

**ШҚО білім басқармасы Күршім ауданы бойынша білім бөлімінің
«Күршім ауылының балабақшасы» КМҚК**

«Бекітемін»

ШҚО білім басқармасы Күршім
ауданы бойынша білім бөлімінің
«Күршім ауылының
балабақшасы» КМҚК меңгерушісі:


Кудабаяв Н.К. Кудабаява
«29» тамыз 2024 жыл

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары
және Мектепке дейінгі тәрбие мен
оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде
2024-2025 оқу жылына арналған
дене шынықтыру ұйымдастырылған іс- әрекетінің**

ПЕРСПЕКТИВАЛЫҚ ЖОСПАРЫ

«Айгөлек» ортаңғы топ (3 жастағы балалар)

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Мусина З.Н

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және
Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы
негізінде

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

Білім беру ұйымы: ШҚО білім басқармасы Күршім ауданы бойынша білім бөлімінің «Күршім ауылының балабақшасы» КМҚК

Топ: Ортаңғы топ «Айгөлек»

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар

Жоспардың құрылуы: Қыркүйек айы 2024 жыл

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қыркүйек	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: <i>Жүру.</i> Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру; әртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүру <i>Тепе-теңдікті сақтау.</i> Бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың, қырлы тақтайдың бойымен жүру. <i>Жүгіру.</i> Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; <i>Домалату, лақтыру, қағып алу.</i> Оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыру (1-1,5 метр қашықтық) <i>Еңбектеу, өрмелеу.</i> Заттардың арасымен еңбектеу, еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу; <i>Секіру.</i> 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып, құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру <i>Сапқа тұру, қайта сапқа тұру.</i> Бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпы дамытушы жаттығулар. <i>Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:</i>

		қолды жоғары, алға, жан-Жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; <i>Кеудеге арналған жаттығулар:</i> Допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу; солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); <i>Аяққа арналған жаттығулар:</i> Аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды карапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету, қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өз бетінше ойнауға ынталандыру. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.
--	--	---

Білім беру ұйымы: ШҚО білім басқармасы Күршім ауданы бойынша білім бөлімінің «Күршім ауылының балабақшасы» КМҚК

Топ: Ортаңғы топ «Айгөлек»

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар

Жоспардың құрылуы: Қазан айы 2024 жыл

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қазан	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: <i>Жүру.</i> Еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу. <i>Тепе-теңдікті сақтау.</i> Тепе-теңдікті сақтай отырып, арқан бойымен жүру, тура жолмен жүру. <i>Жүгіру.</i> Қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. <i>Домалату, лақтыру, қағып алу.</i> Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. <i>Еңбектеу, өрмелеу.</i> Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). <i>Секіру.</i> Күрсаудан күрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру, 15-20 сантиметр биіктіктен секіру, ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіру <i>Сапқа тұру, қайта сапқа тұру.</i> Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпы дамытушы жаттығулар. <i>Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:</i> қолдарыналдынан емесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. <i>Кеудеге арналған жаттығулар:</i> Аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). <i>Аяққа арналған жаттығулар:</i> Қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені

		бүгіп,аяқты көтеру; отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау,таяқтың,білікшенің(диаметрі 6-8сантиметр)бойымен қосалқы қадаммен жүру. Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу,балаларды қарапайым ережелерді сақтауға,қимылдарды үйлестіруге,кеңістікті бағдарлауға,«жүгір»,«ұста»,«тұр»белгілеріне сәйкес әрекететуге үйрету,қимылт үрлерін өзгерте отырып,ойында рға күрделі ережелерді енгізу.Қимылды ойындарды ойнату. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін,белсенділігі меншығармашылығын дамыту.Арбалар,автомобильдер,велосипедтер,доптар,шарлар мен өз бетінше ойнауға ынталандыру.Өрмелеу,еңбектеу дағдыларын,ептілікті,жылдамды қты дамыту,қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура,шеңбер бойымен,оңға және солға бұрылып тебу
--	--	---

Білім беру ұйымы: ШҚО білім басқармасы Күршім ауданы бойынша білім бөлімінің «Күршім ауылының балабақшасы» КМҚК

Топ: Ортаңғы топ «Айгөлек»

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар

Жоспардың құрылуы: Қараша айы 2024 жыл

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қараша	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: <i>Жүру.</i> Тапсырмаларды орындай отырып жүру: қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүру <i>Тене-теңдікті сақтау.</i> Бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың, қырлы тақтайдың бойымен жүру. <i>Жүгіру.</i> Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; <i>Домалату, лақтыру, қағып алу.</i> Аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Еңбектеу, өрмелеу. Көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы еңбектеу; саты бойымен өрмелеу. <i>Секіру.</i> Сызықтан секіру, тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру. <i>Сапқа тұру, қайта сапқа тұру.</i> Шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпы дамытушы жаттығулар <i>Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:</i> қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; <i>Кеудеге арналған жаттығулар:</i> солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); Аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); <i>Аяққа арналған жаттығулар:</i> Қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, бастыт өмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың

		бақайларымен қысып ұстау Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету, қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өзбетінше ойнауға ынталандыру. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.
--	--	--

Білім беру ұйымы: ШҚО білім басқармасы Күршім ауданы бойынша білім бөлімінің «Күршім ауылының балабақшасы» КМҚК

Топ: Ортаңғы топ «Айгөлек»

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар

Жоспардың құрылуы: Желтоқсан айы 2024 жыл

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Желтоқсан	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: <i>Жүру.</i> Өртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, <i>Тене-теңдікті сақтау.</i> Арқан бойымен жүру, тура жолмен қырлытақтайдың бойымен жүру. <i>Жүгіру.</i> Алаңның біржағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; <i>Домалату, лақтыру, қағып алу.</i> оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыру (1-1,5 метр қашықтық) <i>Еңбектеу,</i> <i>өрмелеу.</i> Еденге қойылған таяқтай бойымен, арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу; <i>Секіру.</i> 15-20 сантиметр биіктіктен секіру, ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіру <i>Сапқа тұру, қайта сапқа тұру.</i> Бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқатұру Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпы дамытушы жаттығулар <i>Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:</i> Заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қолсаусақтарын жұму және ашу. <i>Кеудеге арналған жаттығулар:</i> аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қол жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). <i>Аяққа арналған жаттығулар:</i> Аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа

		қою; қолдарды алға созып,жартылай отыру,тізені қолмен ұстап,басты төмен иіп,кезекпен тізені бүгіп,аяқты көтеру; Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу,балаларды қарапайым ережелерді сақтауға,қимылдарды үйлестіруге,кеңістікті бағдарлауға,«жүгір»,«ұста»,«тұр» белгілеріне сәйкес әрекеттестуге үйрету,қимылтүрлерін өзгерте отырып,ойындарға күрделі ережелерді енгізу.Қимылды ойындарды ойнату. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігі мен шығармашылығын дамыту. Арбалар,автомобильдер,велосипедтер,доптар,шарлармен өзбетінше ойнауға ынталандыру.Өрмелеу,еңбекту дағдыларын,ептілікті,жылдамдықты дамыту,қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар: Шанамен сырғанау.Шанамен бір-бірін сырғанату;биік емес төбеден сырғанау.
--	--	---

Білім беру ұйымы: ШҚО білім басқармасы Күршім ауданы бойынша білім бөлімінің «Күршім ауылының балабақшасы» КМҚК

Топ: Ортаңғы топ «Айгөлек»

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар

Жоспардың құрылуы: Қаңтар айы 2025 жыл

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қаңтар	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: <i>Жүру.</i> Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру; <i>Тепе-теңдікті сақтау.</i> Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр), бойымен жүру. <i>Жүгіру.</i> Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден жүгіру; <i>Домалату, лақтыру, қағып алу.</i> Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру. <i>Еңбектеу, өрмелеу.</i> 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу. <i>Секіру.</i> Тұрған орнында қоса яқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып, құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру. <i>Сапқа тұру, қайта сапқа тұру.</i> Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпы дамытушы жаттығулар. <i>Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:</i> Қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; <i>Кеудеге арналған жаттығулар:</i> Допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу; солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); <i>Аяққа арналған жаттығулар:</i> Аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай

		қою,аяқты жан-жаққа, артқа қою; Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу,балаларды қарапайым ережелерді сақтауға,қимылдарды үйлестіруге,кеңістікті бағдарлауға,«жүгір»,«ұста»,«тұр»белгілеріне сәйкес әрекететуге үйрету,қимыл түрлерін өзгерте отырып,ойындарға күрделі ережелерді енгізу.Қимылды ойындарды ойнату. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардыңдербестігін,белсенділігі мен шығармашылығын дамыту.Арбалар,автомобильдер,велосипедтер,доп тар,шарлармен өзбетінше ойнауға ынталандыру.Өрмелеу,еңбектеу дағдыларын,ептілікті,жылдамдықты дамыту,қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар: Шанамен сырғанау.Шанамен бір-бірін сырғанату;биік емес төбеден сырғанау.
--	--	--

Білім беру ұйымы: ШҚО білім басқармасы Күршім ауданы бойынша білім бөлімінің «Күршім ауылының балабақшасы» КМҚК

Топ: Ортаңғы топ «Айгөлек»

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар

Жоспардың құрылуы: Ақпан айы 2025 жыл

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Ақпан	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: <i>Жүру.</i> Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру; <i>Тепе-теңдікті сақтау.</i> Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр), бойымен жүру. <i>Жүгіру.</i> Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден жүгіру; <i>Домалату, лақтыру, қазып алу.</i> Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру. <i>Еңбектеу, өрмелеу.</i> 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу. <i>Секіру.</i> Тұрған орнында қосаяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып, құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру. <i>Сапқа тұру, қайта сапқа тұру.</i> Бірінің артынан бірі сапқа тұру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпы дамытушы жаттығулар. <i>Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:</i> Қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. <i>Кеудеге арналған жаттығулар:</i> Аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); аяқты

		бүгу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып,етпетінен жату және керісінше;иықтарды жоғары көтеріп,қолды жан-жаққа созып еңкею(етпетіненжатқан қалыпта). <i>Аяққа арналған жаттығулар:</i> Қолдарды алға созып,жартылай отыру,тізені қолмен ұстап,бастыт өмен иіп,кезекпен тізені бүгіп,аяқты көтеру; отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау,таяқтың,білікшенің(диаметрі6-8сантиметр)бойымен қосалқы қадаммен жүру. Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға,қимылдарды үйлестіруге,кеңістікті бағдарлауға,«жүгір»,«ұста»,«тұр» белгілеріне сәйкес әрекететуге үйрету,қимыл түрлерін өзгерте отырып,ойында рға күрделі ережелерді енгізу.Қимылды ойындарды ойнату. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін,белсенділігі мен шығармашылығын дамыту.Арбалар,автомобильдер,велосипедтер,доптар,шарлар мен өзбетінше ойнауға ынталандыру.Өрмелеу,еңбектеу дағдыларын,ептілікті,жылдамдықты дамыту,қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар: Шанамен сырғанау.Шанамен бір-бірін сырғанату;биік емес төбеден сырғанау.
--	--	---

Білім беру ұйымы: ШҚО білім басқармасы Күршім ауданы бойынша білім бөлімінің «Күршім ауылының балабақшасы» КМҚК

Топ: Ортаңғы топ «Айгөлек»

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар

Жоспардың құрылуы: Наурыз айы 2025 жыл

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Наурыз	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: <i>Жүру.</i> Жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүру <i>Теңе-теңдікті сақтау.</i> Арқан бойымен жүру <i>Жүгіру.</i> Қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. <i>Домалату, лақтыру, қағып алу.</i> Аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. <i>Еңбектеу, өрмелеу.</i> Саты бойымен өрмелеу, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). <i>Секіру.</i> Сызықтан секіру, тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру. <i>Сапқа тұру, қайта сапқа тұру.</i> Шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпы дамытушы жаттығулар <i>Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:</i> Қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; <i>Кеудеге арналған жаттығулар:</i> солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалт у (шалқасынан жатқан қалыпта); <i>Аяққа арналған жаттығулар:</i> Қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау. Қимылды ойындар

		Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету, қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойында рға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігімен шығармашылығын дамыту. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлар мен өз бетінше ойнауға ынталандыру. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Спорт залда
--	--	--

Білім беру ұйымы: ШҚО білім басқармасы Күршім ауданы бойынша білім бөлімінің «Күршім ауылының балабақшасы» КМҚК

Топ: Ортаңғы топ «Айгөлек»

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар

Жоспардың құрылуы: Сәуір айы 2025 жыл

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Сәуір	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: <i>Жүру.</i> Тапсырмаларды орындай отырып жүру: қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүру <i>Тепе-теңдікті сақтау.</i> Тепе-теңдікті сақтай отырып бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың, қырлы тақтайдың бойымен жүру. <i>Жүгіру.</i> Бір қалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына әртүрлі бағытта жүгіру. (жыланша, шашырап, тоқтап) <i>Домалату, лақтыру, қағып алу.</i> Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру <i>Еңбектеу, өрмелеу.</i> Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). <i>Секіру.</i> Құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру, 15-20 сантиметр биіктіктен секіру, ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіру <i>Сапқа тұру, қайта сапқа тұру.</i> Бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпы дамытушы жаттығулар <i>Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар:</i> заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан Жоғары көтеру; қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу.

		<i>Кеудеге арналған жаттығулар:</i> аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан- жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). <i>Аяққа арналған жаттығулар:</i> Аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр » белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету, қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың дербестігін, белсенділігімен шығармашыл ығын дамыту. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доп тар, Шарлармен өзбетінше ойнауға ынталандыру. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, еп тілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті ура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу
--	--	--

Білім беру ұйымы: ШҚО білім басқармасы Күршім ауданы бойынша білім бөлімінің «Күршім ауылының балабақшасы» КМҚК

Топ: Ортаңғы топ «Айгөлек»

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар

Жоспардың құрылуы: Мамыр айы 2025 жыл

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Мамыр	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: <i>Жүру.</i> Еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу. <i>Тепе-теңдікті сақтау.</i> Тепе-теңдікті сақтай отырып, арқан бойымен жүру, тура жолмен жүру. <i>Жүгіру.</i> Қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. <i>Домалату, лақтыру, қағып алу.</i> Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. <i>Еңбектеу, өрмелеу.</i> Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). <i>Секіру.</i> Күрсаудан күрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру, 15-20 сантиметр биіктіктен секіру, ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіру <i>Сапқа тұру, қайта сапқа тұру.</i> Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау. Жалпы дамытушы жаттығулар. <i>Қол және иықбелдеуіне арналған жаттығулар:</i> Қолды жоғары, алға, жан-Жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; <i>Кеудеге арналған жаттығулар:</i> допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу; солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); <i>Аяққа арналған жаттығулар:</i> Аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою. Қимылды ойындар

		Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету, қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылдарды орындауда балалардың ербестігін, белсенділігімен шығармашылығын дамыту. Арбалар, автомобильдер, велосипедтер, доптар, шарлармен өзбетінше ойнауға ынталандыру. Өрмелеу, еңбектеу дағдыларын, ептілікті, жылдамдықты дамыту, қимылдарды мәнерлі орындауға баулу. Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Балабақша ауласында
--	--	--