудару (2-3 рет). **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Лақтыр да қуып жет» Жеке қарқында, еркін тәсілмен лақтыру.

			Көрсету – допты екі қолмен дұрыс ұстау, допты белгі бойынша лақтыру (екі қолмен төменнен) (3–4 рет). «Кітап» саусақ гимнастикасы Алақандарын бір-біріне қосады, саусақтары көлденең орналасқан. «Ашты» деген сөзде – алақандарын ашады, шынашақтарын бірге қосады. «Жапты» деген сөзде – алақандарын бір- біріне қосады.
11.12.2024ж		Бір уақытта екі аяқпен итеріліп және алға ұмтылып, екі аяқпен секіруге үйрету.	**№1 жаттығу:** «Балалар адымдайды». Тиісті музыка бойынша бүкіл залда жүру, жүгіру; «шашырап» жүру – бүкіл залмен қозғалу. **№2 жаттығу:** «Балалар орындықта» **1. Орындықтарда ЖДЖ орындау** **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау (жаппай)** **№3жаттығу:** «Қонжықтар еңбектейді» **Алшақтатылған заттардың арасымен еңбектеу** (бір-бірінен 1,5 метр қашықтықта 4-тен қатарға қойылған текшелер), еңбектеген кезде заттарға тиіп кетпеу, заттың сол және оң жағынан айналып өту білігіне назар аудару (2-3 рет). **№4 жаттығу**: «Қояндар секіреді» **Алға ұмтыла отырып, екі аяқпен секіру**. Сылдырмаққа дейін секіріп бару, сыңғырлату – екі аяқпен итерілу, өзіне қолын сермеу арқылы көмектесу (2-3 рет). **Қимыл-қозғалыс ойыны: «Көңілді қояндар» Жеке қарқында, еркін тәсілмен лақтыру** Көрсету – допты екі қолмен дұрыс ұстауды, допты белгі бойынша лақтыруды (екі қолмен төменнен) (3–4 рет). Балалар допты лақтырғаннан кейін оның артынан жүгіреді, залдың екінші шетіне барып тұрады. Содан кейін допты қайтадан лақтырады. Ойыннан кейін доптарды себетке жинайды. **«Қояндар мен құлақтар» саусақ гимнастикасы** Қояндардың құлағы Талдан шығып тұрады. Олар орғып-орғып секіріп, Көжектерді күлдірді. Саусақ гимнастикасын орындайды. Саусақтарын жұдырыққа түйеді. Сұқ және ортаңғы саусақтарын жазады да, оларды екі жаққа қозғайды.
13.12.2024ж		Бағытты өзгертіп жүгіруге үйретуді жалғастыру,кеңістікте бағдарлануды, аяқ пен қол қимылының үйлесімділігін дамыту.	1.Жалпы дамыту жаттығуларын орындау **«Қуаласпақ» ойыны** Педагог алаңның бір шетіндегі жерге бала санына қарай құрсауларды төсейді. Әр құрсау – әр баланың «үйі», яғни балалар үйлерінің ішінде тұрады. Белгі бойынша олар алаң ішінде секіріп жүреді. Педагогтің «Түлкі, түлкі, аузыңды ашып тұрмай, балаларды қуып жетіп ұстап ал!» деген нұсқауы бойынша «түлкі» балаларды

			қуады, балалар үйлеріне қашып кіреді. Ұсталған бала «түлкі» болады. Ойын бірнеше рет қайталанады. 2.Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау (жаппай) «Түлкімен адымдаймыз, аяқты көтереміз» ойын жаттығуы **Нұсқау:** бағытты және қарқынды өзгерте отырып жүгіру. Спорттық жаттығулар Түлкіні шанамен сырғанату Педагог балалардың біреуіне түлкіні шанамен сырғанатуды тапсырады. Қалған балалар екі- екіден шанамен сырғанайды: біреуі отырады, екіншісі сүйрейді. Педагог түлкіні кезекпен олардың шаналарына отырғызады. Түлкіні шанамен сырғанатқандары үшін оларға алғыс айтады. Шананы сүйреген кезде денелері сәл алға иіледі. Педагог осыған назар аударады. Педагог жылынып алу керектігін айтады. **«Бізге аяз түк емес!» массаж ойыны** Сықырлаған аязда Қыдырамыз далада. Сезінсек біз суықты Қозғаймыз қол-аяқты. Жылынамыз бір демде Бізге аяз түк емес! Массаж жасайды. Алақандарын бір-біріне үйкелеп, қолдарын уқалайды. Алақандарын бір-біріне шапалақтайды. Аяқтарымен жерді топылдатады. Аяқ-қолдарын алақанмен шапалақтап ұрады.
18.12.2024ж		Ұзындыққа секіруді орындау дағдыларынқалыптастыру	Бір-бірден тізбекке тұрады. Қолдарына сылдырмақ ұстап жүреді. Қолға арналған тапсырма – сылдырмақты жоғары, екі жаққа көтеру. Музыкамен жүгіру – музыка аяқталғанда тоқтау және сылдырмақты сыңғырлату. **1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау.** **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау (жаппай).** Бір орыннан ұзындыққа секіру. **«Жылғадан секіріп өт» ойын жаттығуы** (арақашықтығы – 20 см). Бір мезгілде екі аяқпен итерілу, өкшеге түсе отырып, бүкіл табанға ауысу (2-3 рет) Балалар топ-топқа бөлініп, бір орыннан (қыздар, ұлдар болып) ұзындыққа секіреді. Сызыққа (бұлаққа) жақындап, екі аяқпен итеріледі. Бүкіл табанымен жерді басып, сонан соң күшін өкшеге түсіріп, қолдарымен серпіле секіреді. **Допты екі қолмен төменнен лақтыру.** **«Доппен ойнаймыз»** – допты екі жағынан екі қолмен дұрыс ұстау. – Нұсқау – доптың артынан тек белгі бойынша жүгіру (4–6 рет).

			Балалар себеттен допты алып, белгіленген сызық бойына тізбекке тұрады. Жеке дара допты лақтырады. Лақтырғаннан кейін доптың артынан жүгіреді, залдың қарама-қарсы жағындағы сызыққа тұрады. Допты екінші қайтара лақтырады. Лақтырған соң доптың артынан жүгіреді. Доптарды себетке салады. **Ойын: «Сақиналарды жина».** Бөренеңің арғы жағына 10–12 сақинаны тастайды да, балаларға оларды алып келуді сұрайды. Сосын сақиналарды басқа жағына тастайды. (2-3 рет) Балалар бөренеден алыс емес жерде тұрады. Бөренеге еңбектеп келеді, одан еңбектеп өтеді, сақиналарды көтереді, педагогке әкеледі. Өзінің орнына барып тұрады. Педагог қуыршақпен билеуді ұсынады, музыка ырғағымен «серіппені» айналуды, тербелуді көрсетеді.
20.12.2024ж		Орнынан ұзындыққа секіруге үйретуді жалғастыру, итерілген кезде табандарды дұрыс қою, жергеөкшеге түсіп, бүкіл табанға ауысу білігін дамыту.	Шеңберге тұрады. «Алаңқайда» ойын гимнастикасын орындау. Ертең ерте алаңда **Маймылдар жүр тайраңдап:** Оң аяқпен – топ-топ! Сол аяқпен – топ-топ! Қолды көтер жоғары! Жоғары-жоғары көтерер екен қайсысы? 1.Жалпы дамыту жаттығуларын орындау. **2.Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** Бір орыннан ұзындыққа секіру. **«Жолдан секіріп өт» (арақашықтығы – 20 см).** Екі жіптен жасалған «жол» арқылы екі аяқпен алдыға секіру. Педагог екі аяқпен бірдей серпіліп секіріп, жерге алдымен өкше, сонан соң толық табанымен түсулерін қадағалайды (2-3 рет). Шаналардың арасымен жүру (бір-бірінен арақашықтығы – 1,5 м). **Нұсқау** – шаналардың сол және оң жағынан айналып өту. Педагог назарын балалардың жүрісіне, яғни денелерін түзу ұстап жүрулеріне аударады (2-3 рет). **Спорттық жаттығулар** Ересектермен бірге шанамен сырғанау. Балаларды шаналарға дұрыс отыруды үйрету қажет. Бала шананың шетінде тұрып, бір аяғын екінші жағына қойып, шананың ортасына отырады.
23.12.2024ж		Допты 60 см қашықтықтан педагогке лақтыру және одан қағып алуға үйрету, допты бір мезгілде екі қолының екпінді	«Затты тап!» ойын жаттығуын ұйымдастырады. Балалар педагогпен бірге топтала зал ішінде Аязатаның қапшығын іздеп, бағыттарын өзгертіп жүгіріп жүреді. 1.Жалпы дамыту жаттығуларын орындау

		қимылымен лақтыру, қолын екпінді түрде жазу білігін дамыту.	**2.Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау:** Бөрене үстімен еңбектеп жүру «Сақиналарды жина!» қимылды ойыны Нұсқау – Бөрене үстімен абайлап еңбектеп өту. Қол мен аяқ қимылының үйлесімділігіне баса назар аудару (2-3 рет). Допты 60 см қашықтықтан педагогке лақтыру және одан қағып алу. «Допты ұста» қимылды ойыны – допты саусақтарының арасын ашып ұстау (2-3 рет). Балалар шеңбер бойында тұрады. Педагог 60 см арақашықтықта тұрып балаларға доп лақтырады. Балалар допты қағып алып, қайтадан педагогтің өзіне лақтырады. Допты қолдарын созып лақтырады және оны петагогтің қолына дәл лақтыруға тырысады. Допты екі алақандарын ашып күтіп тұрады және оны екі жағынан құшақтап қағып алуға тырысады. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Қарды ұстап ал» – бір мезгілде екі аяғымен екпінді түрде итерілу (2-3 рет). Педагог жіпке байланған «қарды» алып, балаларға қалай секіру қажеттігін көрсетеді. Балалар екпінмен жоғары секіреді. Екі аяқтарымен қатты серпіліп, жоғары секіруге тырысады. **«Кімнің қары алысқа ұшады?»** ойын жаттығуы Қарды ұстауға тырысады. Қар қиыршықтарын үрлейді.
25.12.2024ж	Бізге қыс ұнайды	«Көз–қол» сенсомоторлық кеңістіктік үйлесімділігін дамыту. Бөрене үстімен еңбектеп жүруге жаттықтыру, қимыл үйлесімділігін дамыту.	«Затты тап!» ойын жаттығуын ұйымдастырады. Балалар педагогпен бірге топтала зал ішінде Аязатаның қапшығын іздеп, бағыттарын өзгертіп жүгіріп жүреді. 1.Жалпы дамыту жаттығуларын орындау **2.Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау:** Бөрене үстімен еңбектеп жүру. **«Сақиналарды жина!» қимылды ойыны Нұсқау** – Бөрене үстімен абайлап еңбектеп өту. Қол мен аяқ қимылының үйлесімділігіне баса назар аудару (2-3 рет). Допты 60 см қашықтықтан педагогке лақтыру және одан қағып алу. **«Допты ұста» қимылды** ойыны – допты саусақтарының арасын ашып ұстау (2-3 рет). Балалар шеңбер бойында тұрады. Педагог 60 см арақашықтықта тұрып, балаларға доп лақтырады. Балалар допты қағып алып, қайтадан педагогтің өзіне лақтырады. Допты қолдарын созып лақтырады және оны педагогтің қолына дәл лақтыруға тырысады. Допты екі алақандарын ашып күтіп тұрады және оны екі жағынан құшақтап қағып алуға тырысады. **Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қарды ұстап ал»** – бір мезгілде екі аяғымен екпінді түрде итерілу (2-3 рет). **Педагог жіпке байланған «қарды»** алып, балаларға қалай секіру қажеттігін көрсетеді. Балалар екпінмен жоғары секіреді. Екі аяқтарымен қатты серпіліп, жоғары секіруге тырысады.

			«Кімнің қары алысқа ұшады?» ойын жаттығуы Қарды ұстауға тырысады. Қар қиыршықтарын үрлейді.
27.12.2024ж		Жүгіру мен секіру дағдыларын жетілдіру Кеңістікті бағдарлауды, зейінін, педагогтің нұсқауын тыңдау және дәлме-дәл орындау білігін дамыту.	**Бір-бірден тізбекпен жүру;** қолға арналған тапсырма: жоғары көтеру, екі жаққа созу; тізені жоғары көтеріп жүру – қашықтықты сақтау, аяқты тіземен бүгу. **1. ЖДЖ жасау** **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** **Түрлі бағытта жүгіру** **«Ойыншық Күлдірбекті қуып жет!»** ойын жаттығуы Педагог бәріне Күлдірбек болуға ұсыныс тастайды. Жүгірудің жеңіл әрі ырғақты болуына баса назар аудару. Балалар педагогтен қашады, алаң ішінде бір-біріне соқтығыспауға тырысады. Педагог балаларды мақтайды: «Ойыншық Күлдірбектер шетінен жылдам, епті болғандары соншалық, оларды ұстау мүмкін емес!». Ойын бірнеше рет қайталанады. **Сызық арқылы бір орыннан ұзындыққа секіру (арақашықтық – 10 см)** Нұсқау – аяқпен барынша қатты итерілу (2-3 рет). Балалар бір орыннан 10 см қашықтықтан ұзындыққа секіруді үйренеді. Жіппен белгіленген сызыққа келіп, екі аяқпен итеріліп, секіреді. Секірген кезде қолдарын белсенді серпіп көмектеседі. **Ересектермен бірге шанамен сырғанау.** Педагог балаларды шаналарына өз беттерімен отыруды және одан тұруды үйретеді.
30.12.2024ж		Жүгіру мен секіру дағдыларын жетілдіру Кеңістікті бағдарлауды, зейінін, педагогтің нұсқауын тыңдау және дәлме-дәл орындау білігін дамытуды жетілдіру	**Бір-бірден тізбекпен жүру;** қолға арналған тапсырма: жоғары көтеру, екі жаққа созу; тізені жоғары көтеріп жүру – қашықтықты сақтау, аяқты тіземен бүгу. **3. ЖДЖ жасау** **4. Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** **Түрлі бағытта жүгіру** **«Ойыншық Күлдірбекті қуып жет!»** ойын жаттығуы Педагог бәріне Күлдірбек болуға ұсыныс тастайды. Жүгірудің жеңіл әрі ырғақты болуына баса назар аудару. Балалар педагогтен қашады, алаң ішінде бір-біріне соқтығыспауға тырысады. Педагог балаларды мақтайды: «Ойыншық Күлдірбектер шетінен жылдам, епті болғандары соншалық, оларды ұстау мүмкін емес!». Ойын бірнеше рет қайталанады.

			Сызық арқылы бір орыннан ұзындыққа секіру (арақашықтық – 10 см) Нұсқау – аяқпен барынша қатты итерілу (2-3 рет). Балалар бір орыннан 10 см қашықтықтан ұзындыққа секіруді үйренеді. Жіппен белгіленген сызыққа келіп, екі аяқпен итеріліп, секіреді. Секірген кезде қолдарын белсенді серпіп көмектеседі. **Ересектермен бірге шанамен сырғанау.** Педагог балаларды шаналарына өз беттерімен отыруды және одан тұруды үйретеді.

2024- 2025 оқу жылына арналған дене шынықтыру
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Топ: «Тұлпар» кіші топ.
Балалардың жасы: 2 жас
Жоспардың құрылу кезеңі : Қаңтар ай

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекет міндеттері	Ұйымдастырылған ісәрекеттің негізгі қимылдар
03.01.2025ж	Жаңа жыл қарсы аламыз	Бүкіл алаңмен жеңіл әрі ырғақты жүгіру білігін бекіту. Кеңістікті бағдарлауды, зейінді дамыту.	Балалар торғайлардың іс-әрекеттерін салады – шиқылдайды, алаң ішінде «қанаттарын» жоғары көтеріп, төмен түсіріп жүреді – «қанаттарын қағады». **1. Ойын түріндегі жалпы дамыту жаттығуларын орындау.** Торғайлардың іс-әрекеттерін ым-ишарамен келтіру. «Бастарын бұрады – мысық қайда екен?» «Қанаттарын жаттықтырады» – қолдарын жоғары көтеріп, төмен түсіреді. «Қорек іздеп жүрмін» – бастарын төмен түсіреді. «Суықтан тығыламын» – отырып, иықтарын бастарына қарай көтереді. Балалар торғайлардың іс-әрекеттерін салады – шиқылдайды, алаң ішінде «қанаттарын» жоғары көтеріп, төмен түсіріп жүреді – «қанаттарын қағады». **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау:** **Екі параллель сызықтар арқылы (арақашықтық – 30 см) бір орыннан ұзындыққа секіру.** Нұсқау – аяқпен барынша қатты итерілу (2-3 рет). Педагог балалардың назарын алаңда сызылған түрлі түсті сызықтарға аударады. Балалар 30 см қашықтыққа бір орыннан ұзындыққа секіруге үйренеді. Екі аяқтарымен серпіліп, сызықтар арқылы секіреді. Секіру барысында қолдарын екпінді түрде сермеп, секіруге жағдай жасайды. **Ойын: «Тиіп кетпе»** (2-3 рет) (бөренелер алаң ішіне төселген). Нұсқау – тізені жоғары көтеріп, бөренені аттайды. Жаттығуды орындау барысында бір-біріне кедергі жасамауға тырысады. Балалар алаң ішінде қолдарын белдеріне қойып жүреді. Затты атаған кезде оған аяқтарын тигізбеуге тырысады. Денелерін тік ұстап, тепе-теңдікті сақтап жүреді. **«Ұядағы құстар» ойыны** (2-3 рет) Педагог алаңның бір шетіне бала санына қарай құрсауларды төсейді. Әр құрсаудың ішіне балалар бір-бірден кіріп тұрады. Құрсаулар – олардың ұялары. Белгі бойынша «торғайлар» ұяларынан ұшып, алаң ішінде жүреді. Педагог «құстарды» біресе алаңның бір шетінде, біресе екінші шетінде «қоректендіреді». Балалар шоқиып отырып, саусақтар ұштарымен еденді ұрады. Педагогтің «Торғайлар ұяларына ұшты» деген сөзі бойынша кез келген бос құрсаудың ішіне барып тұра қалады. Ойын бірнеше рет қайталанады.

06.01.2025ж		Ирелеңдеген жолмен жүруді үйрету (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр), шектелген беткейде жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау білігін бекіту	«Аю» ойын гимнастикасы. Аю, қолды көтерші, Аю, қолды түсірші. Аю, аю айналып, Қолды жерге тигізші. Енді сипа ішіңді Бір, екі, үш, бір, екі, үш. **1. Ойын түріндегі жалпы дамыту жаттығуларын орындау.** **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** **Ирелеңдеген жолмен жүру** (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр) Таспалардан ирелеңдеген жолдың моделін жасау. **«Жолмен жүріп өт» ойын жаттығуы.** Тепе-теңдікті сақтау – денені тік ұстау, қолдарды екі жаққа созу (2-3 рет) **Доғалардың астымен еңбектеу** (биіктігі – 40 см) **«Қонжық сияқты еңбекте» ойын жаттығуы**. Доғаның астында топтасу білігіне, қол мен аяқ үйлесімділігіне назар аудару (2-3 рет) Балалар қонжықтың жүрісін салады. Биіктігі 40 см үш доғаның астынан ретімен төрттағандап еңбектейді. Доғаны бастарымен тиіп кетпеуге тырысады. Жаттығуды орындап болған соң, орындарынан тұрып, алақандарын қағып, тізбекке барып тұрады. **Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қонжықты қуып жетіңдер»** Нұсқау – бүкіл залмен жүгіру, бір-бірімен соқтығыспау, шиқылдамау (2-3 рет). Балалар зал ішінде жүгіріп, қонжықты қуып жетпек болады. Содан кейін қонжық оларды қуады. Бүкіл залдың ішінде жүгіруге тырысады. **«Кім тыныш?» ойын жаттығуы** Қалай тыныш, аяқтың ұшымен жүру керек екенін көрсетеді.
08.01.2025ж	Үй жануары	Ирелеңдеген жолмен жүруді үйрету (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр), шектелгенбеткейде жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау білігін бекіту. Қимыл үйлесімділігін,ептілікті дамыту.	«Аю» ойын гимнастикасы. Аю, қолды көтерші, Аю, қолды түсірші. Аю, аю айналып, Қолды жерге тигізші. Енді сипа ішіңді Бір, екі, үш, бір, екі, үш. 1. Ойын түріндегі жалпы дамыту жаттығуларын орындау. 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар: Ирелеңдеген жолмен жүру (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр) Таспалардан ирелеңдеген жолдың моделін жасау. «Жолмен жүріп өт» ойын жаттығуы. Тепе-теңдікті сақтау – денені тік ұстау, қолдарды екі жаққа созу (2-3 рет)

			Доғалардың астымен еңбектеу (биіктігі – 40 см) «Қонжық сияқты еңбекте» ойын жаттығуы. Доғаның астында топтасу білігіне, қол мен аяқ үйлесімділігіне назар аудару (2-3 рет) Балалар қонжықтың жүрісін салады. Биіктігі 40 см үш доғаның астынан ретімен төрттағандап еңбектейді. Доғаны бастарымен тиіп кетпеуге тырысады. Жаттығуды орындап болған соң, орындарынан тұрып, алақандарын қағып, тізбекке барып тұрады. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қонжықты қуып жетіңдер» Нұсқау – бүкіл залмен жүгіру, бір-бірімен соқтығыспау, шиқылдамау (2-3 рет). Балалар зал ішінде жүгіріп, қонжықты қуып жетпек болады. Содан кейін қонжық оларды қуады. Бүкіл залдың ішінде жүгіруге тырысады. «Кім тыныш?» ойын жаттығуы Қалай тыныш, аяқтың ұшымен жүру керек екенін көрсетеді.
10.01.2025ж		Тепе-теңдікті сақтап, қимыл-қозғалыстарды үйлесімді орындау дағдыларын қалыптастыру.Денесін тік ұстауға үйретуді жалғастыру. Алға ұмтыла отырып, екі аяқпен секіруге жаттықтыру, қол мен аяқ қимылын үйлестіру білігін бекіту, төзімділікті дамыт.	«Автомобильмен қыдыру» ойын жаттығуы Балалар тізбекке бір-бірден тұрады. Педагогтің көрсетуімен ым-ишара арқылы орындалатын жаттығуларды орындайды. Мәшинені оталдырады, рульді ұстайды, айналдырады, педагогтің артынан жүреді. 1. Ойын түріндегі жалпы дамыту жаттығуларын орындау. 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар: Жерде жатқан заттардан аттап өту. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Тиіп кетпе!» (2-3 рет) Нұсқау – денесін тік ұстау. Педагог залдың екінші шетіне шығып, кірпіштерден аттап жүруді ұсынады. Балалар заттарды аттап жүрген кезде тепе-теңдік сақтап, денелерін тік ұстап және тізеден бүккен аяқтарын жоғары көтеруге тырысады. Алға ұмтыла отырып, екі аяқпен секіру – екі аяқпен итерілу, жұмсақ түсу (2-3 рет). Балалар екі аяқпен алдыға секіреді. Залдың бір шетіне бір қатар сапқа тұрады. 3 м арақашықтықты екі аяқпен секіріп өтеді. Сызылған сызық бойына сапқа тұрады. Секіруді бірнеше топқа бөлініп орындайды. Аяқты тізеден бүгіп, ырғаққа сай секіреді. Спорттық жаттығулар Нұсқау – шананы арқанмен сүйреу. Қауіпсіздік техникасын сақтау: мәшине-шаналардың бір- біріне соқтығыспауын қадағалау. Педагог бір

			топқа алаңның бір шетінде, екінші топқа оларға қарама-қарсы шетінде шанамен сырғанауға нұсқау береді. Балалар шананың жібін бір қолдарымен ұстап сүйрейді. Шананы сүйреген кезде дене алдыға иіледі.
13.01.2025ж		Допты қақпа арқылы домалату дағдыларын қалыптастыру.	Тізбекке тұру, аяқтың ұшымен жүру, белгі бойынша тоқтау. 1. Ойын түріндегі жалпы дамыту жаттығуларын орындау. Ойын гимнастикасы: Ал, балалар, тұрамыз. Қолды асықпай көтеріп, Саусақтарды жұмамыз, Сосын қайта ашамыз. Қолды түсіріп тұрамыз. Демалып ап сәл ғана, Қайта жолға шығамыз. 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар: Ирелеңдеген жолмен жүгіру – таспалардан ирелеңдеген жолдың моделін жасау (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр). (2-3 рет) Нұсқау – жолдың шетіне шықпау. Балалар ирелеңдеген жолмен жүгіреді: алдыға қарайды, денелерін түзу ұстап, жолдың шетіне шықпауға тырысады. Тізбекке қайтып оралады. Шектеулі алаңда тепе-теңдікті сақтауға тырысады. Доптарды 90 см қашықтықтан қақпа арқылы (ені – 50 см) домалату Допты қақпаның ортасынан домалатуға, домалатқаннан кейін қақпаның астынан еңбектеп өтуге назар аудару. Допты бір уақытта екі қолдың саусақтарымен бірдей екпінмен итереді. Бұйрық бойынша доптарды жинайды (2-3 рет). Қимыл-қозғалыс ойыны: «Ақ қоян» (2-3 рет). Балалар спортзалдың бір жағында орындықтарда отырады. Олар – қояндар. «Серуендеуге шығайық», – дейді педагог. Барлығы бөлменің ортасына шығады (жүгіріп шығады). Педагог өлеңді оқиды, ал балалар оған қарап, мәтінге сәйкес қимылдарды онымен орындайды: Педагог алақанын соққанда балалар өз орындарына жүгіреді. Саусақтарға арналған жаттығу «Қоян мен барабан» Қоян алып барабан, Оны соқты трам-трам-трам. Балалар саусақ гимнастикасын орындайды. Саусақтарын жұдырық етіп түйеді. Аты жоқ саусақ және шынашақпен басбармақты соғады.
15.01.2025ж	Үй құстары	Допты қақпа арқылы домалату дағдыларын қалыптастыру.	Тізбекке тұру, аяқтың ұшымен жүру, белгі бойынша тоқтау. 1. Ойын түріндегі жалпы дамыту жаттығуларын орындау. Ойын гимнастикасы: Ал, балалар, тұрамыз. Қолды асықпай көтеріп, Саусақтарды жұмамыз, Сосын қайта ашамыз. Қолды түсіріп тұрамыз. Демалып ап сәл ғана, Қайта жолға шығамыз. 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар: Ирелеңдеген жолмен жүгіру – таспалардан ирелеңдеген жолдың моделін жасау (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр). (2-3 рет)

			Нұсқау – жолдың шетіне шықпау. Балалар ирелеңдеген жолмен жүгіреді: алдыға қарайды, денелерін түзу ұстап, жолдың шетіне шықпауға тырысады. Тізбекке қайтып оралады. Шектеулі алаңда тепе-теңдікті сақтауға тырысады. Доптарды 90 см қашықтықтан қақпа арқылы (ені – 50 см) домалату Допты қақпаның ортасынан домалатуға, домалатқаннан кейін қақпаның астынан еңбектеп өтуге назар аудару. Допты бір уақытта екі қолдың саусақтарымен бірдей екпінмен итереді. Бұйрық бойынша доптарды жинайды (2-3 рет). Қимыл-қозғалыс ойыны: «Ақ қоян» (2-3 рет). Балалар спортзалдың бір жағында орындықтарда отырады. Олар – қояндар. «Серуендеуге шығайық», – дейді педагог. Барлығы бөлменің ортасына шығады (жүгіріп шығады). Педагог өлеңді оқиды, ал балалар оған қарап, мәтінге сәйкес қимылдарды онымен орындайды: Педагог алақанын соққанда балалар өз орындарына жүгіреді. Саусақтарға арналған жаттығу «Қоян мен барабан» Қоян алып барабан, Оны соқты трам-трам-трам. Балалар саусақ гимнастикасын орындайды. Саусақтарын жұдырық етіп түйеді. Аты жоқ саусақ және шынашақпен басбармақты соғады.
17.01.2025ж		Аяқтың екпінді қимылын қолдың қимылымен үйлестіру, жартылай бүгілген аяқпен жеңіл түсу білігін және шанамен сырғанауды бекіту. Түрлі бағытта жүгіруге жаттықтыру, бүкіл алаңда жеңіл әрі ырғақты жүгіру білігін бекіту. Кеңістікті бағдарлауды, зейінді дамыту.	«Әдемілеп жүреміз». Көрсету – әдемі жүру, қолдары белде. Нұсқау – әдемі жүру, алға қарау, тоқтау, шапалақ ұру. 1. Ойын түріндегі жалпы дамыту жаттығуларын орындау. «Қол шапалақтау» ойын жаттығуы Алақанға-алақан Соғайықшы шаттана (2 рет). Иә-иә, иә-иә, шапалақта шаттана! Топылдатып аяқты, Секірейік қоянша (2 рет) Иә-иә, иә-иә, секірейік қоянша! Дөңгелейік айнала, Би билейік тамаша (2 рет). Иә-иә, иә-иә, би билейік тамаша! 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар: Түрлі бағытта жүгіру. Ойын жаттығуы: «Тиінді қуып жетіңдер» Жеңіл әрі ырғақты жүгіруге назар аудару (2-3 рет). Балалар бүкіл алаң ішінде «тиінді» қуады. Сонан кейін «тиін» балаларды қуады. Бәрі аяқтарының ұшымен жүгіреді. Бір-біріне соқтықпауға тырысады. Затқа қолды тигізе отырып, жоғары қарай секіру.

			«Таспаны ал» ойыны – аяқпен екпінді түрде итерілу, жоғары қарай секіру (2-3 рет). Балалар сызылған сызық бойына сапқа тұрады. Тапсырманы 3 баладан бөлініп орындайды. Бағандарға жақын келіп, жоғары секіріп, қолдарын созғанда 10 сантиметрге биік ілінген таспаға қолдарын жеткізеді. Орындарына жүгіріп қайтады. Спорттық жаттығулар Педагог балалардың біреуіне тиінді шанамен сырғанатуды тапсырады. Қалған балалар екі- екіден шанамен сырғанайды: біреуі отырады, екіншісі сүйрейді. Педагог тиінді кезекпен олардың шаналарына отырғызады. Тиінді шанамен сырғанатқандары үшін оларға алғыс айтады. Шананы сүйреген кезде денелері сәл алға иіледі. Педагог осыған назар аударады.
20.01.2025ж		Доппен жаттығу және доғаның астымен еңбектеуді орындау барысындаептілік пен қозғалыстардың үйлесімділіктерін дамыту. 40 см биіктікте тартылған таспаның астынан өтуге жаттықтыру,ептілігін дамыту	«Көңілді жаттығулар» Отырамыз-тұрамыз, Отырамыз-тұрамыз. Тарсылдатып аяқты, Өкшемізді ұрамыз. Шапалақты соғамыз Қолымызбен билейміз. Шыр көбелек айналып, Ауламызға қонамыз. Мәтін мазмұнына сай қимыл-қозғалыстар орындайды. **1. Ойын түріндегі жалпы дамыту жаттығуларын орындау.** **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** **Таспаның астынан еңбектеп өту** (биіктігі – 40 см). Топталу, таспаға тиіп кетпеу білігіне назар аудару (2-3 рет). Қимыл-қозалыстарды орындау: керілген таспаға жақындап келіп, топталып, оның астынан өтіп, тіктеліп, қайтадан кері жүгіріп қайту. Бастарын таспаға тигізбеуге тырысады. **Педагогке 80 см қашықтықтан допты лақтыру және одан қағып алу** – допты саусақтарын кеңірек ашып ұстау (2-3 рет). Балалар шеңбер бойына тұрады, ал педагог ортада тұрып, балаларға допты лақтырады. Балалар допты екі қолдарымен қағып алып, допты қайтадан педагогтің дәл қолына лақтыруға тырысады. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Қарды ұстап ал» – барынша биікке секіру, бір мезгілде екі аяғымен қатты итерілу (2-3 рет). **Ойын жаттығуы: «Аяқпен тарсылдатамыз»** Аяқпен тарсылдатамыз, Қолдармен шапалақтаймыз, Баспен изейміз. Қолдарды көтереміз, Қолдарды түсіреміз. Қолымызды ұсынамыз, Айналып жүреміз, Айналып жүреміз.

			Мәтін мазмұнына сай қимыл-қозғалыстар орындайды. Бір-бірінің қолдарын ұстап, шеңберді айнала жүреді.
22.01.2025ж	Жабайы аңдар	Шанамен сырғанау дағдыларын қалыптастыру .Шанамен сырғанауға үйрету.Ептілік пен қол-аяқта рының үйлесімділігін дамыту. Қысқы ойын түрлеріне деген қызығушылықтарын тәрбиелеу	Ойын түріндегі жалпы дамыту жаттығуларын орындау. «Сиқырлы ұшақ» ойын жаттығуы Қолымызды соғамыз біз – шап-шап-шапалақ, Аяқтармен тарсылдатып – топ-топ-топ. Отырайық бұл сиқырлы ұшаққа (шынтақтарынан бүгілген қолдары кеуде тұсында), Оталдырып моторды – ж- ж-ж, ж-ж-ж-ж-ж-ж (қолды кеуде тұсында асықпай айналдырамыз, бірте-бірте қарқынды жылдамдатамыз). Ұшағымыз ұшады, – у-у-у, у-у-у (қолдары екі жақта, солға және оңға кезек-кезек еңкею), Ұшамыз...(бөлмеде бірнеше рет айналып келуге болады). **Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** Параллель сызықтар арқылы бір орыннан ұзындыққа секіру (арақашықтық – 10 см). Ойын жаттығуы: «Жылғадан секіріп өт!» – бір мезгілде екі аяқпен итерілу, өкшесіне түсе отырып, бүкіл табанына ауысу (2-3 рет) **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Затты көтер» Жерде жатқан сақиналарға назар аудару (2-3 рет) Алаң бойынша сақиналарға соқтықпай, олардың арасымен жүру. Педагогтің: «Жоғары көтер!» деген нұсқауы бойынша сақиналарды жоғары көтеру. Сақиналарды тек педагогтің берген белгісінен кейін ғана көтеру қажет. Спорттық жаттығулар Нұсқау – шананы жіппен сүйреу. Қауіпсіздік техникасын сақтау: мәшине-шаналардың бір- біріне соқтығыспауын қадағалау. Педагог бір топқа алаңның бір шетінде, екінші топқа оларға қарама-қарсы шетінде шанамен сырғанауға нұсқау береді. Балалар шананың жібін бір қолдарымен ұстап сүйрейді. Шананы сүйреген кезде дене алдыға иіледі
24.01.2025ж		Өзінің қимыл-қозғалыстарын басқа балалардың қимыл-қозғалыстарымен келісіп орындау дағдыларын қалыптастыру. Алшақтатылған заттардың арасымен еңбектеу, заттарды	Бір-бірден тізбекте жүру, шеңбермен жүгіру; қолдарына текшелерді ұстап, бір-бірден тізбекте жүру – текшелерді жоғары, екі жаққа көтереді. 1.Текшелермен ЖДЖ жасау **2.Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** Алшақтатылған заттардың (текшелердің) арасымен еңбектеу. Нұсқау – еңбектеген кезде заттарға тиіп кетпеу (2-3 рет) Допты 90 см қашықтықтан педагогке лақтыру және одан қағып алу

		оң жағынан және сол жағынан айналып өту біліктерін бекіту,ептілігін дамыту.	Нұсқау – саусақтарын аша отырып, допты алақанымен қағып алу (2-3 рет). **Қимылды ойын:** «Құстар ұшады» – шынтақтары жазылған қолдарын екпінді түрде сермеу. (2-3 рет). (№3 қосымша) «**Шар» жаттығуы:** Шарды жылдам үрлейік, Бара жатыр үлкейіп. Шар жарылып кенеттен, Жүдеп қалды ол, әттең! Балалар жаттығуларды орындайды: барлық саусақтарын бір затты шөкімдеп ұстаған сияқты түйістіріп жинайды. Олардың ұштарын үрлейді, осы кезде саусақтар шар сияқты қампияды. Ауаны шығарады, осы кезде саусақтарды бастапқы қалыпқа келтіреді
27.01.2025ж		Өзінің қимыл-қозғалыстарын басқа балалардың қимыл-қозғалыстарымен келісіп орындау дағдыларын қалыптастыру.	Бір-бірден тізбекте жүру, шеңбермен жүгіру; қолдарына текшелерді ұстап, бір-бірден тізбекте жүру – текшелерді жоғары, екі жаққа көтереді. 1. Текшелермен ЖДЖ жасау 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар: Алшақтатылған заттардың (текшелердің) арасымен еңбектеу. Нұсқау – еңбектеген кезде заттарға тиіп кетпеу (2-3 рет). Допты 90 см қашықтықтан педагогке лақтыру және одан қағып алу. Нұсқау – саусақтарын аша отырып, допты алақанымен қағып алу (2-3 рет). Қимылды ойын: «Құстар ұшады» – шынтақтары жазылған қолдарын екпінді түрде сермеу (2- 3 рет) (№3 қосымша) «Шар» жаттығуы: Шарды жылдам үрлейік, Бара жатыр үлкейіп. Шар жарылып кенеттен, Жүдеп қалды ол, әттең! Балалар жаттығуларды орындайды: барлық саусақтарын бір затты шөкімдеп ұстаған сияқты түйістіріп жинайды. Олардың ұштарын үрлейді, осы кезде саусақтар шар сияқты қампияды. Ауаны шығарады, осы кезде саусақтарды бастапқы қалыпқа келтіреді.
29.01.2025ж	Дала құстары	Ойын жаттығулары арқылы сенсомоторлы үйлесімділіктерін дамыту.	1.Ойын түріндегі жалпы дамыту жаттығуларын орындау «Бізге суық емес» ойын гимнастикасы. 2.Ойын түріндегі негізгі қимылдар: Педагог алаңға келген іздердің иелерін табуға ұсыныс тастайды. «Ненің іздері?» ойыны Педагог іздердің көлеміне және ерекшелігіне назар аударады: -Аю келген жоқ па? -Жоқ, аю қыста келмейді. Ол апанында ұйықтап жатыр. -Мүмкін бұл құстардың іздері шығар? -Жоқ, құстардың іздері мұндай емес. Бұл – қоянның ізі. Алға ұмтыла отырып, екі аяқпен секіру. «Ор қояндар»

			Бір мезгілде екі аяқпен екпінді түрде итерілу білігіне баса назар аудару (2-3 рет) Балалар алаңның әр жерінде тұрады, педагогке бұрылып: қоянның жуынып жатқанын, қонаққа жиналып жатқанын, тұмсығын, құйрығын, құлағын жуып жатқанын айтады. Балалар тиісті қимылдарды орындайды. Сосын барлығы педагогтің алдына түседі де, екі аяқтап секіреді – қояндар қонаққа бара жатыр. Содан кейін балалар өз орындарына оралады. Қимылды ойын: «Қоңырау» (2-3 рет). (№3 қосымша) Педагогтің алдында балалар жартылай шеңбер жасап тұрады. Педагог қоңырауды көрсетіп: «Сендер нені көрдіңдер?», – деп сұрайды да, тез артына жасырады да, алаңның екінші жағына жүгіріп барып: –Жүгіремін, жүгіремін, Қоңырауым, сыңғырла!» – деп қоңырауды артына ұстап тұрып, балаларды шақырады: –Бәрің бері жүгіріңдер, қоңырауды табыңдар! – дейді. Балалар педагогке қарай жүгіреді. Ойыншықты бірінші тапқан бала оны сыңғырлатады және педагогке береді. Мұз жолда сырғанау: ересектер балаларды қолдарынан ұстап сырғанату. Педагог құлап қалмас үшін, бір-бірінің қолдарын ұстап жүру керектігін ескертеді.
31.01.2025ж		Жаттығуларды орындау барысында дене бітімін түзу ұстай білу және тепе-теңдікті сақтай алу дағдыларын қалыптастыру, еденде жатқан заттардан аттап өтуге, денесін тік ұстауға үйретуді жалғастыру.	Бір-бірден тізбекте жүру. Шеңбермен 30 секунд жүгіру. Аяқтың ұшымен жүру. 1. Ойын түріндегі жалпы дамыту жаттығуларын орындау «Үлкен болып өс» (4 рет) Терең тыныс алуға және тыныс алу ырғағының тұрақтылығына арналған жаттығу. Балалар аяқтарын бірге ұстап, қолдарын жоғары көтеріп, түзу тұрады. Аяқтарының ұшымен көтеріледі – дем алады, қолдарын түсіреді, табандарын жерге толық түсіреді – дем шығарады. Дем шығарып тұрып: «У-h-h-h-h», – дейді. 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар: Еденде жатқан заттардан аттап өту. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Тиіп кетпе!» – денесін тік ұстау (2-3 рет).

			Педагог балаларға залдың екінші жағына шығып, текшелерден аттап өтулеріне нұсқау береді. Затты аттау кезінде денелерін түзу ұстайды, бүккен аяқтарын жоғары көтереді. Алға ұмтыла отырып, екі аяқпен секіру – екі аяқпен итерілу, жұмсақ түсу (2-3 рет). Балалар залдың бір шетіне бір қатарға сап түзеп тұрады. Олар 3,5 м арақашықтықта екі аяқпен секіреді. Сызылған сызық бойына бір қатар сапқа тұрады. Топ-топ болып секіреді. Тізелерін бүгіп, ырғақпен секіруге тырысады. «Қақпаға түсір» қимыл-қозғалыс ойыны Допты бір мезгілде екі қолының саусақтарымен итеру (2-3 рет). Қақпаға қарама-қарсы тұрып, допты домалатады. Допты екі қолымен екпінді түрде итеріп, сонан соң доптың артынан жүгіріп барып алып келу, допты қайтадан домалату қажет. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Пойыз» (№3 қосымша).

2024- 2025 оқу жылына арналған дене шынықтыру
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Топ: «Тұлпар» кіші топ.
Балалардың жасы: 2 жас
Жоспардың құрылу кезеңі : Ақпан айы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекет міндеттері	Ұйымдастырылған ісәрекеттің негізгі қимылдар
03.02.2025ж	Дала құстары	Шанамен сырғанау дағдыларын қалыптастыру .Шанамен сырғанауға үйрету.Ептілік пен қол-аяқтарының үйлесімділігін дамыту. Қысқы ойын түрлеріне деген қызығушылықтарын тәрбиелеу.	Ойын түріндегі жалпы дамыту жаттығуларын орындау. «Сиқырлы ұшақ» ойын жаттығуы Қолымызды соғамыз біз – шап-шап-шапалақ, Аяқтармен тарсылдатып – топ-топ-топ. Отырайық бұл сиқырлы ұшаққа (шынтақтарынан бүгілген қолдары кеуде тұсында), Оталдырып моторды – ж- ж-ж, ж-ж-ж-ж-ж-ж (қолды кеуде тұсында асықпай айналдырамыз, бірте-бірте қарқынды жылдамдатамыз). Ұшағымыз ұшады, – у-у-у, у-у-у (қолдары екі жақта, солға және оңға кезек-кезек еңкею), Ұшамыз...(бөлмеде бірнеше рет айналып келуге болады). **Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** Параллель сызықтар арқылы бір орыннан ұзындыққа секіру (арақашықтық – 10 см). **Ойын жаттығуы:** «Жылғадан секіріп өт!» – бір мезгілде екі аяқпен итерілу, өкшесіне түсе отырып, бүкіл табанына ауысу (2-3 рет) **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Затты көтер» Жерде жатқан сақиналарға назар аудару (2-3 рет) Алаң бойынша сақиналарға соқтықпай, олардың арасымен жүру. **Педагогтің:** «Жоғары көтер!» деген нұсқауы бойынша сақиналарды жоғары көтеру. Сақиналарды тек педагогтің берген белгісінен кейін ғана көтеру қажет. Спорттық жаттығулар Нұсқау – шананы жіппен сүйреу. Қауіпсіздік техникасын сақтау: мәшине-шаналардың бір- біріне соқтығыспауын қадағалау. Педагог бір топқа алаңның бір шетінде, екінші топқа оларға қарама-қарсы шетінде шанамен сырғанауға нұсқау береді. Балалар шананың жібін бір қолдарымен ұстап сүйрейді. Шананы сүйреген кезде дене алдыға иіледі.
05.02.2025ж	Бізді қоршаған әлем	Өзінің қимыл-қозғалыстарын басқа балалардыңқимыл-қозғалыстарымен келісіп	Бір-бірден тізбекте жүру, шеңбермен жүгіру; қолдарына текшелерді ұстап, бір-бірден тізбекте жүру – текшелерді жоғары, екі жаққа көтереді. **Текшелермен ЖДЖ жасау** **Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** **Алшақтатылған заттардың (текшелердің) арасымен еңбектеу.**

		орындау дағдыларын қалыптастыру.	Нұсқау – еңбектеген кезде заттарға тиіп кетпеу (2-3 рет) **Допты 90 см қашықтықтан педагогке лақтыру және одан қағып алу** Нұсқау – саусақтарын аша отырып, допты алақанымен қағып алу (2-3 рет). **Қимылды ойын: «Құстар ұшады»** – шынтақтары жазылған қолдарын екпінді түрде сермеу. (2-3 рет). (№3 қосымша) **«Шар» жаттығуы*:*** Шарды жылдам үрлейік, Бара жатыр үлкейіп. Шар жарылып кенеттен, Жүдеп қалды ол, әттең! Балалар жаттығуларды орындайды: барлық саусақтарын бір затты шөкімдеп ұстаған сияқты түйістіріп жинайды. Олардың ұштарын үрлейді, осы кезде саусақтар шар сияқты қампияды. Ауаны шығарады, осы кезде саусақтарды бастапқы қалыпқа келтіреді.
07.02.2025ж		Алшақтата қойылған заттардың арасымен еңбектеу, заттарды оң жағынан және сол жағынан айналып өту біліктерін бекіту,ептілігін дамыту.	Бір-бірден тізбекте жүру, шеңбермен жүгіру; қолдарына текшелерді ұстап, бір-бірден тізбекте жүру – текшелерді жоғары, екі жаққа көтереді. **Текшелермен ЖДЖ жасау** **Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** **Алшақтатылған заттардың (текшелердің) арасымен еңбектеу.** Нұсқау – еңбектеген кезде заттарға тиіп кетпеу (2-3 рет). **Допты 90 см қашықтықтан педагогке лақтыру және одан қағып алу.** Нұсқау – саусақтарын аша отырып, допты алақанымен қағып алу (2-3 рет). **Қимылды ойын: «Құстар ұшады»** – шынтақтары жазылған қолдарын екпінді түрде сермеу (2- 3 рет) (№3 қосымша) **«Шар» жаттығуы*:*** Шарды жылдам үрлейік, Бара жатыр үлкейіп. Шар жарылып кенеттен, Жүдеп қалды ол, әттең! Балалар жаттығуларды орындайды: барлық саусақтарын бір затты шөкімдеп ұстаған сияқты түйістіріп жинайды. Олардың ұштарын үрлейді, осы кезде саусақтар шар сияқты қампияды. Ауаны шығарады, осы кезде саусақтарды бастапқы қалыпқа келтіреді.
10.02.2025ж		Ойын жаттығулары арқылы сенсомоторлы үйлесімділіктерін дамыту.Мұз жолда тепе-теңдікті сақтап сырғанай алу біліктерін	**Ойын түріндегі жалпы дамыту жаттығуларын орындау** **«Бізге суық емес» ойын гимнастикасы**. **Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** Педагог алаңға келген іздердің иелерін табуға ұсыныс тастайды. «Ненің іздері?» ойыны Педагог іздердің көлеміне және ерекшелігіне назар аударады:

		қалыптастыру. Жаттығуларды орындау кезінде дұрыс тыныс алу білігін қалыптастыру, ұсақ қол моторикасын дамыту.	- Аю келген жоқ па? - Жоқ, аю қыста келмейді. Ол апанында ұйықтап жатыр. - Мүмкін бұл құстардың іздері шығар? - Жоқ, құстардың іздері мұндай емес. Бұл – қоянның ізі. Алға ұмтыла отырып, екі аяқпен секіру. «Ор қояндар» Бір мезгілде екі аяқпен екпінді түрде итерілу білігіне баса назар аудару (2-3 рет) Балалар алаңның әр жерінде тұрады, педагогке бұрылып: қоянның жуынып жатқанын, қонаққа жиналып жатқанын, тұмсығын, құйрығын, құлағын жуып жатқанын айтады. Балалар тиісті қимылдарды орындайды. Сосын барлығы педагогтің алдына түседі де, екі аяқтап секіреді – қояндар қонаққа бара жатыр. Содан кейін **балалар өз орындарына оралады.** **Қимылды ойын:** «Қоңырау» (2-3 рет). (№3 қосымша) Педагогтің алдында балалар жартылай шеңбер жасап тұрады. Педагог қоңырауды көрсетіп: «Сендер нені көрдіңдер?», – деп сұрайды да, тез артына жасырады да, алаңның екінші жағына жүгіріп барып: – Жүгіремін, жүгіремін, Қоңырауым, сыңғырла!» – деп қоңырауды артына ұстап тұрып, балаларды шақырады: – Бәрің бері жүгіріңдер, қоңырауды табыңдар! – дейді. Балалар педагогке қарай жүгіреді. Ойыншықты бірінші тапқан бала оны сыңғырлатады және педагогке береді. **Мұз жолда сырғанау:** ересектер балаларды қолдарынан ұстап сырғанату. Педагог құлап қалмас үшін, бір-бірінің қолдарын ұстап жүру керектігін ескертеді.
12.02.2025ж	Ыстық елдің жануарлары	Жаттығуларды орындау барысында дене бітімін түзу ұстай білу және тепе-теңдікті сақтай алу дағдыларын қалыптастыру. 30 секунд бойы үздіксіз жүгірубілігін жетілдіру,	Негізгі кезең Бір-бірден тізбекте жүру. Шеңбермен 30 секунд жүгіру. Аяқтың ұшымен жүру. 1.Ойын түріндегі жалпы дамыту жаттығуларын орындау «Үлкен болып өс» (4 рет) Терең тыныс алуға және тыныс алу ырғағының тұрақтылығына арналған жаттығу. Балалар аяқтарын бірге ұстап, қолдарын жоғары көтеріп, түзу тұрады. Аяқтарының ұшымен көтеріледі – дем алады, қолдарын түсіреді, табандарын

		жүруден жүгіруге және керісінше ауысу білігін дамыту.	жерге толық түсіреді – дем шығарады. Дем шығарып тұрып: «У-h-h-h-h», – дейді. 2**Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** Еденде жатқан заттардан аттап өту. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Тиіп кетпе!» – денесін тік ұстау (2-3 рет). Педагог балаларға залдың екінші жағына шығып, текшелерден аттап өтулеріне нұсқау береді. Затты аттау кезінде денелерін түзу ұстайды, бүккен аяқтарын жоғары көтереді. Алға ұмтыла отырып, екі аяқпен секіру – екі аяқпен итерілу, жұмсақ түсу (2-3 рет). алалар залдың бір шетіне бір қатарға сап түзеп тұрады. Олар 3,5 м арақашықтықта екі аяқпен секіреді. Сызылған сызық бойына бір қатар сапқа тұрады. Топ-топ болып секіреді. Тізелерін бүгіп, ырғақпен секіруге тырысады. «Қақпаға түсір» қимыл-қозғалыс ойыны Допты бір мезгілде екі қолының саусақтарымен итеру (2-3 рет). Қақпаға қарама-қарсы тұрып, допты домалатады. Допты екі қолымен екпінді түрде итеріп, сонан соң доптың артынан жүгіріп барып алып келу, допты қайтадан домалату қажет. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Пойыз» (№3 қосымша).
14.02.2025ж		Алға ұмтыла отырып, екі аяқпен секіруге жаттықтыру, жерден итерілер кезде табандарын дұрыс қою білігін бекіту, өкшесінен бүкіл табанына ауыса отырып түсу, төзімділікті дамыту.	Бір-бірден тізбекте жүру. Шеңбермен 30 секунд жүгіру. Аяқтың ұшымен жүру. 1.Ойын түріндегі жалпы дамыту жаттығуларын орындау. Ойын гимнастикасы: Отырамыз-тұрамыз, Отырамыз-тұрамыз. Тарсылдатып аяқты, Өкшемізді ұрамыз. Шапалақты соғамыз Қолымызбен билейміз. Шыр көбелек айналып, Ауламызға қонамыз. 2.Ойын түріндегі негізгі қимылдар: Еденде жатқан заттан аттап өту **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Тиіп кетпе!» – денесін тік ұстау (2-3 рет). Балалар тепе-теңдікке арналған жаттығуларды орындайды: еденде жатқан заттарды аттайды. Заттарды аттау кезінде арқаны тік ұстап, тепе-теңдікті сақтауды үйренеді. Тізеден бүгілген аяқтарын жоғары көтеруге тырысады. Аттағаннан кейін құрсауды айналып өтіп, сапқа қайтып келіп тұрады. Алға ұмтыла отырып екі аяқпен секіру – екі аяқпен итерілу, жұмсақ түсу (2-3 рет). Балалар залдың бір шетіне бір қатар сапқа тұрады. 3,5 м арақашықтықты екі аяқпен алдыға секіріп өтеді. Секіруді топтарға бөлініп орындайды. Аяқтарын тізеден бүгіп, ырғақпен секіруге тырысады.

			Қимылды ойын: «Қақпаға түсір» Допты бір мезгілде екі қолының саусақтарымен итеру (2-3 рет). Қақпаға қарама-қарсы тұрып, допты домалатады. Допты екі қолымен екпінді түрде итеріп, сонан соң доптың артынан жүгіріп барып алып келу, допты қайтадан домалату қажет. **Қимыл-қозғалыс ойыны:** «Пойыз» (№ 3 қосымша)
17.02.2025ж		Қол мен аяқ қозғалысының үйлесімділігін, лақтыру дағдыларын қалыптастыру көлбеу қойылған нысанаға 10 см қашықтықтан текшелерді лақтыруды үйретуді жалғастыру, сенсомоторлыққеңістікте «көз–қол» үйлесімділігін дамыту. Спорттық жаттығуларды орындау барысында тепе-теңдікті сақтай білубіліктерін дамыту. Сөздік қорларын кеңейту.	Текшелердің арасымен жүру, жүгіру. Балалар педагогтің «1–2-3 – текшелерді көтеріңдер!» нұсқауы бойынша жақын жерде жатқан текшелерді жылдам көтереді. 1. Текшелермен жалпы дамыту жаттығуларын орындау (№ 2 кешен) 2. Ойын түріндегі негізгі қимыл-қозғалыстар. Көлбеу қойылған нысанаға 100 см қашықтықтан лақтыру. Педагог бастапқы қалыпқа және белгі бойынша лақтыруға назар аударады (әр қолмен 2 реттен). Балалар залдың бір шетіндегі сызықпен сызылған жерде бір қатар сапқа тұрады. Лақтыру сызығына келіп, текшені құрсау ішіне лақтырады. Лақтырғаннан кейін сапқа қайтадан келіп тұрады. Барлық іс-әрекетті педагогтің белгісінен кейін **орындайды. Тапсырманы 3 баладан орындайды.** **Мұз жолда сырғанау:** ересектер балаларды қолдарынан ұстап сырғанату. Педагог қауіпсіздік техникасын сақтау қажеттігін ескертеді, құлап қалмас үшін бір-бірінің қолдарынан ұстап сырғанау қажеттігі айтылады. **Қимылды ойын:** «Торғайлар мен автомобиль» (3 рет) Балалар алаңның бір жағында құрсау ішінде тұрады, олар – ұядағы торғайлар. Қарама-қарсы жақта қолында кішкентай құрсау ұстап педагог тұрады. Ол автомобильді бейнелейді. «Торғайлар жолға ұшып келеді» белгісі бойынша балалар қолдарын жеңіл бұлғап алаңда жүгіреді. **Педагог:** «Автомобиль келе жатыр. Торғайлар, өз ұяларыңа ұшыңдар!», – дейді. Автомобиль келеді, торғайлар ұшып кетеді – балалар жүгіріп барып, өз орындарына тұрады, автомобиль гаражға оралады.
19.02.2025ж	Жер және су	Бірнеше сызық арқылы секіре алу дағдыларын қалыптастыру	**1. Қолшамдармен ЖДЖ жасау.** **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** **Бірнеше сызық арқылы бір орыннан ұзындыққа секіру**

		Түрлі бағытта жүгіру білігін бекіту, төзімділікті дамыту, жүруден жүгіруге және керісінше орындау білігін жетілдіру.	Таспалармен ені 20 см жолдың моделін жасайды. Екі аяқпен екпінді түрде итерілуге баса назар аударады (2-3 рет). Балалар секіруді жеке-жеке орындайды. Таспалар төселген жерге келіп, екі аяғымен серпіліп секіруге тырысады. Бір-біріне соқтығысып, кедергі келтірмеуге тырысады. **Түрлі бағытта 40 секунд бойы үздіксіз жүгіру. «Құртақанды қуып жет».** (бүкіл залмен жүгіру, бір-бірімен соқтығыспау, шыңғырмау). **Қимыл-қозғалыс ойыны: «Сылдырмаққа еңбектеп жет»** (2-3 рет). Балалар педагогтің белгісі бойынша құрсауға дейін еңбектеп барып, ойыншықты алып, оны сыңғырлатады. Сонан кейін сол не оң жақ арқылы кейін жүгіреді. Бір-біріне соқтықпауға тырысады. **Ойын жаттығуы: «Шапалақта»** Аяқтарды қозғалтпай – түзу-түзу тұр! Иә, иә, иә, иә, иә, иә! Тек шапалақта алақанды құлшына, Иә, иә, иә, иә, иә, иә! Қолды көтер жоғары, шапалақта тағы да, Қолды көтер жоғары! Қолды түсір төмен-төмен, Шапалақта тағы да. Бес минуттай тоқтамастан, Қолдарыңды сілкілеңдер тынбастан. Балапандар, балақандар, Демалыңдар бір жақтан. Қолдарын шапалақтаған күйде ақырын көтереді, қолдарын шапалақтаған күйде ақырын түсіреді. Шоқайып отырып, қолдарымен екі беттерін ұстайды.
21.02.2025ж		Секіре алу және жүгіру дағдыларын бекіту бір орыннан бірнеше сызық арқылы ұзындыққа секіруді жаттықтыруды жалғастыру ,кеңістікте бағдарлауды дамыту, жүруден жүгіруге және керісінше орындау білігін жетілдіру.	Қолдарына қолшам ұстап бір-бірден тізбекпен жүру – қолшамдарды жоғары, екі жаққа көтеру. **1. Қолшамдармен ЖДЖ жасау** **2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** **Бірнеше сызық арқылы бір орыннан ұзындыққа секіру.** Таспалармен ені 20 см жолдың моделін жасайды. Екі аяқпен екпінді түрде итерілуге баса назар аударады (2-3 рет). Балалар секіруді жеке-жеке орындайды. Таспалар төселген жерге келіп, екі аяғымен серпіліп секіруге тырысады. Бір-біріне соқтығысып, кедергі келтірмеуге тырысады. **Түрлі бағытта 40 секунд бойы үздіксіз жүгіру. «Құртақанды қуып жет»** (Бүкіл залмен жүгіру, бір-бірімен соқтығыспау, шыңғырмау).

			Қимыл-қозғалыс ойыны: «Сылдырмаққа еңбектеп жет» (2-3 рет). Балалар педагогтің белгісі бойынша құрсауға дейін еңбектеп барып, ойыншықты алып, оны сыңғырлатады. Сонан кейін сол не оң жақ арқылы кейін жүгіреді. Бір-біріне соқтықпауға тырысады. **Ойын жаттығуы: «Шапалақта»** Аяқтарды қозғалтпай – түзу-түзу тұр! Иә, иә, иә, иә, иә, иә! Тек шапалақта алақанды құлшына, Иә, иә, иә, иә, иә, иә! Қолды көтер жоғары, шапалақта тағы да, Қолды көтер жоғары! Қолды түсір төмен-төмен, Шапалақта тағы да. Бес минуттай тоқтамастан, Қолдарыңды сілкілеңдер тынбастан. Балапандар, балақандар, Демалыңдар бір жақтан. Қолдарын шапалақтаған күйде ақырын көтереді, қолдарын шапалақтаған күйде ақырын түсіреді. Шоқайып отырып, қолдарымен екі беттерін ұстайды.
24.02.2025ж		Қол мен аяқ қозғалысының үйлесімділігін, лақтыру дағдыларын қалыптастыру. көлбеу қойылған нысанаға 100 см қашықтықтан текшелерді лақтыруды үйретуді жалғастыру, сенсомоторлыққеңістікте «көз – қол» үйлесімділігін дамыту. Спорттық жаттығуларды орындау барысында тепе-теңдікті сақтай білубіліктерін дамыту.	«Затты тап!» ойын жаттығуы Педагог алаң ішінен қарағай бүрлері бар дорбаны табуға нұсқау береді. Дорбаны тапқан соң, оны қарап, бұл дорбаны қандай жануар әкелгенін сұрайды. Балалар тиін әкелгенін болжамдап айтады. 1. Қарағай бүрлерімен жалпы дамыту жаттығуларын орындау. 2. Ойын түріндегі негізгі қимыл-қозғалыстар Көлбеу қойылған нысанаға 100 см қашықтықтан лақтыру. Педагог бастапқы қалып пен белгі бойынша лақтыруға басты назар аударады (әр қолмен 3 реттен). Балалар залдың бір шетіндегі сызықпен сызылған жерде бір қатар сапқа тұрады. Лақтыру сызығына келіп, қарағай бүрін (басқа затты) құрсау ішіне лақтырады. Лақтырғаннан кейін сапқа келіп тұрады. Барлық іс-әрекеттерді педагогтің белгісі бойынша орындауға тырысады. Тапсырманы 3 баладан орындайды. **Қимылды ойын:** «Қоңырау» (2-3 рет), (№3 қосымша) Педагогтің алдында балалар жартылай шеңбер жасап тұрады. Педагог қоңырауды көрсетіп: «Сендер нені көрдіңдер?», – деп сұрайды да, тез артына жасырады да, алаңның екінші жағына жүгіріп барып: – Жүгіремін, жүгіремін,

			Қоңырауым, сыңғырла!» – деп қоңырауды артына ұстап тұрып, балаларды шақырады: – Бәрің бері жүгіріңдер, қоңырауды табыңдар! – дейді. Балалар педагогке қарай жүгіреді. Ойыншықты бірінші тапқан бала оны сыңғырлатады және педагогке береді. **Мұз жолда сырғанау:** ересектер балалардың қолдарынан ұстап сырғанату Педагог қауіпсіздік техникасын сақтау қажеттігін және құлап қалмас үшін бір-бірінің қолдарынан ұстап сырғанау қажеттігін естеріне салады.
26.02.2025ж	Балықтар	Доппен орындалатын жаттығуларды орындай алу дағдыларын қалыптастыру.Допты кеуде тұсынан екі қолмен алысқа лақтыруғаүйрету, доптың ұшу жолын дұрыс бағыттау, доптың артынан қолын жазу білігін қалыптастыру.	II. Негізгі кезең Тізбекте бір-бірден жүру, айнала жүгіру. Ойын жаттығуы: «Түрлі түсті доптар» Балалар шеңбер бойынша қол ұстасып жүреді. «Допты алыңдар!» деген бұйрық бойынша допты алып, орындарына тұрады. Ойын түріндегі негізгі қимылдар: «Алысқа лақтыр!» Допты екі қолмен төменнен лақтыру – қолдарды екпінді түрде алға-артқа жазу (4 рет) Балалар залдың бір шетінде сапқа тұрады. Педагогтің бұйрығы бойынша допты алысқа лақтырады. Допты кеуде тұсынан лақтырады. Допты лақтырғаннан кейін қолды түзу ұстайды. Допты алып, залдың қарама-қарсы жағына барып тұрады. Тағы да лақтырады. Доптарды себеттерге жинайды. «Тиіп кетпе!» – еденде жатқан заттардан аттап өту – (бүкіл залда еркін тәртіппен бөренелер жатыр). Денені тік ұстауға назар аудару (2-3 рет). Ойын жаттығуы: «Менің көңілді добым» (2-3 рет) Добым, добым, домалақ, Қайда кеттің домалап? Қызыл, жасыл, көгілдір, Жете алмаймын, жеңілдім! Балаларға Екі аяқпен секіруді, тақпақты зейінмен тыңдауды және соңғы сөзі айтылып болғаннан кейін ғана жүгіруді үйрету. Ойын жаттығуы Қыздар мен ұлдарға, Шап-шап шапалақ! Секіреді доптай, Топ-топ, топ-топ! Аяқтарын топылдатып, Топ-топ-топ! Қыз бен ұлдар күледі, Ehe-he! Тізбекке бір-бірден тұрады. Зал ішінде шашырап жүреді. Аяқтарының ұшымен, дыбыссыз жүруге тырысады (жеке-жеке).

28.02.2025ж		Допты кеуде тұсынан екі қолмен алысқа лақтыруға үйрету, доптың ұшу жолын дұрыс бағыттау, доптың артынан қолын жазу білігін қалыптастыру. Еденде жатқан заттардан аттап өтуді жетілдіруді жалғастыру,заттардан аттап өткен кезде тұрақты тепе-теңдікті сақтау білігін бекіту.	Тізбекте бір-бірден жүру, айнала жүгіру. **Ойын жаттығуы:** «Түрлі түсті доптар» Балалар шеңбер бойынша қол ұстасып жүреді. «Допты алыңдар!» деген бұйрық бойынша допты алып, орындарына тұрады. **Ойын түріндегі негізгі қимылдар:** «Алысқа лақтыр!» Допты екі қолмен төменнен лақтыру – қолдарды екпінді түрде алға-артқа жазу. (4 рет) Балалар залдың бір шетінде сапқа тұрады. Педагогтің бұйрығы бойынша допты алысқа лақтырады. Допты кеуде тұсынан лақтырады. Допты лақтырғаннан кейін қолды түзу ұстайды. Допты алып, залдың қарама-қарсы жағына барып тұрады. Тағы да лақтырады. Доптарды себеттерге жинайды. «Тиіп кетпе!» – еденде жатқан заттардан аттап өту – (бүкіл залда еркін тәртіппен бөренелер жатыр). Денені тік ұстауға назар аудару (2-3 рет). **Ойын жаттығуы:** «Менің көңілді добым» (2-3 рет) Добым, добым, домалақ, Қайда кеттің домалап? Қызыл, жасыл, көгілдір, Жете алмаймын, жеңілдім! Балаларға екі аяқпен секіруді, тақпақты зейінмен тыңдауды және соңғы сөзі айтылып болғаннан кейін ғана жүгіруді үйрету. Ойын жаттығуы

2024- 2025 оқу жылына арналған дене шынықтыру
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Топ: «Тұлпар» кіші топ.
Балалардың жасы: 2 жас
Жоспардың құрылу кезеңі : Наурыз айы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекет міндеттері	Ұйымдастырылған ісәрекеттің негізгі қимылдар
03.03.2025ж	Балықтар	Бір орында тұрып секіре алу және лақтырудағдыларын қалыптастыру. Секіру барысында екі аяқпен бір мезгілде екпінді түрде итерілу білігін бекіту. Пассивті және белсенді сөздік қорының кеңеюіне ықпал ету: адамның дене мүшелері (қол, аяқ, бас). Жануарларға деген қызығушылықтарын тәрбиелеу.	Ойын жаттығуы: «Чиккиді ұшақпен қыдырту» Біз жарыса шапалақтаймыз – шап-шап-шапалақ. Топылдатып аяқты – топ-топ-топ. Көтерейік қолды, Енді түсіріп, Сиқырлы ұшаққа отырайық. Моторды қосайық – ж- ж- ж, ж-ж-ж-ж-ж-ж. Алақай, ұшақ ұшты аспанға! У-у-у, у-у-у. Ұштық-ұштық тамаша! Мәтін мазмұнына сай қимыл-қозғалыстар орындайды. Ұшақтың қимылын салады: қолдарын білектен бүгіп, кеуде тұсында ұстайды. Сол мен оң жаққа иіліп, қолдарын екі жаққа созу. Шашырап жүру. 1. Қарағай бүрлерімен жалпы дамыту жаттығуларын орындау. 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар: 1 метр қашықтықтан тік нысанаға дәлдеп лақтыру. «Чикки балаларға бүрді лақтыруды үйретеді» (2-3 рет әр қолмен). Бастапқы қалыпты қабылдауға баса назар аудару, қолды екпінді түрде жазу және бүрді білекпен лақтыру. Балалар себеттен қарағай бүрлерін алады. Залдың бір шетіндегі сызықпен сызылған жерде бір қатар сапқа тұрады. Бүрлерді тігінен тұрған бағанға лақтырады.

			Лақтырғаннан кейін сапқа тұрады. Бүрлерді екінші рет сол қолдарымен лақтырады. Себетке бүрлерді жинайды. Орындарына барып тұрады. Барлық әрекеттерін педагогтің белгісінен кейін орындайды. Параллель сызықтар арқылы (10 см арақашықтық) бір орыннан ұзындыққа секіру. Ойын жаттығуы: «Жылғадан секіріп өт!» – бір мезгілде екі аяқпен итеріледі, өкшесіне түсе отырып бүкіл табанына ауысады (2-3 рет) Педагог маймыл сызған сызық арқылы секіруге ұсыныс тастайды. Балалар жеке-жеке орындайды. Сызыққа жақындап келіп, екі аяқпен серпіле секіреді. Жерге алдымен өкшемен, сонан соң бүкіл табанмен түседі. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Затты көтер» (2-3 рет) Педагог маймыл әкелген сақиналарды көрсетіп, оны алаңға шашыратып төсейді. Балалар сақиналардың арасымен жүреді. Оларға аяқтарын тигізбеуге тырысады. «Көтеріңдер!» деген белгімен сақиналарды жоғары көтереді. Педагогтің белгісі бойынша жақында жатқан сақиналарды алуға тырысады. Сақиналарды себетке жинайды.
05.03.2025ж	**Анамызға не сыйлаймыз?**	Тепе-теңдікті сақтап, қимыл-қозғалыстардыүйлестіру дағдыларын қалыптастыру. Ирелеңдеген жолмен (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр) жүруге жаттықтыру, шектелген беткейде жүру кезінде тұрақты тепе- теңдікті сақтау білігін бекіту. Қимылдарды орындау кезінде соқтығыспай жүру білігін үйрету. Сүйіспеншілік сезімін тәрбиелеу.	Қолдарына қолшам ұстап, бір-бірден тізбекте жүру – қолшамдарды жоғары, екі жаққа ұстайды, жүрген кезде қолшамдарды түсіріп алмау. Шарлармен ЖДЖ – шынтағын жазу, алдында ұстау. Ойын түріндегі негізгі қимылдар Ирелеңдеген жолмен жүру (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр). «Қолшамдарды сандыққа саламыз» – таспалардан ирелеңдеген жолдың моделін жасау. Тепе-теңдікті сақтау білігіне баса назар аудару (2-3 рет). Балалар қолшам ұстаған қолдарын екі жаққа созып, ирелеңдеген жолмен жүреді. Жолдың шетіне шығып кетпеуге тырысады. Қолшамдарды сандыққа салып, сызық сызылған жерге жүгіріп қайтады. 80 см қашықтықтан педагогке допты лақтыру және одан қағып алу. Нұсқау – алақан тосу, саусақтарын ашу (2-3 рет). Балалар шеңбер бойына тұрады, педагог ортада тұрып, балаларға доп лақтырады. Балалар алақандарын жайып, допты қағып алып, оны қайтадан педагогтің қолына лақтырады.

			Қимылды ойын: «Қоңырауды сыңғырлат» – еңбектеп өткен кезде таспаға тиіп кетпеу (2-3 рет). Керілген таспаға жақындап келіп, оның астынан өтіп, қоңырауға барып, оны шылдырлатады. Қайтарда оң не сол жақпен басқаларға кедергі келтірмей қайтады. Ойын жаттығуы: «Барабанда ойнаймыз» Құртақан алды да барабан, Оны соқты трам-трам-трам. Балалар қол моторикасын дамытуға арналған жаттығуларды орындайды. Саусақтарын жұдырық етіп түйеді. Сұқ және ортаңғы саусақтарын жоғары көтереді. Қайтадан жұмады. Аты жоқ саусақ пен шынашақпен басбармақты соғады.
07.03.2025ж		тепе-теңдікті сақтап, қимыл-қозғалыстардыүйлестіру дағдыларын қалыптастыру. Ирелеңдеген жолмен (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр) жүруге жаттықтыру, шектелген беткейде жүру кезінде тұрақты тепе- теңдікті сақтау білігін бекіту. Қимылдарды орындау кезінде соқтығыспай жүру білігін үйрету. Сүйіспеншілік сезімін тәрбиелеу.	Қолдарына қолшам ұстап, бір-бірден тізбекте жүру – қолшамдарды жоғары, екі жаққа ұстайды, жүрген кезде қолшамдарды түсіріп алмау. 1. Шарлармен ЖДЖ – шынтағын жазу, алдында ұстау 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар Ирелеңдеген жолмен жүру (ені – 25 см, ұзындығы – 2,5 метр). «Қолшамдарды сандыққа саламыз» – таспалардан ирелеңдеген жолдың моделін жасау. Тепе-теңдікті сақтау білігіне баса назар аудару (2-3 рет). Балалар қолшам ұстаған қолдарын екі жаққа созып, ирелеңдеген жолмен жүреді. Жолдың шетіне шығып кетпеуге тырысады. Қолшамдарды сандыққа салып, сызық сызылған жерге жүгіріп қайтады. 80 см қашықтықтан педагогке допты лақтыру және одан қағып алу. Нұсқау – алақан тосу, саусақтарын ашу (2-3 рет). Балалар шеңбер бойына тұрады, педагог ортада тұрып, балаларға доп лақтырады. Балалар алақандарын жайып, допты қағып алып, оны қайтадан педагогтің қолына лақтырады. Қимылды ойын: «Қоңырауды сыңғырлат» – еңбектеп өткен кезде таспаға тиіп кетпеу (2-3 рет). Керілген таспаға жақындап келіп, оның астынан өтіп, қоңырауға барып, оны шылдырлатады. Қайтарда оң не сол жақпен басқаларға кедергі келтірмей қайтады. Ойын жаттығуы: «Барабанда ойнаймыз» Құртақан алды да барабан, Оны соқты трам-трам-трам. Балалар қол моторикасын дамытуға арналған жаттығуларды орындайды. Саусақтарын жұдырық етіп түйеді. Сұқ және ортаңғы

			саусақтарын жоғары көтереді. Қайтадан жұмады. Аты жоқ саусақ пен шынашақпен басбармақты соғады.
12.03.2025ж	**Көктем**	Доппен орындалатын жаттығуларды орындай алу дағдыларын қалыптастыру.допты екі қолымен басынан асыра лақтыруғаүйретуді жалғастыру, доптың ұшу жолын дұрыс бағыттау, доптың артынан қолдарын жазу білігін қалыптастыру. Бірнеше сызық арқылы ұзындыққа секіруге жаттықтыру; итерілген кездетабанды дұрыс қою, өкшеге түсе отырып бүкіл табанға ауысу білігін бекіту. Бірлесіп ойнайтын ойындарға деген қызығушылықтарын тәрбиелеу.	Тізбекке тұрады, тізбекте бір-бірден жүру, жүгіру – табандарын параллель қою, денесін тік ұстауға назарларын аудару. 1. Қарағай бүрлерімен жалпы дамыту жаттығуларын орындау. 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдары: Допты екі қолмен бастан асыра лақтыру – доптың ұшу жолын дұрыс бағыттау, допты бұйрық бойынша лақтыру (6–8 рет). Балалар себеттен доптарды алады. Залдың бір шетіндегі сызық бойына тұрады. Допты бастарынан асыра көтеріп лақтырады. Лақтырғаннан кейін педагогтің бұйрығы бойынша доптың артынан жүгіреді. Допты екінші рет лақтырады да, доптың артынан жүгіріп, доптарды алып, оларды себетке салады. Орындарына тұрады. Барлық іс-әрекеттерін педагогтің белгісі бойынша орындайды. Бірнеше сызық арқылы (арақашықтық – 15 см) бір орыннан ұзындыққа секіру. Таспалардан жылғалардың моделін жасау. Ойын жаттығуы: «Жылғадан секіріп өт!» (2-3 рет). Балалар сызыққа келіп, екі аяқпен серпіле секіреді. Өкшемен, сонан соң табандарымен түседі. Қимылды ойын: «Бақшадағы тауықтар» (№ 3 қосымша) Алаңның (бақшаның) шекарасын баулармен белгілеу (2-3 рет). Балалар «тауықтар» болады. Белгі бойынша бақшаға келіп, қыт-қыттап жүреді. Күзетші оларды «кіш-кіш», – деп қуалайды. Ойын жаттығуы: «Бөрене» Шалқадан жатып (аяқтары бірге, қолдарын жоғары түзу созып ұстап жату), алдымен бір жаққа, сонан соң екінші жаққа аунау.
14.03.2025ж		Доппен орындалатын жаттығуларды орындай алу дағдыларын қалыптастыру. Допты басынан асыра лақтыруға үйретуді жалғастыру, доптың ұшу жолын дұрыс бағыттау, доптың артынан қолын жазу білігін қалыптастыру. Бір орында тұрып бірнеше сызық	Тізбекке тұрады, тізбекте бір-бірден жүру, жүгіру – табандарын параллель қою, денесін тікұстауға назарларын аудару. Қарағай бүрлерімен жалпы дамыту жаттығуларын орындау. Ойын түріндегі негізгі қимылдары: Допты екі қолмен бастан асыра лақтыру – доптың ұшу жолын дұрыс бағыттау, допты бұйрық бойынша лақтыру (6–8 рет). Балалар себеттен доптарды алады. Залдың бір шетіндегі сызық бойына тұрады. Допты бастарынан асыра көтеріп лақтырады. Лақтырғаннан кейін педагогтің бұйрығы бойынша доптың артынан

		арқылы ұзындыққа секіруге жаттықтыру; итерілген кезде табанды дұрыс қою, өкшеге түсе отырып бүкіл табанға ауысу білігін бекіту.	жүгіреді. Допты екінші рет лақтырады да, доптың артынан жүгіріп, доптарды алып, оларды себетке салады. Орындарына тұрады. Барлық іс-әрекеттерін педагогтің белгісі бойынша орындайды. Бірнеше сызық арқылы (арақашықтық – 15 см) бір орыннан ұзындыққа секіру. Таспалардан жылғалардың моделін жасау. Ойын жаттығуы: «Жылғадан секіріп өт!» (2-3 рет) Балалар сызыққа келіп, екі аяқпен серпіле секіреді. Өкшемен, сонан соң табандарымен түседі. Қимылды ойын: «Бақшадағы тауықтар» (№ 3 қосымша) Алаңның (бақшаның) шекарасын баулармен белгілеу (2-3 рет). Балалар «тауықтар» болады. Белгі бойынша бақша келіп, қыт-қыттап жүреді. Күзетші оларды «кіш-кіш», – деп қуалайды. Ойын жаттығуы: «Бөрене» Шалқадан жатып (аяқтары бірге, қолдарын жоғары түзу созып ұстап жату), алдымен бір жаққа,сонан соң екінші жаққа аунау.
17.03.2025ж		Бағытты және ырғақты өзгерте отырып жүгіруге үйрету, кеңістікте бағдарлауды дамыту. Еденде иректеліп жатқан жіп үстімен жүгіруге жаттықтыру, шектелген беткейде тепе-теңдікті сақтау білігін бекіту. Табан күмбезін, тиістібұлшық еттеріне күш түсіру және босаңсыту білігін; қол мен аяқ қимылының үйлесімділігін қалыптастыруға ықпал ету. Бір-бірін ізгі ниеттілікке тәрбиелеу.	Ойын жаттығуы: «Ақырын-қатты» – аяқтың ұшымен жүру, табандарымен еденді тарсылдатып жүру. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау. Ойын түріндегі негізгі қимылдары: Бағытты және қарқынды өзгерте отырып жүгіру. Балалар залдың бір шетінде тұрып қимыл-қозғалыстарды орындайды. Алдымен «Тыныш!» деген белгімен аяқтырының ұштарымен жүреді, сонан соң аяқтарын қатты топылдатады. Бір- бірімен соқтығыспауға тырысады. Педагогтің нұсқауы бойынша бағыттарын өзгертеді. Қимылды 3 рет кезектестіреді. Еденде иректеліп жатқан жіп үстімен жүру «Жолмен жүреміз» – тепе-теңдікті сақтау – табанды бауға қояды, алға қарайды (2-3 рет). Қимыл-қозғалыс ойыны: «Менің көңілді добым» (2-3 рет) Добым, добым, домалақ, Қайда кеттің домалап? Қызыл, жасыл, көгілдір, Жете алмаймын, жеңілдім! Балаларға екі аяқпен секіруді, тақпақты зейінмен тыңдауды және соңғы сөзі айтылып болғаннан кейін ғана жүгіруді үйрету.

19.03.2025ж	**Наурыз келді**	Доғаға еш жерін тигізбей еңбектеп өтуге үйрету, қимыл үйлесімділігін дамыту. Доптарды 90 см қашықтықтан қақпа арқылы (ені – 50 см) домалатуға жаттықтыру, допты бірмезгілде екі қолының белсенді және екпінді қимылымен итерубілігін бекіту. Қимыл үйлесімділігін, қолының ұсақ моторикасын, «көз–қол» сенсомоторлық кеңістіктік үйлесімділігін дамыту.	Тізбекке тұру, тізбекте бір-бірден жүру, жүгіру, бағытты өзгерте отырып жүру – табанның параллель қойылуына, денесін тік ұстауына назар аударады. Шеңберде пластмасса сақиналармен ЖДЖ орындау. Нұсқау – қолдарын шынтақта жазу, барынша төмен еңкею. Ойын түріндегі негізгі қимылдары: Доғаның астынан (биіктігі – 50 см) еңбектеп өту. Ойын жаттығуы: «Сақиналарды қақпадан алып өт» Топтала білу және доғаға тиіп кетпеу білігіне назар аудару (2-3 рет). Қақпаға жақындап, сол жерде топтала доғаның астынан өтеді де, денелерін тіктеп, сақинаны макетке кигізіп, кері жүгіріп қайтады. Доғаға бастарын тигізбеуге және сақинаны жоғалтып алмауға тырысады. Допты 90 см қашықтықтан қақпа арқылы (ені – 50 см) домалату (2-3 рет) Нұсқау – допты бір мезгілде екі қол саусақтарының белсенді әрі екпінді қимылымен итеру. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Ұядағы құстар» – құстар сияқты әдемілеп ұшу (2-3 рет). (№3 қосымша).
26.03.2025ж		Қимыл-қозғалыс үйлесімділігін және кеңістіктебағдарлай алу дағдыларын қалыптастыру. Доғаға қолын тигізбей, одан еңбектеп өтуге үйрету,қимыл үйлесімділігін дамыту. Допты 90 см қашықтықтан қақпа арқылы (ені – 50 см) домалатуға жаттықтыру. Қимыл үйлесімділігін, қолының ұсақ моторикасын, «көз–қол» сенсомоторлық кеңістіктік үйлесімділігін дамыту.	Тізбекке тұру, тізбекте бір-бірден жүру, жүгіру, бағытты өзгерте отырып жүру – табанның параллель қойылуына, денесін тік ұстауына назар аударады. Шеңберде пластмасса сақиналармен ЖДЖ орындау Нұсқау – қолдарын шынтақта жазу, барынша төмен еңкею. Ойын түріндегі негізгі қимылдары: Доғаның астынан (биіктігі – 50 см) еңбектеп өту. Ойын жаттығуы: «Сақиналарды қақпадан алып өт» Топтала білу және доғаға тиіп кетпеу білігіне назар аудару (2-3 рет). Қақпаға жақындап, сол жерде топтала доғаның астынан өтеді де, денелерін тіктеп, сақинаны макетке кигізіп, кері жүгіріп қайтады. Доғаға бастарын тигізбеуге және сақинаны жоғалтып алмауға тырысады. Допты 90 см қашықтықтан қақпа арқылы (ені – 50 см) домалату (2-3 рет) Нұсқау – допты бір мезгілде екі қол саусақтарының белсенді әрі екпінді қимылымен итеру. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Ұядағы құстар» – құстар сияқты әдемілеп ұшу (2-3 рет) (№3 қосымша).

28.03.2025ж	**Кім қайда жұмыс істейді?**	Секіру мен лақтыру кезінде қимыл-қозғалысүйлесімді қозғау дағдыларын қалыптастыру.1 м қашықтықтан тігінен тұрған нысанаға лақтыруды үйрету, қимыл-қозғалыс үйлесімділігін, көзбенмөлшерлей алуларын дамыту. Алға қарай 3 метрге жылжиотырып, екі аяқпен секіруді жетілдіруді жалғастыру. Алға секірген кезде бір мезгілде екі аяғымен екпінді түрде итерілу білігін бекіту. Жаттығуларды орындау кезінде тыныс алуды тоқтатпау білігін қалыптастыру. Табиғат құбылыстарына қызығушылықтарын тәрбиелеу.	«Күн жарқырайды». Жүру, жүгіру – бүкіл спорталаңмен қозғалып. 1. Шеңберде тұрып, затсыз жалпы дамыту жаттығуларын орындау 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдары: Алға ұмтыла отырып, екі аяқпен секіру. Сылдырмақпен ойна. Сылдырмаққа секіріп жету, сылдырлату – екі аяқпен итерілу, өзіне қолын сермеу арқылы көмектесу. Дұрыс тыныс алуға баса назар аудару (2-3 рет). 1 метр қашықтықтан тік нысанаға дәлдеп лақтыру (2-3 рет әр қолға). Бастапқы қалыпты қабылдауға баса назар аудару, қолды екпінді түрде жазу және бүрді білекпен лақтыру. Балалар қарағай бүрлерін себеттен алады. Залдың бір шетіндегі сызықпен сызылған жерде бір қатар сапқа тұрады. 1 м қашықтықтан тігінен тұрған нысанаға лақтыру. Осыдан кейін сапқа тұрады. Екінші рет қарағай бүрлерін сол қолымен лақтырады. Лақтырып болғаннан кейін қарағай бүрлерін себетке салады. Орындарына тұрады. Барлық қимыл-қозғалыстарын педагогтің белгісінен кейін орындауға тырысады. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қоңырау» Жүгіремін, жүгіремін, Қоңырауым, сыңғырла!. Бәрің бері жүгіріңдер Қоңырауды табуға! Тура бағытта жүгіру (2-3 рет).
31.03.2025ж		Допты төмен жақтан екі қолмен лақтыруға үйретуді жалғастыру, доптың ұшу жолын дұрыс бағыттау, доптың артынан қолын жазу білігін қалыптастыру. «Көз–қол» сенсомоторлық кеңістіктік үйлесімділігін дамыту. Бір орыннанұзындыққа (10 см қашықтыққа) секіруге жаттықтыру; итерілгенкезде табанды дұрыс қою, өкшеге түсе отырып бүкіл табанға ауысу білігін бекіту.	«Шұғыланы қуып жет» ойын жаттығуы 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау Ойын гимнастикасы: «Аяқты топылдатамыз» Аяқпен тарсылдатамыз, Қолдармен шапалақтаймыз, Баспен изейміз. Қолдарды көтереміз, Қолдарды түсіреміз. Қолымызды ұсынамыз, Айналып жүреміз, Айналып жүреміз. Мәтін мазмұнына сай қимыл-қозғалыстар орындайды. Бір-бірінің қолдарын ұстап, шеңберді айнала жүреді. 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдары Допты екі қолмен төменнен тартылған арқаннан асыра лақтыру. Нұсқау – доптың ұшуын дұрыс бағыттау (4–6 рет). Балалар себеттен доптарды алады. 2 м қашықтықта керілген жіптен бір қатар сапта тұрады. Төменнен лақтыру тәсілі бойынша допты жіп арқылы лақтырады. Лақтырғаннан кейін педагогтің белгісі бойынша доптың артынан жүгіреді. Допты екінші рет лақтырады.

			Лақтырғаннан кейін доптың артынан жүгіріп барып алып, оны себетке апарып салады. Орындарына барып тұрады. Параллель сызықтар арқылы бір орыннан ұзындыққа (арақашықтық – 10 см) секіру «Жылғадан секіріп өт!» ойын жаттығуы – бір мезгілде екі аяқпен итерілу, өкшеге түсе отырып, табанға ауысу (2-3 рет) Қимыл-қозғалыс ойыны: «Күн мен жаңбыр» (музыка бойынша) (№3 қосымша) Ойын ережесін естеріне салу – музыка аяқталғанда қолшатырдың астына тығылу (2-3 рет). Жаңбыр себелеп жауып тұр. Ал күн қаптаған бұлт артынан көрінбейді. – Жаңбыр, жаңбыр, жаумашы, Күн шуағын шашсыншы. (Балалар хормен қайталайды). Терезеден сығалап, Балалар отыр тығылып. Тордан шыққан құстардай Балалар шықты, алақай! Секіреді, ойнайды, Қызыққа бір тоймайды.

2024- 2025 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Топ: «Тұлпар» кіші топ.
Балалардың жасы: 2 жас
Жоспардың құрылу кезеңі : Сәуір айы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекет міндеттері	Ұйымдастырылған ісәрекеттің негізгі қимылдар
02.04.2025ж	**Мен көшеде келемін**	Секіру және доппен орындалатын жаттығулардыорындау дағдыларын бекіту. Допты төмен жакөшедектан екі қолмен лақтыруға үйретуді жалғастыру, доптың ұшу жолын дұрыс бағыттау, доптың артынан қолын жазу білігін қалыптастыру.	«Шұғыланы қуып жет» ойын жаттығуы 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау Ойын гимнастикасы: «Аяқты топылдатамыз» Аяқпен тарсылдатамыз, Қолдармен шапалақтаймыз, Баспен изейміз. Қолдарды көтереміз, Қолдарды түсіреміз. Қолымызды ұсынамыз, Айналып жүреміз, Айналып жүреміз. Мәтін мазмұнына сай қимыл-қозғалыстар орындайды. Бір-бірінің қолдарын ұстап, шеңберді айнала жүреді. 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдары Допты екі қолмен төменнен тартылған арқаннан асыра лақтыру. Нұсқау – доптың ұшуын дұрыс бағыттау (4–6 рет). Балалар себеттен доптарды алады. 2 м қашықтықта керілген жіптен бір қатар сапта тұрады. Төменнен лақтыру тәсілі бойынша допты жіп арқылы лақтырады. Лақтырғаннан кейін педагогтің белгісі бойынша доптың артынан жүгіреді. Допты екінші рет лақтырады. Лақтырғаннан кейін доптың артынан жүгіріп барып алып, оны себетке апарып салады. Орындарына барып тұрады. Параллель сызықтар арқылы бір орыннан ұзындыққа (арақашықтық – 10 см) секіру «Жылғадан секіріп өт!» ойын жаттығуы – бір мезгілде екі аяқпен итерілу, өкшеге түсе отырып, табанға ауысу (2-3 рет) Қимыл-қозғалыс ойыны: «Күн мен жаңбыр» (музыка бойынша) (№3 қосымша) Ойын ережесін естеріне салу – музыка аяқталғанда қолшатырдың астына тығылу (2-3 рет). Жаңбыр себелеп жауып тұр. Ал күн қаптаған бұлт артынан көрінбейді. – Жаңбыр, жаңбыр, жаумашы, Күн шуағын шашсыншы. (Балалар хормен қайталайды).

04.04.2025ж		Доптың ұшу жолын дұрыс бағыттау, доптың артынан қолын жазу білігін қалыптастыруды жалғастыру. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеп жүруге жаттықтыруды, көтеріңкі заттың үстінде тепе-теңдікті сақтау білігін жетілдіруді жалғастыру, қимыл үйлесімділігін дамыту.	«Шұғыланы қуып жет» ойын жаттығуы 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау Ойын гимнастикасы: «Аяқты топылдатамыз» Аяқпен тарсылдатамыз, Қолдармен шапалақтаймыз, Баспен изейміз. Қолдарды көтереміз, Қолдарды түсіреміз. Қолымызды ұсынамыз, Айналып жүреміз, Айналып жүреміз. Мәтін мазмұнына сай қимыл-қозғалыстар орындайды. Бір-бірінің қолдарын ұстап, шеңберді айнала жүреді. 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдары Допты екі қолмен төменнен тартылған арқаннан асыра лақтыру. Нұсқау – доптың ұшуын дұрыс бағыттау (4–6 рет). Балалар себеттен доптарды алады. 2 м қашықтықта керілген жіптен бір қатар сапта тұрады. Төменнен лақтыру тәсілі бойынша допты жіп арқылы лақтырады. Лақтырғаннан кейін педагогтің белгісі бойынша доптың артынан жүгіреді. Допты екінші рет лақтырады. Лақтырғаннан кейін доптың артынан жүгіріп барып алып, оны себетке апарып салады. Орындарына барып тұрады. Параллель сызықтар арқылы бір орыннан ұзындыққа (арақашықтық – 10 см) секіру «Жылғадан секіріп өт!» ойын жаттығуы – бір мезгілде екі аяқпен итерілу, өкшеге түсе отырып, табанға ауысу (2-3 рет) Қимыл-қозғалыс ойыны: «Күн мен жаңбыр» (музыка бойынша) (№3 қосымша) Ойын ережесін естеріне салу – музыка аяқталғанда қолшатырдың астына тығылу (2-3 рет). Жаңбыр себелеп жауып тұр. Ал күн қаптаған бұлт артынан көрінбейді. – Жаңбыр, жаңбыр, жаумашы, Күн шуағын шашсыншы. (Балалар хормен қайталайды).
07.04.2025ж		Керілген жіптің астынан еңбектеп өту және тепе-теңдікті сақтай білу дағдыларын қалыптастыру. Гимнастикалық орындықпен жүруді үйрету, тепе-теңдікті сақтау, денесін тік ұстау білігін дамыту. 40 см	«Чиккиді паровоз вагондарымен қыдыртамыз» ойын жаттығуы Паровозым: «Ду-ду-ду!»Жүрген жері у да шу. Вагондары тарсылдап, Былай дейді: «Дық-дық-дық! Тізбекте қарқын мен бағытты өзгертіп жүру. Нұсқау – «вагондар» бір-бірінен үзіліп қалмаулары тиіс. Текшелермен жалпы дамыту жаттығуларын орындау Педагог тепе-теңдікті сақтап, денелерін түзу ұстап және шынтақтан бүгілген қолдарын жазабілулеріне назар аударады.

		биіктікке керілген жіптің астынан еңбектеп өтуге жаттықтыру,топтасу білігін дамыту. Жалпы төзімділікті, зейінді дамыту.	Ойын түріндегі негізгі қимылдары «Чикки балаларға кокосты дәлдеп лақтыруға үйретеді» (2-3 рет әр қолмен). 1 метр қашықтықтан тік нысанаға дәлдеп лақтыру. Бастапқы қалыпты қабылдауға, қолды екпінді түрде жазу және текшені білек буыныменлақтыруға назар аударыңыздар (2-3 рет). Балалар залдың бір шетіндегі сызықпен сызылған жерде бір қатар сапқа тұрады. Текшені тігінен тұрған бағанға лақтыру. Лақтырғаннан кейін сапқа тұрады. Текшені екінші рет сол қолдарымен лақтырады. Осыдан кейін текшені себетке салады. Орындарына тұрады. Барлық қимыл-қозғалыстарды педагогтің белгісінен кейін орындайды. Гимнастикалық орындықта төрттағандап еңбектеу – қол мен аяқ үйлесімділігі (2-3 рет). Қимыл-қозғалыс ойыны: «Затты көтер» Чикки әкелген ойыншықтарға назарларын аудару (2-3 рет). Алаңда заттардың арасымен жүреді. Оларды аяқтарымен түртіп кетпеуге тырысады. Педагогтің *«1–2-3 – ойыншықтарды көтер!» деген белгісі бойынша ойыншықтарды жоғары көтереді. Өздеріне жақын тұрған ойыншықтарды көтеруге тырысады.* «Маймылды күлдіреміз» ым-ишыра гимнастикасы Балалар маймыл-кейіпкермен бірге қабақтарын түйеді, таңғалады, күлімсірейді, күледі.
0.04.2025ж	**Ғарышш әлемі**	Керілген жіптің астынан еңбектеп өту және тепе-теңдікті сақтай білу дағдыларын қалыптастыру. Гимнастикалық орындықпен жүруді үйрету, тепе-теңдікті сақтау, денесін тік ұстау білігін дамыту. 40 см биіктікке керілген жіптің астынан еңбектеп өтуге жаттықтыру,топтасу білігін дамыту. Жалпы	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Орамалды көтер» Зал ішінде жатқан орамалдардың арасымен жүреді. Оларды аяқтарымен тиісіп кетпеугетырысады. Педагогтің «Орамалды көтер!» деген белгісі бойынша ормалдарды жоғары көтереді. Жалпы дамыту жаттығуларын орындауОйын жаттығуы: Айхай! Бір орында адымда!Ойхой! Бәрің бірге қол бұлға!Ehe-he! Еңкейіңдер бүгіліп,Суреттерге үңіліп. Oho-ho! Иіліңдер төменге, Жақындай түс еденге.О-о-о! Жалқау болма, ерінбе!Әрекет ет, керіл де. Айналарсың тек байқап,Ептілікті бір байқат. Ойын шықса көңілден,Демала ғой қазірден!

		төзімділікті, зейінді дамыту.	Қимыл-қозғалыстарды мәтін мазмұнына сәйкес орындайды. Ойын түріндегі негізгі қимылдары Гимнастикалық орындықпен жүру (2-3 рет) Балалар орамалмен «көпір» (гимнастикалық орындық) үстімен жүреді, қолдарын екі жаққасозады. Алдыға қарап, өздері, ешкімнің көмегінсіз орындауға тырысады. 40 см биіктікке тартылған жіптің астынан еңбектеп өту. Қимылды орындау ретін түсіндіру(бала көрсетеді) (2-3 рет). Керіліп тартылған жіпке жақындап, оның астынан өтіп, қолдарындағы орамалды бұлғайды.Бастарын жіпке тигізбеуге тырысады. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Біз көңілдіміз» – музыка бойынша жеңіл қимылдарды көрсету(2-3 рет) Қолдарындағы орамалдарымен жүгіреді, орамалдарын бұлғайды, айналады. Бүкіл зал ішіндежүгіріп, бір-біріне соқтығыспауға тырысады. «Жасырынбақ» ойын жаттығуы Орамалды бастарына қойып, «Балалар жоқ!» деген сөзден кейін отырады. Педагогтің «Балалар қайда?» деген сөзінен кейін жылдам орындарынан тұрып, «Міне, біз!» –дейді. Орамалдарын бүктеп, орнына қояды
11.04.2025ж		Спорттық жаттығулар арқылы ағзаның функционалдық мүмкіндіктерін көтеру, велосипед тебуді үйрету: ересектердің көмегімен оған отыру, одан түсу. Бір орында тұрып 50 см қашықтыққа –ұзындыққа секіруді бекіту: серпілгенде табанды дұрыс қою, өкшемен түсіп, толық табанмен жерді басу. Бірлесіп ойнай білуге, ақпейіл болуға тәрбиелеу.	Алаң бойынша аюдың қимылын салып жүреді, шеңберге тұрады. 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау. «Қонжықтар» ойын жаттығуын орындау. Балалар мәтін мазмұнына сай қимыл-қозғалыстар орындайды. Шынтақтан бүгілген қолдарын дұрыс жазып үйренеді. Орманда аю тұрады... Орманда аю тұрады, Басын былай бұрады (басын айналдырады). Дәл былай, дәл былай Аю басын бұрады. Қонжық іздеп балды, Шайқалтты бар талды. Дәл былай, дәл былай Шайқалтты бар талды (қолдарын жоғары көтеріп, оңға, солға еңкейеді). Жүріп іші пысты, Өзеннен су ішті. Дәл былай, дәл былай (аю сияқты жүреді, еңкейеді) Өзеннен су ішті. Сосын билеп кетеді (денесін оңға, солға бұрады), Аяқтарын көтеріп, Дәл былай, дәл былай аяқтарын көтеріп (қолдарын шапалақтап, секіреді). 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдары: Бір орыннан ұзындыққа секіру. «Таяқтар арқылы секір» ойын жаттығуы (3–4 рет).

			Таяқтардың бір-бірінен арақашықтығы – 50 см. Нұсқау – екі аяқпен бір уақытта секіру, алдымен өкшемен, сонан соң толық табанымен жерге түсу. Топқа бөлініп орындау. «Тиіп кетпе!» қимыл-қозғалыс ойыны (2-3 рет). Жіппен (3 м) алаң (биіктігі – 40 см) шекарасын белгілеу. Ойынды топқа бөлініп ойнайды. Сызылған сызық бойына сапқа тұрады. Жіптің астынан өтіп, залдың екінші жағына барады, одан қайтып келіп, жіптің астынан өтіп, бойларын түзу ұстап, қолдарын шапалақтайды, орындарына барып тұрады. Бастарын жіпке тигізбеуге және бір-біріне соқтығыспауға тырысады. Спорттық жаттығулар – велосипед тебу. Жеке-жеке орындалады. Үш аяқты велосипедке отыратындығын және одан ересектердің көмегімен және көмегінсіз шығып-түсу керектігін айтады.
14.04.2025ж		Нысанаға дәлдеп лақтыру және қимыл-қозғалыстарын үйлестіре білу дағдыларын қалыптастыру 1 метр қашықтықтан көлденең нысанаға бүрін лақтыруды үйрету, педагогтің нұсқауын орындау білігін дамыту, көзмөлшерін дамыту. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеп жүруге жаттықтыруды жалғастыру, көтеріңкі заттың үстінде тепе-теңдікті сақтау білігін жетілдіру, қимыл үйлесімділігін дамыту.Ептілікті, қимыл үйлесімділігін дамыту. Жаттығуларды жасаған кезде	«Музыкалық жұмбақтар». Орман аңдарының қимылдарын көрсетуді ұсынады – түлкі,қасқыр, қоян. Қимыл мен музыканың сәйкестігіне баса назар аударады. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау Суық тию ауруларының алдын алатын биологиялық белсенді зоналарға массаж жасау.Қоян Ұзын құлақ сұр қоян Қарағайға келіп соғылды!Маңдайы томпайды, Сұр қоян бұртиды. Тек тұрмай орманға жүгір,Дәрімен маңдайын емде. Ойын түріндегі негізгі қимылдары: Гимнастикалық орындықта төрттағандап еңбектеу. Қол мен аяқ қимылының үйлесімділігіне баса назар аудару (2-3 рет).Балалар залдың бір шетінде сапқа тұрады. Орындыққа жақын келіп, оның үстінде еңбектеп жүреді. Тепе-теңдікті сақтап, бір-біріне кедергіжасамауға тырысады. Педагог қорытынды жасайды. Балаларды мадақтайды. Бүрлерді 1 метр қашықтықтан көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру. Бастапқы қалыпты қабылдауға, белгі бойынша лақтыруға баса назар аудару (2-3 рет). Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қоңырау» – тура бағытта жүгіру (2-3 рет). Жүгіремін, жүгіремін Қоңырауым, сыңғырла! Бәрің бері жүгіріңдер Қоңырауды табуға! «Қояндар» саусақ гимнастикасы: Биік қарағай астындаҚыли қоян секірді.

			Келесі қарағай астындаЕкінші қоян секірді. Сұқ саусақ пен ортаңғы саусақты жоғары көтеру; қалғандары бүгіліп тұрады; қалғансаусақтарды ашады; қоянды келесі қолмен жасау.
16.04.2025ж	**Аспан мен күн**	Нысанаға дәлдеп лақтыру және қимыл-қозғалыстарын үйлестіре білу дағдыларын бекіту. 1 метр қашықтықтан көлденең нысанаға бүрінлақтыруды үйрету, педагогтің нұсқауын орындау білігін дамыту, көзмөлшерін дамыту.	Педагогтің артынан жүру және жүгіру Жалпы дамыту жаттығуларын орындау. Ойын түріндегі негізгі қимылдарын орындау: Допты тұрған күйі бір-біріне домалату (арақашықтық – 100 см). Жұп құруға, допты қолға тура бағыттауға баса назар аудару (2-3 рет).Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қонаққа барамыз» (2-3 рет) Жұп құруға көмектесу. Балалардың бір тобы залдың бір шетінде сапқа тұрады. Олар залдың екінші шетіндегі топқа қарай жүреді. Денелерін түзу ұстап, тепе-теңдікті сақтап жүруге тырысады. Жақындап келіп, олармен қалаулары бойынша жұп болып тұрады. Осыдан кейін келесі топ бірінші топқа барып, жұп құрайды. Спорттық жаттығу – Велосипед тебу Үш аяқты велосипедке отыратындығын және одан ересектердің көмегімен және көмегінсізшығып-түсу керектігін айтады. Велосипедті түзу бағытта тебеді.
18.04.2025ж		Велосипед тебуге жаттықтыру. Допты екі қолмен домалату білігін бекітуді жалғастыру, тұрған күйі бір мезгілде екі қолмен итеру білігін, қолының ұсақ моторикасын дамыту. Өкпесінің сыйымдылығын арттыруға ықпал ету.Ептілігін, қимыл үйлесімділігін дамыту.	Ойын жаттығуы: «Орманда аю тұрады» (№ 3 қосымша) Орманда аю тұрады, Басын былай бұрады (басын айналдырады). Дәл былай, дәл былай Аю басын бұрады. Қонжық іздеп балды, Шайқалтты бар талды. Дәл былай, дәл былай Шайқалтты бар талды (қолдарын жоғары көтеріп, оңға, солға еңкейеді). Жүріп іші пысты, Өзеннен су ішті. Дәл былай, дәл былай (аю сияқты жүреді, еңкейеді) Өзеннен су ішті. Сосын билеп кетеді (денесін оңға, солға бұрады), Аяқтарын көтеріп, Дәл былай, дәл былай Аяқтарын көтеріп (қолдарын шапалақтап, секіреді). 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдарын орындау: 20 см көтерілген гимнастикалық орындық үстімен еңбектеп жүру – қол мен аяқ қимылының үйлесімділігі (2-3 рет). Балалар орындық үстімен еңбектейді. Орындықтан түсіп, оны айналып өтіп, тізбектің соңына барып тұрады.

			Допты гимнастикалық орындық үстімен домалату. Саусақтардың белсенді қимылына назар аудару (2-3 рет). Балалар себеттен доптарды алады. Көлбеу қойылған орындық үстіне допты қойып, оны домалатады. Допты екі қолымен екпінді түрде итереді. Доптарды педагогтің нұсқауы бойынша себетке салады. Қимылды ойын: «Қоңырау» Қоңыраумен түрлі бағытта жүгіру (2-3 рет). Қонжықтың анасы өзінің қонжығын табады. Аналарының, педагогтің қасынан алысқа кетуге болмайтынына баса назар аударады.
21.04.2025ж		Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдікті сақтап, жаттығуларды орындау дағдыларын қалыптастыру.	Ойын жаттығуы: «Аяқты жоғары көтеріп, түлкімен бірге қадымдаймыз» қарқынды өзгерте отырып, бір-бірден лекпен жүру. Бағыт пен қарқынды өзгерте отырып жүгіру. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау доппен. Ойын түріндегі негізгі қимылдарын орындау: Жерге төселген тақтай үстімен жүріп өту. «Жолмен жүреміз» – тепе-теңдікті сақтау, алға қарау (2-3 рет). Балалар залдың бір шетінде сапқа тұрады. Педагог залдың екінші шетіне жолмен баруғаұсыныс тастайды. Спорттық жаттығу – велосипед тебу Түлкіні велосипедке отырғызады.
23.04.2025ж	**Айналамыз толы гүл**	Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдікті сақтап, жаттығуларды орындау дағдыларын бекіту жетілдіру, қимыл үйлесімділігін дамыту. Допты гимнастикалық орындық үстімен домалатуға жаттықтыру, допты саусақтарының екпінді қимылымен итеру білігін дамыту.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қонаққа барамыз» Балалар залдың бір шетінен оған қарама-қарсы жағына барып, ойыншықтарды көтеріп алып,оларды қайтадан орындарына қояды. Тепе-теңдіктерін сақтап жүреді. Түрлі түсті доптармен ойнауды ұсынады. Добым менің, добым менің,Өзің неткен көңілді едің. Зымырайсың, қутыңдайсың,Бірақ менен құтылмайсың! Шеңберде доппен ЖДЖ орындау. Допты екі жағынан саусақтарын ашып ұстауға назарларын аудару. Ойын түріндегі негізгі қимылдарын орындау: Доптарды қақпа арқылы (ені – 50 см) 100 см қашықтықтан домалату. Допты қақпаның ортасы арқылы домалатуға, домалатқаннан кейін қақпалардың астынан еңбектеп өтуге назар аудару (2-3 рет). Алшақтата қойылған заттар арасымен еңбектеу (залда бір-бірінен 1,5 метр арақашықтықта модельдер қойылған).

			«Қонжықтар» ойын жаттығуы. Нұсқау – еңбектеген кезде заттарға тиіп кетпеу (2-3 рет). Қимыл-қозғалыс ойыны: «Сабалақ ит» (№ 3 қосымша) Нұсқау – иттен бұлтара және жылдам қашу, басқа балалармен соқтығыспау (2-3 рет) Ақырын залмен жүріп өтуді және ойыншықтармен қоштасуды ұсынады. Олармен ұқыпты ойнау керек екенін, ойнап болғаннан кейін сындырмай, лақтырмай, орнына қою керек екенін естеріне салады.
25.04.2025ж		Нысанаға лақтыру дағдыларын қалыптастыру. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеп жүруге жаттықтыру, көтеріңкі заттың үстімен жүрген кезде тепе-теңдікті сақтау білігін жетілдіру, қимыл үйлесімділігін дамыту.	«Күн жарқырап тұр». Жүру, жүгіру; «шашырап» жүру – бүкіл алаңмен қозғалады. 1. Қарағай бүрлерімен жалпы дамыту жаттығуларын орындау (№2 кешен). 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар Алға ұмтыла отырып, екі аяқпен секіру. «Сылдармақты сыңғырлат» Сылдырмаққа дейін секіріп бару, сыңғырлату. Екі аяқпен итерілу, өзіне қолын сермеу арқылы көмектесу. Дұрыс тыныс алуға баса көңіл аудару (2-3 рет). 1 метр қашықтықтан тік нысанаға дәлдеп лақтыру (2-3 рет әр қолмен). Бастапқы қалыпты қабылдауға баса назар аудару, қолды екпінді түрде жазу және бүрді білекпен лақтыру. Себеттен қарағай бүрлерін алады. Залдың бір шетіндегі сызықпен сызылған жерде бір қатар сапқа тұрады. Қарағай бүрлерін тік бағанға қарай лақтырады. Лақтырғаннан кейін сапқа тұрады. Енді қарағай бүрлерін сол қолмен лақтырады. Болған соң бүрлерді себетке салады. Орындарына тұрады. Барлық әрекеттерін педагогтің белгісінен кейін орындайды. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Күн мен жаңбыр» (2-3 рет) Ойын ережесін естеріне салу – педагогтің бұйрығы бойынша бөренеге тез отыра қалады. Балалар бөрене үстінде отырады. Педагогтің «Күн!» деген белгісі бойынша алаңда жүгіреді. «Жаңбыр!» дегенде орындарына қашады.
28.04.2025ж		Жаттығуларды орындау барысында дене мүсінін түзу ұстай білу және тепе-теңдікті сақтай алу дағдыларын қалыптастыру	Бір-бірден тізбекте жүру. Шеңбермен 30 секунд жүгіру. Аяқтың ұшымен жүру. 1. Ойын түріндегі жалпы дамыту жаттығуларын орындау «Үлкен болып өс» (4 рет)

			Терең тыныс алуға және тыныс алу ырғағының тұрақтылығына арналған жаттығу. Балалар аяқтарын бірге ұстап, қолдарын жоғары көтеріп, түзу тұрады. Аяқтарының ұшымен көтеріледі – дем алады, қолдарын түсіреді, табандарын жерге толық түсіреді – дем шығарады. Дем шығарып тұрып: «У-h-h-h-h», – дейді. 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдар: Еденде жатқан заттардан аттап өту. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Тиіп кетпе!» – денесін тік ұстау (2-3 рет). Педагог балаларға залдың екінші жағына шығып, текшелерден аттап өтулеріне нұсқау береді. Затты аттау кезінде денелерін түзу ұстайды, бүккен аяқтарын жоғары көтереді. Алға ұмтыла отырып, екі аяқпен секіру – екі аяқпен итерілу, жұмсақ түсу (2-3 рет). Балалар залдың бір шетіне бір қатарға сап түзеп тұрады. Олар 3,5 м арақашықтықта екі аяқпен секіреді. Сызылған сызық бойына бір қатар сапқа тұрады. Топ-топ болып секіреді. Тізелерін бүгіп, ырғақпен секіруге тырысады. «Қақпаға түсір» қимыл-қозғалыс ойыны Допты бір мезгілде екі қолының саусақтарымен итеру (2-3 рет). Қақпаға қарама-қарсы тұрып, допты домалатады. Допты екі қолымен екпінді түрде итеріп, сонан соң доптың артынан жүгіріп барып алып келу, допты қайтадан домалату қажет. Қимыл-қозғалыс ойыны: «Пойыз» (№3 қосымша).
30.04.2025ж	**Достық мерекесі**	Жаттығуларды орындау барысында дене келбетін түзу ұстай білу және тепе-теңдікті сақтай алу дағдыларын бекіту.Велосипед тебуді үйретуді жалғастыру.	Қимыл-қозғалыс ойыны: «Қонаққа барамыз» Балалар залдың бір шетінен оған қарама-қарсы жағына барып, ойыншықтарды көтеріп алып,оларды қайтадан орындарына қояды. Тепе-теңдіктерін сақтап жүреді. Түрлі түсті доптармен ойнауды ұсынады. Добым менің, добым менің,Өзің неткен көңілді едің. Зымырайсың, қутыңдайсың,Бірақ менен құтылмайсың! Шеңберде доппен ЖДЖ орындау. Допты екі жағынан саусақтарын ашып ұстауға назарларын аудару. Ойын түріндегі негізгі қимылдарын орындау: Доптарды қақпа арқылы (ені – 50 см) 100 см қашықтықтан домалату. Допты қақпаның ортасы арқылы домалатуға, домалатқаннан кейін қақпалардың астынан еңбектеп өтуге назар аудару (2-3 рет).

			Алшақтата қойылған заттар арасымен еңбектеу (залда бір-бірінен 1,5 метр арақашықтықта модельдер қойылған). «Қонжықтар» ойын жаттығуы. Нұсқау – еңбектеген кезде заттарға тиіп кетпеу (2-3 рет). Қимыл-қозғалыс ойыны: «Сабалақ ит» (№ 3 қосымша) Нұсқау – иттен бұлтара және жылдам қашу, басқа балалармен соқтығыспау (2-3 рет). Ақырын залмен жүріп өтуді және ойыншықтармен қоштасуды ұсынады. Олармен ұқыпты ойнау керек екенін, ойнап болғаннан кейін сындырмай, лақтырмай, орнына қою керек екенін естеріне салады.

2024- 2025 оқу жылына арналған дене шынықтыру
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Топ: «Тұлпар» кіші топ.
Балалардың жасы: 2 жас
Жоспардың құрылу кезеңі : Мамыр айы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекет міндеттері	Ұйымдастырылған ісәрекеттің негізгі қимылдар
02.05.2025ж	**Достық мерекесі**	Доптарды 1 метр қашықтықтан тік нысанаға дәлдеплақтыруға үйретуді жалғастыру. Бір орыннан ұзындыққа секіруді жетілдіруді жалғастыру, аяғымен барынша қатты итерілу білігін бекіту.	Жалпы дамыту жаттығуларын орындау. Тыныс алу гимнастикасының элементтері бар «Гүлдерді иіскейміз» ойын жаттығуы. Назарларын терең тыныс алуға, тез әрі бірқалыпты тыныс шығаруға аударады. Ойын түріндегі негізгі қимылдарын орындау: 1 метр қашықтықтан тік нысанаға дәлдеп лақтыру. Бастапқы қалыпты қабылдауға, қолды екпінді түрде жазуға және допты қолдың білегімен лақтыруға назар аудару (2-3 рет). Балалар залдың бір шетіндегі сызықпен сызылған жерде бір қатар сапқа тұрады. Доптарды тігінен қойылған нысанаға лақтырады. Лақтырғаннан кейін сапқа тұрады. Доптарды сол қолдарымен лақтырады. Осыдан кейін доптарды себетке салады. Орындарына барып тұрады. Барлық қимыл-қозғалыстарды педагогтің белгісінен кейін орындайды. Параллель сызықтар арқылы бір орыннан ұзындыққа секіру (арақашықтық – 20 см) «Жылғадан аттап өт!» ойын жаттығуы – бір мезгілде екі аяқпен итерілу, өкшесімен түсіп барып, бүкіл табанына ауысу (2-3 рет). Қимылды ойын: «Тиіп кетпе!» (Бүкіл алаңда бөренелер) – бөренеден аттап өту үшін тізелерінбиікке көтеруге, қимыл кезінде бір-біріне кедергі келтірмеуге тырысады (2-3 рет) «Тамаша күн» саусақ гимнастикасы Тамаша күн, алақай! Жалқау болма, балақай.Қолды сілкіп алайық, Ширап, сергіп қалайық. Балалар қимыл-қозғалыстарды санамақтың мазмұнына сәйкес орындайды: қолдарын екі жаққасозады, саусақтарын жылдам қозғалтады.
05.05.2025ж	**Кім әскерде қызмет етеді**	«Көз–қол» сенсомоторлық кеңістіктік үйлесімділігін дамытуды жалғастыру.	«Автомобильмен жол жүру» ойын жаттығуы, тыныс шығару кезінде «Бип-бип-бип» дыбыстарын айту. 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау Ойын гимнастикасы:

		Гимнастикалық орындық үстімен жүруге жаттықтыруды жалғастыру, тепе-теңдікті сақтау, денесін тік ұстау білігін дамыту.	Отырамыз-тұрамыз, Отырамыз-тұрамыз. Тарсылдатып аяқты, Өкшемізді ұрамыз. Шапалақты соғамыз Қолымызбен билейміз. Шыр көбелек айналып, Ауламызға қонамыз. 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдарын орындау: «Көпірден өт» ойын жаттығуы Біз көпірден өтеміз, бүрін алып келеміз. Гимнастикалық орындықтың үстімен жүру. Қажеттілігіне қарай сақтандырады (2-3 рет). Қарағайдың бүрін125 см-ден көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру. Назарды бастапқы қалыпты қабылдауға, белгі бойынша лақтыруға аударады (2-3 рет). Қимыл-қозғалыс ойыны: «Біз көңілдіміз» – музыка бойынша күрделі емес қимылдарды көрсету (2-3 рет).
12.05.2025ж		«Көз-қол» сенсомоторлық кеңістіктік үйлесімділігін дамытуды жалғастыру. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге жаттықтыруды жалғастыру, тепе-теңдікті сақтау, денесін тік ұстау білігін дамыту.	«Автомобильмен жол жүру» ойын жаттығуы, тыныс шығару кезінде «Бип-бип-бип» дыбыстарын айту. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау Ойын гимнастикасы: Отырамыз-тұрамыз, Отырамыз-тұрамыз. Тарсылдатып аяқты, Өкшемізді ұрамыз. Шапалақты соғамыз, Қолымызбен билейміз. Шыр көбелек айналып, Ауламызға қонамыз. Ойын түріндегі негізгі қимылдарын орындау: «Көпірден өт» ойын жаттығуы Біз көпірден өтеміз, Бүрін алып келеміз. Гимнастикалық орындықтың үстімен жүру. Қажеттілігіне қарай сақтандырады (2-3 рет). Қарағайдың бүрін125 см-ден көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру. Назарды бастапқы қалыпты қабылдауға, белгі бойынша лақтыруға аударады (2-3 рет). Қимыл-қозғалыс ойыны: «Біз көңілдіміз» – музыка бойынша күрделі емес қимылдарды
14.05.2025ж		Ойын технологиялары арқылы тепе-теңдік сақтай алудағдыларын қалыптастыру. «көз – қол» сенсомоторлық кеңістіктік үйлесімділігін, саусақ моторикасын дамытуды жалғастыру.	«Адымдаймыз жолменен» ойын жаттығуы Топ-топ-топ, Теуіп қалдым доп! Шап-шап-шап, Шапалақта алақан! Жұдырықты түйіп, қолымызды созып, Ашамыз, жұмамыз. Сол қолды жоғары! Оң қолды жоғары! Айқастырып қолды, Төмен түсір, болды. Түк-түк, түк-түк-түк! (Жұдырықтарын бір-біріне ұру).

			1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау. 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдарын орындау: 1 метр қашықтықтан тік нысанаға дәлдеп лақтыру. Бастапқы қалыпты қабылдауға, қолды екпінді түрде жазуға және допты білекпен лақтыруға назар аудару (2-3 рет). Қоянмен «Ұстап ал!» ойнаймыз (2-3 рет) Тоқтап және тапсырманы орындай отырып жүгіру: текшеге немесе гимнастикалық орындыққа тұру (шапалақтау). Қолындағы ойыншықпен қуалаушы рөлін ойнайды: «1–2-3 – қоян, балаларды ұстап ал!» «Қоянға арналған бәліштер» ойын жаттығуы Қамыр илеп, Пешке қойдым. Тоқаш пісті, Пештен түсті. Балалар қамыр илеп, тоқаш жасау қимылын салады. Тоқашты бір қолынан екінші қолына ауыстырады. «Ыстық тоқаш» қолдарын күйдірді. «Ыстық тоқашты» үрлеп, «А-а-аһ!» – дейді. Сөздердің айтылуына, «тыныс алу-тыныс шығару» фазасының реттелуіне назар аудару. «Шап-шап шапалақ, топ-топ» ойын жаттығуы (№ 3 қосымша) Аяқпенен – топ, топ! Қолымызбен – шап-шап шапалақ! Көздеріміз – жып-жып! Санамақтың мазмұнына сәйкес қолдарын шапалақтайды, аяқтарын топылдатады.
16.05.2025ж	**Табиғат кереметтері**	Доппен орындалатын жаттығулар және жоғарыға секіру арқылыептіліктерін дамыту отырған күйі доптың қозғалысының бағытын сақтай отырып, допты бір-біріне домалатуға үйретуді жалғастыру, допты бір мезгілде екіқолының саусақтарының белсенді әрі екпінді қимылымен итеру білігін бекіту.	«Кім тыныш?» ойын жаттығуы Көрсету – қолды белге қойып, әдемі жүру. Нұсқау – залда жүру, бір-біріне кедергі келтірмеу. 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау Ойын гимнастикасын орындау. «Аяғымызды топылдатамыз» Отырамыз-тұрамыз, Отырамыз-тұрамыз. Тарсылдатып аяқты, Өкшемізді ұрамыз. Шапалақты соғамыз Қолымызбен билейміз. Шыр көбелек айналып, Ауламызға қонамыз. 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау: Отырған күйі допты бір-біріне домалату (арақашықтық – 100 см). Баламен жұптаса отырып, оған допты домалатуды, допты күшті әрі сенімді итеру арқылы алға бағыттауды түсіндіру және көрсету (2-3 рет). Қонжыққа шармен ойнауды үйрету ұсынылады. Затқа (шарға) қолын тигізе отырып, жоғары қарай секіру.

			Қолын шарға тигізу үшін жерден екпінмен және дер кезінде итерілуіне назар аудару (2-3 рет) Қимыл-қозғалыс ойыны: «Шарды қуып жет» Жел ұшырып бара жатқан шарды қуып жету (2-3 рет). Балалар шарды ұшырып, оның артынан жүгіреді. Бүкіл зал ішімен жүгіріп және бір-біріне соқтығыспауға тырысады. «Жасырынбақ» саусақ гимнастикасы Саусақтар тығылмақ ойнады: бастарын тықты, міне, былай, міне, былай – бастарын тықты. Екі қолдың саусақтарын кезек-кезек бүгеді.
19.05.2025ж		Доппен орындалатын жаттығулар және жоғарыға секіру арқылыептіліктерін дамыту отырған күйі доптың қозғалысының бағытын сақтай отырып, допты бір-біріне домалатуға үйретуді жалғастыру, допты бір мезгілде екіқолының саусақтарының белсенді әрі екпінді қимылымен итеру білігін бекіту.	«Кім тыныш?» ойын жаттығуы Көрсету – қолды белге қойып, әдемі жүру. Нұсқау – залда жүру, бір-біріне кедергі келтірмеу. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау. Ойын гимнастикасын орындау: «Аяғымызды топылдатамыз» Отырамыз-тұрамыз, Отырамыз-тұрамыз. Тарсылдатып аяқты, Өкшемізді ұрамыз. Шапалақты соғамыз Қолымызбен билейміз. Шыр көбелек айналып, Ауламызға қонамыз. Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау: Отырған күйі допты бір-біріне домалату (арақашықтық – 100 см). Баламен жұптаса отырып, оған допты домалатуды, допты күшті әрі сенімді итеру арқылы алға бағыттауды түсіндіру және көрсету (2-3 рет). Қонжыққа шармен ойнауды үйрету ұсынылады. Затқа (шарға) қолын тигізе отырып, жоғары қарай секіру. Қолын шарға тигізу үшін жерден екпінмен және дер кезінде итерілуіне назар аудару (2-3 рет) Қимыл-қозғалыс ойыны: «Шарды қуып жет» Жел ұшырып бара жатқан шарды қуып жету (2-3 рет). Балалар шарды ұшырып, оның артынан жүгіреді. Бүкіл зал ішімен жүгіріп және бір-біріне соқтығыспауға тырысады. «Жасырынбақ» саусақ гимнастикасы *«Саусақтар тығылмақ ойнады: бастарын тықты, міне, былай, міне, былай – бастарын тықты».* Екі қолдың саусақтарын кезек-кезек бүгеді.
21.05.2025ж		Бұлшық ет корсетін нығайту және қимыл-	Зал ішінде қолды жоғары көтеріп және екі жаққа созып жүру. Баяу және жылдам қарқынмен жүгіру. Жүру.

		қозғалыстыүйлестіре білу дағдыларын дамыту гимнастикалық орындықпен жүруді үйрету, тепе-теңдікті сақтау, денесін тік ұстау білігін дамыту. 40 см биіктікте керілген жіптіңастынан еңбектеп өтуге жаттықтыру, топтасу білігін, ептілігін дамыту.	Жалпы дамыту жаттығуларын орындау Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау: Гимнастикалық орындықтың үстімен жүру (2-3 рет). 40 см биіктікте тартылған жіптің астынан еңбектеп өту. Қимылдарды орындаудың ретін түсіндіру (бала көрсетеді) (2-3 рет). Балалар жіпке жақындап келіп, оның астынан өтеді. Доғаға бастарын тигізбеуге тырысады. Спорттық жаттығу – велосипед тебу. Тура бағытта жеке-жеке велосипедті тебеді. Тактильді сезімталдығын дамытуға арналған «Шар» жаттығуы Шарды жылдам үрлейік, Бара жатыр үлкейіп. Шар жарылып кенеттен, Жүдеп қалды ол, әттең! Барлық саусақтарын бір-біріне түйістіріп ұстайды. Саусақтардың ұшын үрлейді. Саусақтарын шар сияқты қампитады. Ауаны шығарады, шар бастапқы қалпына түседі.
23.05.2025ж	**Жәндіктер әлемі**	Қол мен аяқты үйлестіре қозғай алу біліктерін бекіту. 1,25 метр қашықтықтан доптарды көлденең нысанаға лақтыруға үйретуді жалғастыру, «көз–қол» сенсомоторлық кеңістіктікүйлесімділігін, саусақ моторикасын дамытуды жалғастыру.	Жалпы дамыту жаттығуларын орындау Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау: Бағытты және қарқынды өзгерте отырып жүгіру. «Мәшинемен қыдырамыз» – автомобильдер бүкіл залмен жүре алады. Балалар мәшинені жүргізу әрекетін салады: оталдырады, аяқтарымен газды басады. Зал ішінде «Бип-бип!» деген сөзбен шашырап жүгіреді. Педагогтің нұсқауы бойынша бір-біріне соқтығыспауға тырысады және баяу, жылдам жүгіреді. Доптарды 125 см қашықтықтан көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру. Бастапқы қалыпты қабылдауға, белгі бойынша лақтыруға назар аудару (2-3 рет). Қимыл-қозғалыс ойыны: «Менің көңілді добым» Добым, добым домалақ, Қайда кеттің домалап? Сары, қызыл, көгілдір – Жете алмаймын, жеңілдім! (2-3 рет) Балалар қолдарына допты ұстап, екі аяқпен өлең мазмұнына сәйкес секіреді: екі аяқтарын жерден екпінді қимылмен көтереді. Тура бағытта допты домалатады, артынан жүгіреді. Сызыққа келіп тұрады. Доппен массаж жасау. *«Бұл доп жай доп емес. Ол өте әдемі. Оны қолмен домалатамыз. Саусақтарымыздың күшін дамытамыз. 1–2-3–4-5 – енді демалайық».* Балалар допты қолдарымен домалатады. Допты айналдырады.
26.05.2025ж		Бағытын және қарқынын өзгерте отырып жүгіру	Жалпы дамыту жаттығуларын орындау Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау:

		білігін бекіту, кеңістікте бағдарлауды дамыту.Ептілікті, қимыл үйлесімділігін, дербестікті дамыту.	Бағытты және қарқынды өзгерте отырып жүгіру. «Мәшинемен қыдырамыз» –автомобильдер бүкіл залмен жүре алады. Балалар мәшинені жүргізу әрекетін салады: оталдырады, аяқтарымен газды басады. Зал ішінде «Бип-бип!» деген сөзбен шашырап жүгіреді. Бір-біріне соқтығыспауға тырысады.Педагогтің нұсқауы бойынша бір-біріне соқтығыспауға тырысады және баяу, жылдам жүгіреді. Доптарды 125 см қашықтықтан көлденең нысанаға дәлдеп лақтыру. Бастапқы қалыпты қабылдауға, белгі бойынша лақтыруға назар аудару (2-3 рет). Қимыл-қозғалыс ойыны: «Менің көңілді добым» Добым, добым, домалақ,Қайда кеттің домалап? Сары, қызыл, көгілдір – Жете алмаймын, жеңілдім! (2-3 рет) Балалар қолдарына допты ұстап, екі аяқпен өлең мазмұнына сәйкес секіреді: екі аяқтарынжерден екпінді қимылмен көтереді. Тура бағытта допты домалатады, артынан жүгіреді. Сызыққа келіп тұрады.Доппен массаж жасау. *«Бұл доп жай доп емес. Ол өте әдемі. Оны қолмен домалатамыз. Саусақтарымыздың күшіндамытамыз. 1–2-3–4-5 – енді демалайық».* Балалар допты қолдарымен домалатады. Допты айналдырады.
28.05.2025ж		Қол мен аяқты үйлесімді қозғай алу дағдыларын, ептілік пен дербестіктерін дамыту, құрсаудан құрсауға аттап жүруді бекіту, жетілдіру. Ептілікті, дербестікті дамыту. Бір мезгілдік және ілеспелі (кезектескен) сенсомоторлық өзара іс-қимылды қалыптастыру.	«Шұғыланы қуып жет!» ойын жаттығуы Қоян болып зал ішінде жүгіру. Нұсқау – жүгіру кезінде бір-біріне соқтығыспау. 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау. «Жаңбыр» массажы Бақыт болып жаушы, жаңбыр Менің әсем қалама. Бақыт болып жаушы, жаңбыр, Менің байтақ далама, Менің әсем қалама, Менің байтақ далама. Иықтарын саусақтарының ұшымен ұрғылайды. Екі бүйірлерін ақырын ұрады. 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау: Допты төменнен екі қолмен тартылған арқаннан асыра лақтыру Нұсқау – доптың ұшуын дұрыс бағыттау (6–8 рет) Балалар себеттен доптарды алады. Керілген жіптен 2 м арақашықтықта тұрады. Допты төменнен лақтыру тәсілімен жіп арқылы лақтырады. Лақтырғаннан кейін доптың артынан

			жүгіреді. Допты екінші рет лақтырады. Осыдан соң доптарды себетке салады. Өз орындарына барып тұрады. Тепе-теңдік – құрсаудан құрсауға аттап жүру Балалар сызық жанына келіп тұрады. Құрсаудан құрсауға аттап жүреді: қол мен аяқтарын үйлесімді қозғауға тырысады. Тапсырманы ретімен орындайды. «Саусақтармен ойнаймыз» Бір мезгілдік және ілеспелі (кезектескен) сенсомоторлық өзара іс-қимылды қалыптастыруға арналған жаттығу. Б.қ.: орындыққа отыру. Қолдарын тізеге қойып отырады. Бір қолын қозғалтпай тұрып, екінші қолын жұдырық етіп түйеді. Басбармағы жұдырық ішінде болады. Жұдырығын ашады, басбармақ ішінде қалады, ашпайды. Осы іс-әрекетті екінші қолымен орындайды.
30.05.2025ж	**Алақай жаз келді**	Кеңістікте бағдарлай алу және қол мен аяқты үйлесімді қозғайалу дағдыларын жетілдіру допты екі қолмен төменнен тартылған арқаннан асыра лақтыруға үйретуді жалғастыру, допты қолдың екпінді қимылымен арқаннан асыра лақтыру білігін қалыптастыру.	Шұғыланы қуып жет!» ойын жаттығуы Қоян болып зал ішінде жүгіру. Нұсқау – жүгіру кезінде бір-біріне соқтығыспау. 1. Жалпы дамыту жаттығуларын орындау. «Жаңбыр» массажы Бақыт болып жаушы, жаңбыр Менің әсем қалама. Бақыт болып жаушы, жаңбыр, Менің байтақ далама, Менің әсем қалама, Менің байтақ далама. Иықтарын саусақтарының ұшымен ұрғылайды. Екі бүйірлерін ақырын ұрады. 2. Ойын түріндегі негізгі қимылдарды орындау: Допты төменнен екі қолмен тартылған арқаннан асыра лақтыру Нұсқау – доптың ұшуын дұрыс бағыттау (6–8 рет) Балалар себеттен доптарды алады. Керілген жіптен 2 м арақашықтықта тұрады. Допты төменнен лақтыру тәсілімен жіп арқылы лақтырады. Лақтырғаннан кейін доптың артынан жүгіреді. Допты екінші рет лақтырады. Осыдан соң доптарды себетке салады. Өз орындарына барып тұрады. Тепе-теңдік – құрсаудан құрсауға аттап жүру Балалар сызық жанына келіп тұрады. Құрсаудан құрсауға аттап жүреді: қол мен аяқтарын үйлесімді қозғауға тырысады. Тапсырманы ретімен орындайды. «Саусақтармен ойнаймыз»

			Бір мезгілдік және ілеспелі (кезектескен) сенсомоторлық өзара іс-қимылды қалыптастыруға арналған жаттығу. Б.қ.: орындыққа отыру. Қолдарын тізеге қойып отырады. Бір қолын қозғалтпай тұрып, екінші қолын жұдырық етіп түйеді. Басбармағы жұдырық ішінде болады. Жұдырығын ашады, басбармақ ішінде қалады, ашпайды. Осы іс-әрекетті екінші қолымен орындайды.